

« Le petit train des émotions »



FEUILLE DE ROUTE POUR L'ENSEIGNANT

⇒ **L'objectif général du travail sur les émotions** : faire comprendre aux élèves que la gestion des émotions a un impact sur les apprentissages, sur la communication interpersonnelle et sur l'image de soi.



FEUILLE DE ROUTE POUR L'ENSEIGNANT



Introduction générale sur le travail de l'année

Tout au long des différentes séquences, nous allons travailler sur les émotions car les émotions ont une influence sur les apprentissages.

En savoir plus sur tes émotions pourrait t'aider à être plus disponible pour tes apprentissages.

Locomotive : amorce du travail de l'année sur les émotions.

Descriptif : présenter le thème d'étude de l'année, expliquer le fonctionnement des séances et s'appuyer sur les acquis du primaire.

SEANCE 1	Ce que je sais déjà sur les émotions.
-----------------	---------------------------------------

Wagon n°1 : se représenter ce que l'on appelle une émotion.

Descriptif : comprendre que nous avons tous des représentations des émotions, qu'il est important de les connaître et que nous les partageons avec tous les êtres humains.

SEANCE 1	Je sais reconnaître et nommer les émotions.
-----------------	---

SEANCE 2	Je sais que dans une même situation nous n'avons pas tous la même émotion.
-----------------	--

Wagon n°2 : différencier nos émotions primaires et nos émotions secondaires.

Descriptif : comprendre que les êtres humains sont animés par deux types d'émotions.

SEANCE 1	Je comprends que nous naissons avec des émotions et que de nouvelles se développent au fil du temps et de mes expériences.
-----------------	--

Wagon n°3 : découvrir le lien entre mes émotions et mes apprentissages.

Descriptif : découvrir les liens qu'il y a entre les émotions et notre cerveau. Notamment au cours des apprentissages.

SEANCE 1	Je comprends le fonctionnement et l'évolution de mon cerveau de la naissance à l'âge adulte.
-----------------	--

SEANCE 2	Je comprends que les émotions ont un impact sur la réussite de mes apprentissages.
-----------------	--

SEANCE 3	Je comprends que les émotions ressenties se manifestent dans mon cerveau et aussi dans le reste de mon corps.
-----------------	---

Wagon n°4 : mettre des mots sur mes émotions.

Descriptif : comprendre que mettre des mots sur mes émotions peut m'aider.

SEANCE 1	Je mets en scène mes émotions.
SEANCE 2	Je mets des mots sur mes émotions.

Wagon n°5 : identifier ses émotions.

Descriptif : permettre à l'élève de reconnaître les manifestations biologiques et comportementales de ses émotions, afin d'essayer de les canaliser grâce à une boîte à outils.

SEANCE 1	Je comprends qu'il se passe quelque chose grâce à mon corps.
SEANCE 2	Je sais où ranger ce qui se passe, et je trouve une solution pour ne pas trop le subir.

Wagon n°6 : l'image de soi.

Descriptif : définir l'estime de soi et prendre conscience qu'elle se construit à l'aide du regard des autres.

SEANCE 1	En étant positif avec l'autre, je l'aide à se construire une bonne image de lui-même et en retour, les autres me voient positivement.
SEANCE 2	Je suis intelligent et de plusieurs manières.

Wagon n°7 : moi et les autres.

Descriptif : comprendre que la connaissance des émotions peut faciliter la relation aux autres.

SEANCE 1	Je comprends ce qu'est l'empathie et ce qu'elle permet.
	Je me mets à la place de l'autre et j'agis avec mes émotions secondaires plutôt qu'avec mes émotions primaires.
SEANCE 2	Je comprends que la manifestation de mes émotions peut avoir une incidence sur celle des autres et inversement.

Grande conclusion : les émotions et les apprentissages scolaires.



FEUILLE DE ROUTE POUR L'ENSEIGNANT



Locomotive : amorce du travail de l'année sur les émotions.

