Planification d’une séquence au primaire

Titre : Les émotions

|  |
| --- |
| **Date prévue** : 16 novembre au 4 décembre **Créée par** : Valérie Aubé  **Classe** : Émilie Fortin **Date de création** : 6 novembre |
| **Résumé de la SEA :** Cette planification s’inscrit dans mon projet d’intégration en contexte. Le but est d’instaurer un climat de confiance et d’échange pour que les élèves apprivoisent leurs émotions. |

# Étape 1 — les résultats escomptés

Programme de formation de l’école québécoise

1. **Dans le but de développer principalement les compétences suivantes :**

*Compétence 1 : Agir avec efficacité dans différents contextes sur le plan sensoriel et moteur*

Composante*:* Reconnaissance d'éléments favorisant le bien-être

*Compétence 2 : Affirmer sa personnalité*

Composantes : Répondre progressivement à ses besoins physiques, cognitifs, affectifs et sociaux. Exprimer ses besoins et trouver des moyens d’y répondre. Partager ses goûts, ses intérêts, ses sentiments et ses émotions. Exprimer de façon variée ses goûts, ses intérêts, ses sentiments et ses émotions.

1. **Les savoirs essentiels à faire apprendre :**

•Les différentes façons de se détendre (ex. : écouter de la musique douce, s’arrêter quelques minutes, fermer les yeux)

•Les sentiments (ex. : joie, colère, peur)

# Étape 2 — Stratégies d’évaluation

Observation

1. **Critère d’évaluation**

• L’enfant exprime ses goûts, ses intérêts, ses idées, ses sentiments et ses émotions de façon pertinente.

**Faits observables :**

•Partage de façon appropriée ses goûts, ses intérêts, ses idées, ses sentiments et ses émotions

|  |
| --- |
| Étape 3 — Stratégies d’enseignement et d’apprentissage |
| PRÉPARATION |

**Causerie :** Messages du jour liés à la thématique des émotions :

→Bonjour les petits loups, cette semaine, nous allons parler des émotions. En connais-tu?

→Bonjour les petits loups, qu’est-ce qui te rend en colère?

→ Bonjour les petits loups, qu’est-ce qui te rend joyeux?

→Bonjour les petits loups, qu’est-ce qui te fait peur?

→ Bonjour les petits loups, qu’est-ce qui te rend triste?

Intentions pédagogiques : L’enfant nomme des émotions, l’enfant exprime comment il se sent.

# RÉALISATION

**Lectures :**

-La couleur des émotions

-La fée des larmes

Intention pédagogique : L’élève exprime les moments qu’il peut ressentir de la tristesse et raconte les moments qu’il peut se sentir triste.

-Le loup qui apprivoisait ses émotions

-Mes émotions : avec une roue des émotions / Aurélie Chien Chow Chine.

-Jojo l’ourson

-Parfois, je me sens…

Intention pédagogique : L’élève explore les différentes émotions.

-Le nuage

Intention pédagogique : L’élève explore les moyens qu’il peut prendre lorsqu’il ressent de la tristesse.

-Sam & Watson : Plus fort que la tristesse

-La journée du roi bougon

Intention pédagogique : L’élève explore les moyens qu’il peut prendre lorsqu’il ressent de la colère.

-Sam & Watson : Plus fort que la colère

→La tristesse : Gros chagrin, gros câlin

Intention pédagogique : L’élève explore les moyens qu’il peut prendre lorsqu’il ressent de la tristesse.

**Ateliers :**

1. Reproduire les émotions

Intention pédagogique : L’élève reproduit l’émotion sur la fiche à l’aide d’un crayon effaçable ou de pâte à modeler (permet de reconnaître les signes non verbaux des émotions).

1. Classement des émotions

Intention pédagogique : L’élève classe les visages des émotions dans la bonne catégorie d’émotions.

1. Casse-têtes

Intention pédagogique : L’élève travaille les suites logiques (C5).

