

A la découverte de nos émotions



Séance 7

A préparer avant la séance :

- l'image des étages du cerveau vu lors de la séance 2 dessinés dans la tête de profil de Riley agrandie au format 3
- un organisateur de rangement à 3 étages



Prévoir une étiquette de couleur par tiroir, chaque couleur correspondant à un étage du cerveau
=> écrire le rôle de chaque étage

- les cartes avec la photo des enfants (style carte à pince) + les 5 émotions
- des mini-pinces à linge
- image de Tristesse qui transforme les bulles jaunes
- les cartes-solutions « quand je suis triste, je peux » (version dessinée et/ou version écrite selon le niveau en lecture des élèves) en format A4 et en format A6

Explication code couleur :

En noir, ce que nous disons


En bleu, les réactions des enfants ou la réponse que nous recherchons

En vert, ce qui est écrit dans le livre

En orange, visionnage du film

| | |
|----------------------------|--|
| Mise en route de la séance | <p>Rappel du travail fait précédemment</p> <ul style="list-style-type: none">- Faire un rappel sur les différents étages du cerveau fait lors de la séance 2 <p>=> la cave => que s'y passe-t-il ? => on agit</p> <p>=> le rez-de chaussée => qu'y a-t-il ? => le QG des émotions</p> <p>=> que se passe-t-il au premier étage ? => on réfléchit, on range, on classe on mémorise et on apprend.</p> <p>=> Dans quelle partie du cerveau va-t-on quand à la fin de la séance, on vous dit de tout ranger dans vos tiroirs de la mémoire ?</p> <p>=> au premier étage, là où on réfléchit, on mémorise</p> <ul style="list-style-type: none">- On va donc aller dans notre cerveau, on va aller chercher dans nos petites bulles de mémoire ce qu'il s'est passé lors de la séance précédente. <p>Quelle est l'émotion qui est venue nous ennuyer ? => Tristesse (afficher l'image de Tristesse qui transforme les bulles jaunes en bulles bleues) => se rappeler de ce qui s'est passé avec Tristesse.</p> <p>=> bien mettre en évidence que les souvenirs joyeux des bulles jaunes deviennent des souvenirs tristes quand Tristesse y touche.</p> |
|----------------------------|--|

| | |
|--|--|
| | <p>Suite à cela, nous avons, tout au long de la séance, trouvé des solutions pour chasser la tristesse.</p> <p>Quelles étaient ces solutions ?</p> <p>=> prendre un exemple concret vécu par les enfants dans la classe depuis et qui a engendré de la tristesse chez un enfant.</p> <p>Prendre cet exemple et faire le parcours de ce moment au niveau du cerveau en s'aidant de l'affiche</p> <p>Un enfant est triste => il est donc dans le quartier général des émotions, tout est bloqué, il ne peut plus rien faire.</p> <p>Un autre lui a conseillé d'aller voir la maitresse => il lui a donné une clé (une solution) qui lui a permis d'agir et donc de descendre à « la cave » du cerveau.</p> <p>Puis la maitresse lui a proposé des solutions.</p> <p>=> rappel de toutes les solutions trouvées lors de la séance précédente. (pleurer, se faire un câlin, se rappeler d'un beau souvenir, positiver)</p> <p>=> cela permet de remonter au 1^{er} étage</p> <p>Et donc l'enfant remonte au premier étage du cerveau et redevient joyeux.</p> |
| <p>Présentation des cartes solutions</p> <p>Voir fiche</p> | <p>En format A4</p> <p>Avec écritures pour les élèves déjà lecteurs (relire avec eux les solutions)</p> <p>Avec images pour les non lecteurs (leur montrer les images et les expliciter avec eux)</p> <p>En format A6 pour les ranger dans le tiroir de notre casier à tiroirs.</p> |
| <p>Présentation du casier à 3 tiroirs</p> <p>Voir photos</p> | <p>Présenter la « boîte »</p> <p>Quelle est la particularité de cette boîte ? => elle a des tiroirs</p> <p>Combien de tiroirs ? => 3</p> <p>Pourquoi 3 tiroirs ? => parce qu'il y a 3 étages dans notre cerveau</p> <p>=> donc cette boîte est notre cerveau « en plus gros ».</p> <p>Mettre avec les enfants les étiquettes couleur correspondantes sur chaque tiroir en accord avec les couleurs mises lors de la découverte des différents étages du cerveau + ajouter le rôle de chaque étage</p> <p>(ex : 1^{er} étage : je réfléchis, je classe, j'apprends, je mémorise ...</p> <p>RDC: QG des émotions</p> <p>La cave : j'agis)</p> |

| | |
|--|--|
| <p>Présentation des cartes préparées pour chaque enfant et pour tous les adultes de la classe</p> <p>Voir fiche-modèle</p>  | <p>Sur chaque carte, il y a la photo de l'enfant et les 5 émotions</p> <p>Fonctionnement du casier et des cartes.</p> <p>Quand nous venons à l'école, nous sommes au 1^{er} étage car nous venons à l'école pour apprendre, pour réfléchir ...</p> <p>=> notre carte est donc dans le premier casier (1^{er} étage)</p> <p>=> quand on ressent une émotion, on descend dans le quartier général des émotions</p> <p>=> on prend la carte avec notre photo et une petite pince que l'on va venir accrocher sous l'émotion que l'on ressent après l'avoir identifiée</p> <p>=> on met la carte ainsi pincée dans le 2^{ème} tiroir du casier</p> <p>=> on va ensuite descendre à la cave pour trouver une solution</p> <p>=> et c'est là que nous trouverons les cartes solutions dont nous avons parlé précédemment.</p> <p>=> une fois la solution trouvée, on remet la pince sur « Joie » et la carte peut ainsi remonter au 1^{er} étage.</p> <p>Refaire le chemin de la carte en reprenant l'histoire de l'enfant racontée précédemment.</p> |
| <p>Fin de séance</p> | <p>Distribuer sa carte à chaque enfant ainsi qu'une pince</p> <p>=> chaque enfant doit mettre sa pince sur l'émotion qu'il ressent à l'instant présent</p> <p>=> tous les enfants « joyeux » vont donc pouvoir aller mettre leur carte dans le premier tiroir du casier (ils sont donc prêts à travailler car ils sont au premier étage de leur cerveau!)</p> <p>=> Pour les autres, voir avec eux dans quelles émotions ils se trouvent</p> <p>=> mettre la pince</p> <p>=> se mettre dans le bon tiroir</p> <p>=> descendre à la cave pour trouver une solution</p> <p>=> une fois redevenu « joyeux », l'enfant peut remettre sa carte au premier étage et se remettre à travailler.</p> <p>Finir la leçon en ajoutant une bulle jaune à la ligne des souvenirs de la classe car cette séance nous a rendu « joyeux ».</p> |