Titre du projet :

"À la découverte de mes émotions !"

**Durée : toute l’année scolaire (5 périodes)**

**Niveau : Grande Section (GS)**

**Thématique : Apprentissage des émotions à travers la littérature jeunesse**

**Objectifs généraux**

Permettre à l’enfant d’identifier, nommer et exprimer ses émotions.

Développer l’empathie et l’estime de soi.

Favoriser le vivre ensemble et la régulation des conflits.

Enrichir le vocabulaire émotionnel.

Utiliser la littérature jeunesse comme support d’expression et de réflexion.

**Liens avec le BO – Programme 2021 de l’école maternelle**

*Domaine : Mobiliser le langage dans toutes ses dimensions*

Comprendre des textes lus par l’adulte.

Prendre la parole pour exprimer un avis, un ressenti, une émotion.

*Domaine : Construire les premiers outils pour structurer sa pensée*

Classer, trier, associer (ex : associer une émotion à une couleur).

*Domaine : Explorer le monde*

Situer des événements vécus dans le temps (souvenirs joyeux, tristes).

*Domaine : Agir, s’exprimer, comprendre à travers les activités artistiques*

Exprimer ses émotions à travers des moyens artistiques variés.

*Domaine : Agir, s’exprimer, comprendre à travers l’activité physique*

Utiliser le corps pour mimer des émotions.

*Domaine : Vivre ensemble*

Identifier ses émotions et celles des autres.

Adopter un comportement respectueux des autres.

Commencer à réguler ses émotions.

Périodisation & supports

1/ Les émotions (globalement) Le monstre des couleurs – A. Llenas

2/ La colère Gaston la licorne est en colère – A. Poiré

3/ La tristesse Gaston la licorne est triste – A. Poiré

4/ La peur Gaston la licorne a peur – A. Poiré

5/ La joie Gaston la licorne est joyeux – A. Poiré

**Déroulé par période**

*Période 1 : Découverte des émotions avec "Le Monstre des Couleurs"*

**Objectifs spécifiques** :

Identifier les principales émotions (joie, tristesse, colère, peur, calme).

Associer une couleur à une émotion.

Commencer à exprimer ses émotions avec des mots.

**Activités :**

Lecture interactive de l’album + évaluation des connaissances des élèves sur les émotions.

Tableau de présence avec 4 émotions avec reconnaissance des étiquettes et identifier son émotion du jour.

Coloriage sur le monstre des émotions.

Affichage collectif des émotions avec photos des élèves (panneau rouge pour la colère, panneau jaune pour la joie, panneau gris pour la peur, panneau bleu pour la tristesse), dictée à l’adulte.

Jeu : "Mimer l’émotion" ou "Devine l’émotion".

Divers jeux de coopération et collaboration en motricité.

*Période 2 : La colère avec "Gaston la licorne est en colère"*

**Objectifs spécifiques :**

Identifier les signes de la colère (corps, visage, situations).

Apprendre à canaliser la colère (stratégies de retour au calme

**Activités :**

Lecture et débat : "Que fait Gaston ? Que pourrais-tu faire ?"

Jeu de rôle : "Je suis en colère quand..."

Création d’un coin calme lorsqu’on est en colère.

Dessin ou peinture libre pour "vider sa colère".

*Période 3 : La tristesse avec "Gaston la licorne est triste"*

**Objectifs spécifiques :**

Comprendre que la tristesse est une émotion normale.

Savoir exprimer sa tristesse et consoler l’autre.

**Activités :**

Lecture et échanges : "Pourquoi Gaston est-il triste ? Et toi ?"

Jeu : "Câlin / mot doux / sourire à un ami triste".

*Période 4 : La peur avec "Gaston la licorne a peur"*

**Objectifs spécifiques :**

Identifier ses peurs et comprendre qu’elles sont naturelles.

Trouver des moyens de surmonter ses peurs.

**Activités :**

Lecture et partage des peurs des élèves (dans un cadre rassurant).

Jeu du chasseur/jeu du zombie en motricité.

Mise en situation : "Et si on jouait à ne plus avoir peur ?"

Jeu de mimes autour des monstres imaginaires.

*Période 5 : La joie avec "Gaston la licorne est joyeux"*

**Objectifs spécifiques :**

Identifier les moments de joie et les partager.

Favoriser les comportements prosociaux.

**Activités :**

Lecture et partage d’expériences joyeuses.

Rappel des souvenirs de l’année : "Nos joies en GS".

Création d’un spectacle sur les émotions.

Jeu du mot gentil à un camarade.

**Évaluation des compétences**

*Évaluation formative continue :*

Observation des comportements et du langage en regroupement, jeux libres, échanges.

*Quelques indicateurs d’évaluation chez l’élève :*

Identifie une émotion.

Nomme ce qu’il ressent ou ce que ressent un personnage.

Exprime ses émotions.

Verbalise un ressenti, utilise des outils (coin calme, dessins).

Adopte des comportements adaptés. Utilise des solutions pour se calmer, respecte les autres.

Écoute et aide les autres. Réagit de façon empathique, participe à un échange émotionnel.

**Bilan en fin d’année sur les divers évènements organisés au sein de l’école, qui ont pu aider au développement de ces compétences et favoriser l’expression des émotions chez les élèves :**

Participation au cross en partenariat avec l’école maternelle Roland Lucile mettant en valeur la mixité.

Journée du sport.

Semaine de l’empathie où de nombreuses mises en situation ont été travaillées pour amener les élèves à une réflexion sur les émotions et à trouver des solutions pour être empathique + intervention d’Elodie Derya (référente CPS circonscription) avec lecture d’un album et débat.

Soutien au cross de l’élémentaire Olivier Compas avec réalisation d’une affiche pour le cross développant empathie.

Cross au sein de l’école maternelle Olivier Compas développant également la mixité, les valeurs d’entraide, l’empathie.

Les sorties ZOO et CIRAD où entraide, coopération et collaboration ont été mis à profit.

Réalisation d’un clip vidéo en partenariat avec la circonscription dans le cadre d’un projet sur les CPS.