**Mini-activité (routine du matin)**

1. Devinettes sur les émotions

**Activités dirigées**

**-**Enseignement explicite**:**

**-**La colère : les réactions de la colère, comment bien l’exprimer.

→les yeux tout petits, les sourcils sont rapprochés, les bras se ferment, les jambes deviennent toutes droites, peut montrer les dents, ne se sent pas bien dans notre cœur, boudage,

-La tristesse

→nos yeux se ferment un peu, sa bouche se tourne vers le bas, notre tête et nos épaules se penchent vers le bas, soupire, ne se sent pas bien dans notre cœur (tiré du livre Jojo l’ourson)

-La peur

→nos yeux deviennent tout ronds, (tiré du livre Jojo l’ourson), notre bouche devient tordu, notre corps peut trembler, mettre les bras droits devant soi, ne se sent pas bien dans notre cœur,

-La joie

→yeux rieurs, beau sourire, se sent en forme, rire, se sent bien dans notre cœur (tiré du livre Jojo l’ourson)

Intention pédagogique : Les élèves prennent conscience de leurs visages en lien avec l’expression des émotions.

La surprise

→yeux deviennent ronds, bouche devient rond, le corps sursaute, «oh!», ne pas aimer les surprises

La déception

→nos yeux regardent par terre, a bouche fait la moue, les épaules tombent un peu, soupire.

→la déception se change souvent en peine ou en colère (Jojo l’ourson, p. 76)

→ « Crier, briser ou pleurer ne l’aide pas à retrouver sa joie. Il vaut mieux reconnaître qu’il est déçu et trouver une solution de rechange » (Jojo l’ourson, p. 77).

La gêne

→nos yeux regardent vers le bas, notre bouche ne sait plus ce qu’elle veut : des fois, elle rit, des fois, elle ne sourit pas, et même, des fois, elle ne veut pas parler, nos mains se cachent derrière notre dos ou elles tordent notre chandail, cacher notre bouche ou nos yeux, nos pieds se tortillent ou veulent se sauver

→Trucs pour surmonter notre gêne : «c’est à force de faire des petits efforts qu’on finit par se dégêner. Et c’est super, parce qu’on se fait plein d’amis et qu’on se sent fier de soi ! » (Jojo l’ourson, p. 91).

La culpabilité

→nos yeux regardent par terre, on veut se cacher dans nos épaules, notre bouche devient toute petite, notre cœur bat plus vite, avoir envie de se sauver très loin, on ne s’aime pas du tout, on a envie de crier et de pleurer en même temps.

→Aller en parler tout de suite pour que le sentiment désagréable s’en aille vite, mais il faut quand même beaucoup de courage. Il faut aussi réparer nos erreurs.

L’inquiétude

→Nos yeux regardent de tous les côtés, notre bouche devient droite, nos lèvres sont pincées, n’a pas envie de parler, noter corps peut commencer à avoir chaud et à transpirer, nos mains deviennent tout humides, notre ventre peut faire mal.

→Faire un effort pour nous calmer, réagir vite et parler de notre problème à une personne de confiance.

Solutions de rechange pour retrouver sa joie (Jojo l’ourson, p. 78).

→Faire un casse-tête, jouer dans le sable, faire semblant que c’est du gâteau si je n’aime pas le souper.

→Ça vaut la peine de faire un petit effort!

→L’enseignante travaille le visage de l’émotion de la tristesse avec les élèves. Se faisant, il saura mieux le reconnaître chez l’autre par la suite.

# INTÉGRATION

**Activités de motricité globale et motricité fine:**

-Posture de yoga (aide à la relaxation)

-Coloriage de mandala (explorer d’autres façons de se détendre)

# GESTION DE CLASSE

1. Gestion des ressources
2. Établissements des attentes claires
3. Favoriser les relations positives
4. Attention et engagement sur l’objet d’apprentissage
5. Gérer l’indiscipline