Objectif :

⇒ Comprendre que les émotions ont une influence sur l'apprentissage, la communication interpersonnelle et sur l'image de soi.

⇒ Comprendre les modalités de fonctionnement de l'AP sur les émotions.

	Fiches	Objectif de l'activité	Consignes pour l'élève
SEANCE AMORCE	Mettre en route le travail de l'année sur le thème des émotions		
		<i>Présentation du thème</i>	
	A	Présentation du déroulement de l'année	Remise du fichier à conserver tout au long de l'année mais à ne remplir qu'avec les professeurs.
		A l'aide de la fiche amorce, faire un état des lieux des acquis du primaire.	Monte à bord de la machine et remémore toi un souvenir fort vécu à l'école, être capable de répondre, dans les bulles aux questions qui ? Quoi ? Comment ? Quand ? En lien avec ce souvenir.
		Mise en commun	



Wagon n°1 : se représenter ce que l'on appelle une émotion.

Descriptif : comprendre que nous avons tous des représentations des émotions, qu'il est important de les connaître et que nous les partageons avec tous les êtres humains.

	Fiches	Objectif de l'activité	Consignes pour l'élève
SEANCE 1	Répondre à la question : <i>Qu'est-ce qu'une émotion ?</i>		
		<i>Restitution séance amorce</i>	Rappeler ce que nous avons vu précédemment
		Nommer les émotions : Diaporama de 6 images au choix (araignée, mariage fête foraine...) et 5 extraits musicaux (y'a de la joie, TRENET, adagio, Albinoni, les dents de la mer, J. WILLIAMS, Raining Blood, SLAYER, Symphonie n°94-2è mouvement « surprise », HAYDN)	Regarder le diaporama avec arrêt sur image. Pour chaque photographie / extrait musical, vous écrirez sur la fiche 1 dans le tableau, 3 mots qui vous viendront à l'esprit. Ce que je vois ; Ce que je pourrais ressentir dans mon corps (Noter au moins si c'est positif ou négatif) ; Mon émotion
		Mettre en commun	→ l'adulte note au tableau les mots à réutiliser autour des émotions → à l'aide de 3 couleurs, catégoriser les mots (visuel, ressenti, émotions)
		Identifier le vocabulaire des émotions	Chacun entoure sur sa feuille les émotions.
		Résumer la séance dans le fichier et relire le bilan et surligner les mots importants.	Remplir une carte heuristique par groupe résumant la séance : afficher une carte collective dans le wagon 1 du train des émotions au fond de la classe.
<p>Je sais que :</p> <p>→ Les émotions peuvent être identifiées, classées et nommées.</p> <p>→ Nos émotions sont des réponses à des situations qui se traduisent par des phénomènes physiologiques (dans notre corps) et psychologiques (dans notre cerveau).</p>			

	Fiches	Objectif de l'activité	Consignes pour l'élève
SEANCE 2	Répondre à la question : <i>Dans une même situation, avons-nous tous la même émotion ?</i>		
		<i>Restitution séance 1</i>	Relire la carte heuristique de la séance 1
	1,2	<i>Prévoir 30 jeux de de carte dans une enveloppe avec étiquette</i>	Regarder le Diaporama 2 (5 photos de temps forts au collège : cross, 1 élève qui fait un exposé devant le groupe classe, self, journée médiévale, rentrée) à chaque image vous associez 1 ou 2 émotions qui vous sont proposées dans le jeu de cartes et notez les dans le fichier. (joie, tristesse, peur, dégoût, surprise, colère, fierté, honte, culpabilité, agressivité, envie, amour, curiosité, plaisir)
		Mise en commun par 4 pour comparer les émotions ressenties	En petit groupe comparez vos réponses et essayez de répondre à la question : Ai-je les mêmes émotions que les autres dans les mêmes situations ?
		Verbalisation : nos émotions sont différentes	Choisir une situation qui fait controverse ex : le cross → Savoir exprimer pourquoi on a des émotions particulières face à cette situation. Est-ce que nous pourrions dire que ? Avec nos émotions Tous semblables et tous différents Pour vivre ensemble
		Prévoir feuilles A3 avec slogan et smileys à colorier	Construction d'une affiche avec smileys autour du slogan, découpage, dessin...
		relire le bilan et surligner les mots importants.	Lire le bilan
→ <i>Je sais que tous les êtres humains ont des émotions qui peuvent être différentes et qui ne se manifestent pas toujours de la même façon.</i>			



