



20 mn



Dès 5 ans



Chacun leur tour, des enfants volontaires piochent une émotion et la mime.

La classe ou un petit groupe essaie de deviner l'émotion mimée.

Une fois trouvée, l'enseignant(e) la note au tableau.

Une fois les émotions mimées, on peut refaire un tour avec les élèves qui n'ont pas participé.

Vous pouvez adapter cette activité en fonction de l'âge de vos élèves, en utilisant les émotions les plus simples pour les plus jeunes.



Heureux(se)



Ravi(e)



Joyeux(se)



Excité(e)



Une fois le jeu terminé, vous pouvez prolonger l'activité, en demandant aux enfants de quelle manière il est possible de gérer une émotion trop forte.

Vous pouvez leur suggérer :

- de parler à un adulte de ce qu'il ressent ou à un(e) ami(e)
- de faire une activité calme, comme le dessin ou les d'autres activités calmes que nous proposons telles que "Pousse petit arbre" ou "Retour au calme".



En colère



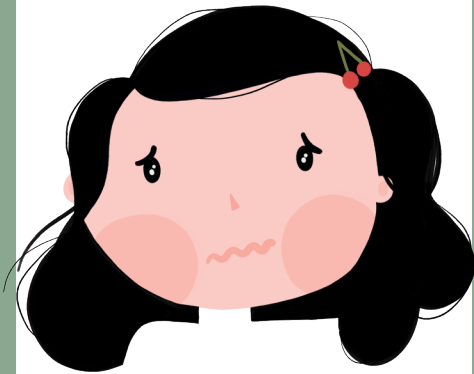
Énervé(e)



Mécontent(e)



En colère



Paniqué(e)



Triste



Désespéré



Malheureux(se)



A l'aise



Satisfait(e)



Calme



Serein(e)