Wagon n°2 : différencier nos émotions primaires et nos émotions secondaires.

Descriptif : comprendre que les êtres humains sont animés par deux types d'émotions.

Rappel W1 : Vous savez qu'il y a différentes émotions et que dans une même situation nous n'éprouvons pas tous la même.

	Fiches	Objectif de l'activité	Consignes pour l'élève
SEANCE 1	Différencier nos émotions primaires et nos émotions secondaires.		
	2.1 (15mn)	⇒ Découvrir que nous naissons avec des émotions et que de nouvelles se développent au fil du temps et de mes expériences..	<u>But du jeu</u> : Placer les cartes «émotion» sur un cercle du plateau en se justifiant
	<p>Prépa</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ 6 jeux dans la classe : Chaque jeu se compose d'un plateau de jeu et de 14 cartes «émotion»(E). <p>cartes «émotion»: la colère, la peur, la tristesse, l'amour, la joie, la honte, l'agressivité, l'envie, le dégoût, la surprise, la fierté, le plaisir, la curiosité, la culpabilité.</p> <p>Plateau des âges et cartes utilisées en séquence/ séance 1 (premier chapitre)</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Apport prof: Préciser avant de commencer qu'il y a des émotions qu'on a dès la naissance (primaires) et d'autres qui apparaissent au fur et à mesure de notre vie (secondaires). Sans leur dire lesquelles!! <p>Préciser le sens de «nouveau né»: ce bébé qui est né il y a quelques minutes.</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Déroulement: penser à mettre la classe en îlot <p>Les élèves placent les cartes (5'). Mise en commun sur un jeu au tableau avec discussion.</p>		
	2.2 (15mn)	Discussion autour des émotions. Compléter la fiche mémoire.	Discuter de ses émotions, de ses difficultés à les gérer ... Pourquoi on est jaloux? Pourquoi moi et pourquoi pas d'autres?
<p>Faire émerger que les émotions primaires sont partagées par tous et les émotions secondaires ne sont pas présentes chez le nouveau-né.</p> <p>Faire noter dans la fiche mémoire les 6 émotions primaires : surprise peur dégoût joie tristesse colère.</p>			
02/03/17	Faire le bilan	<p>Lecture en commun ou individuelle.</p> <p>Colorier les vignettes sur la carte heuristique.(bleu :émotions primaires, rouge, émotions secondaires)</p>	



Wagon n°3 : découvrir le lien entre mes émotions et mes apprentissages

Descriptif : découvrir les liens qu'il y a entre les émotions et notre cerveau. Notamment au cours des apprentissages.

Rappel W1 : vous savez qu'il y a différentes émotions et que dans une même situation nous n'éprouvons pas tous la même.

Rappel W2 : vous savez différencier les émotions primaires (dès la naissance) et secondaires (en grandissant).

	Fiches	Objectif de l'activité	Consignes pour l'élève
SEANCE 1	Je comprends le fonctionnement et l'évolution de mon cerveau de la naissance à l'âge à l'adulte.		
	3.1A (cerveau complet)	NB : penser à mettre la classe en îlot ⇒ Découvrir les grandes zones de fonctionnement de notre cerveau et comprendre la place des neurones dans celui-ci (loupe)	1) expliquer par projection le schéma 2) lire les définitions et les associer à chacune des zones.
	3.1B 3.1C (cerveau bébé, ados, adultes)	1) découvrir l'évolution de notre cerveau et de ses fonctions au fil des âges (connexions et myélinisation) et poser les cerveaux et les loupes 3.1C 2) à partir de la vidéo corriger et coller les images, corriger aussi le QCM et faire le lien avec les émotions	1) Par îlots de 4, découvrir et comprendre chacun des schémas. loupe = neurones, carré = cerveau et les associer ensuite à un âge. ⇒ compléter le QCM 2) A travers la vidéo illustrer sur le schéma le haut et petit débit https://www.youtube.com/watch?v=baIQ2eBugNM
	Prépa S2 : pour 30 élèves, faire noter le groupe (10 élèves sont du G1 ; 10 G2 ; 10 G3) dans lequel ils seront et leur lettre (G1 2 élèves ont le a, 2 le b, 2c, 2d, 2e) en expliquant qu'ils verraient 3 vidéos différentes (sans plus de précisions). ⇒ Il faut prévoir 3 salles avec 3 vidéos projecteurs et le film correspondant.		

Rappel W3 – S1 : vous avez appris que votre cerveau peut-être schématisé en 3 zones et que celles-ci vont évoluer différemment selon votre âge (bébé, adolescent, adulte).

Je comprends que les émotions que je ressens ont un impact sur la réussite et mes performances dans mes apprentissages (à dire dès le début de la séance).			
SEANCE 2	3.2A (tableau pour chaque élève)	1^{er} tps : classe séparée en 3 groupes « d'experts » (donnés en S2 + prévoir 3 salles + 3 vidéos). G1 : climat de confiance susceptible de générer du plaisir : pas d'enjeu, pas d'évaluation. G2 : climat propice à générer de la peur, de l'angoisse et donc du stress : évaluation cruciale, déterminante pour l'orientation. G3 : climat susceptible de provoquer de la colère : injustice, moins de temps...	1^{er} tps : en groupe d'expert (15-20) → visionner 3 fois le film correspondant à leur situation → 3.2A compléter le tableau de façon individuelle : → groupe : discussions et mise au point sur ce qui doit être retranscrit
	3.2B (thermomètre)	Expliquer clairement la feuille 3.2 A 2^{ème} tps : groupes d'ambassadeurs (8x3) 1a, 1b... 3^{ème} tps : grand groupe mise en évidence des relations entre émotions et les résultats sur les apprentissages et visionnage des 3 vidéos	2^{ème} tps : en groupe d'ambassadeur → décrire la situation visionnée → rapporter la mise au point faite 3^{ème} tps : en classe entière 3.2B : revoir les 3 vidéos et bilan sur le thermomètre + bulles situation ou émotions à fixer

Remarques :

*attention les élèves peuvent être surpris par cette démarche de coopération (expert, ambassadeur), l' idéal serait qu' ils aient vécu au moins une fois ce type de mise en œuvre.

Rappel W3 – S2 : vous avez appris que mon état émotionnel joue sur ma réussite et que selon ce que je ressens mes performances peuvent varier.

SEANCE 3	Je comprends que les émotions ressenties se manifestent dans mon cerveau et aussi dans le reste de mon corps.	
	3.3.A	<p>1) amener les élèves à associer des manifestations physiques avec des émotions (action des hormones qui activent et qui apaisent)</p> <p>⇒relier mes émotions aux manifestations physiologiques = <i>je transpire, j'ai mal au ventre, j'ai de l'énergie quand...</i></p> <p>⇒cf. vidéo « <i>qu'est-ce que le stress ?</i> »</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=uQTKJAPWb4&feature=youtu.be +livret vert</p>
	<i>Remarques : certaines émotions (culpabilité, jalousie) ou ressenties (mains moites...) peuvent nécessiter une explication.</i>	
3.3.B	<p>2) comprendre, à travers le schéma bilan, que le cerveau et mes organes s'influencent réciproquement. Régulation de l'intérieur avec l'extérieur et inversement (endogène, exogène).</p> <p>⇒laisser les élèves comparer les deux schémas, relever les différences, interpréter les symboles et en tirer des conclusions.</p> <p>⇒la remédiation se fait ensuite avec l'enseignant.</p>	

Séance non finalisée et donc non faite avec les élèves :

SEANCE 4	3.4	<p>⇒comprendre qu'il y a un lien entre le comportement social du groupe et les émotions que je ressens</p> <p>⇒Comprendre que je régule mes émotions mais aussi celle des autres.</p> <p>⇒montrer des évènements au sein d'une classe, pourquoi ces réactions :</p> <p><i>*si moquerie presque tout le monde rigole et donc se moque</i></p> <p><i>*si quelqu'un pleure, seulement 2-3 élèves vont le voir</i></p> <p><i>*goûter partagé, bonbons = engouement collectif</i></p>
-----------------	------------	--

Bilan élève à atteindre : *cf. bilan effectué à la fin de chaque séance.*

A FINALISER : la séance 4 et voir si elle a sa place à la suite de ces 3 séances.



Wagon n°4 : mettre des mots sur mes émotions.

Descriptif : comprendre que mettre des mots sur mes émotions peut m'aider.

Rappel W1 : vous savez qu'il y a différentes émotions et que dans une même situation nous n'éprouvons pas tous la même.

Rappel W2 : vous savez différencier les émotions primaires (dès la naissance) et secondaires (en grandissant).

Rappel W3 : vous savez qu'il y a des liens entre les émotions et votre cerveau, notamment au cours des apprentissages.

NB : l'idéal serait de faire ces 2 séances en 2 heures consécutives pour garder la cohérence des activités.

	Fiches	Objectif de l'activité	Consignes pour l'élève
SEANCE 1	Je mets en scène mes émotions.		
	4.1 A	Exprimer des émotions dans une mise en scène théâtrale	<p>1ère étape : constituer 6 groupes : chacun prend connaissance de son scénario (cf. fiche 4.1 A), identifie l'émotion évoquée et propose une mise en scène, avec dialogue.</p> <p>2e étape : mise en scène devant toute la classe.</p> <p>3e étape : échanges dans le groupe-classe après chaque passage pour identifier l'émotion jouée et ses manifestations.</p> <p><i>NB : l'enseignant prend une photo du groupe (arrêt sur image) qui exprime l'émotion jouée.</i></p> <p>4e étape : chaque élève complète la fiche 4.1 B « L'arbre à émotions », avec le nom des 4 émotions jouées (ajouter « surprise » et « joie »)</p>
4.1 B	<p>Prépa S2 : imprimer les 4 photos de groupe et les coller sur l'arbre à émotions à accrocher dans la classe (cf. 4.1 B).</p>		

Rappel W4 – S1 : j'ai exprimé une émotion en groupe au travers d'une mise en scène.

SEANCE 2	Je mets des mots sur mes émotions.		
	4.1 B	Trouver des solutions personnelles à une situation-problème où je me sens envahi par une émotion négative.	<p>1ère étape : chaque groupe reprend le scénario inventé en séance 1 et propose une nouvelle mise en scène qui permette d'apporter des solutions à la situation-problème.</p> <p>2e étape : mise en scène devant toute la classe.</p> <p>3e étape : échanges en groupe-classe autour des solutions proposées : les racines de l'arbre à émotions sont complétées avec les idées trouvées.</p> <p><i>(exemple de trace écrite : à écrire au niveau de la terre, « Exprimer mes émotions permet de... ». Au niveau des racines : « mieux apprendre, obtenir des conseils, me libérer, me sentir mieux, éviter les débordements, mieux comprendre ce qui m'arrive... »</i></p> <p>4e étape : chaque élève est invité à compléter son « Journal à émotions » (fiche 4.2 A), qu'il pourra utiliser dans son quotidien en choisissant la mise en page qui lui convient.</p>
4.2 A			

Bilan élève à atteindre : *Quand une émotion négative (peur, colère ou tristesse) m'envahit, je dispose de ressources qui peuvent m'aider à m'apaiser.*
Dresser un bilan quotidien ou hebdomadaire des émotions que je ressens, pourra m'aider à choisir l'attitude qui conviendra face à une situation-problème.



FEUILLE DE ROUTE POUR L'ENSEIGNANT



Wagon n°5 : identifier ses émotions.

Descriptif : permettre à l'élève de reconnaître les manifestations biologiques et comportementales de ses émotions, afin d'essayer de les canaliser grâce à une boîte à outils.

Rappel W1 : vous savez qu'il y a différentes émotions et que dans une même situation nous n'éprouvons pas tous la même.

Rappel W2 : vous savez différencier les émotions primaires (dès la naissance) et secondaires (en grandissant).

Rappel W3 : vous savez qu'il y a des liens entre les émotions et votre cerveau, notamment au cours des apprentissages.

Rappel W4 : vous savez que quand une émotion négative (peur, colère ou tristesse) vous envahit vous disposez de ressources qui peuvent vous aider à vous apaiser (mettre des mots).

	Fiches	Objectif de l'activité	Consignes pour l'élève
SEANCE 1	5.1A	Réactiver les connaissances vues dans les séquences précédentes, notamment la 1 (représentation d'une émotion) et la 2 (différencier émotions primaires et secondaires).	⇒ Identifier les 6 émotions primaires représentées.
	5.1B		⇒ Identifier les 6 émotions primaires représentées. On fait 2 fois le même travail, mais avec 2 supports différents.
	5.2		⇒ Différencier émotions primaires et secondaires. ⇒ Inventer de nouvelles rimes et imaginer de nouveaux prénoms.
SEANCE 2	5.3A	Faire prendre conscience à l'élève que les émotions se traduisent par des réactions physiques et psychologiques plus ou moins visibles.	
	5.3B		
	5.3C		
	5.4	Aider l'enfant à trouver des solutions lorsque les émotions « débordent »	⇒ Quand une émotion, positive ou négative, pourrait gêner le cours, quel ballon t'aiderait ?

Bilan élève à atteindre :

J'ai découvert comment reconnaître les émotions que je ressens et j'ai des petits « trucs » pour éviter que ces émotions prennent le contrôle de moi-même. C'est plutôt à moi d'essayer de les contrôler le plus possible !



Wagon n°6 : l'image de soi.

Descriptif : définir l'estime de soi et prendre conscience qu'elle se construit à l'aide du regard des autres.

Rappel W4 : vous savez que quand une émotion négative (peur, colère ou tristesse) vous envahit vous disposez de ressources qui peuvent vous aider à vous apaiser (mettre des mots).

Rappel W5 : vous avez découvert comment reconnaître les émotions que vous ressentez et vous avez à présent des petits « trucs » pour éviter que ces émotions prennent le contrôle de vous-même. C'est plutôt à vous d'essayer de les contrôler le plus possible !

	Fiches	Objectif de l'activité	Consignes pour l'élève
En étant positif avec l'autre, je l'aide à se construire une bonne image de lui-même et en retour, les autres me voient positivement.			
SEANCE 1	6.1A	Le jeu de la boîte musical a pour objectif qu'un échange et des dialogues s'installent entre les élèves sur les situations vécues au collège	⇒ Jeu de la boîte musicale : la classe est divisée en 4 ou 5 groupes selon l'effectif. Ils se mettent en groupe avec un fond musical. Les élèves, les-uns après les autres, piochent dans une boîte une étiquette « situation ». Chacun exprime si cela lui évoque une situation vécue
		L'objectif est d'arriver à faire prendre conscience aux élèves que le regard des autres influence l'estime que l'on se porte	⇒ Synthèse : retour en groupe classe. Questions de synthèse : « <i>c'est quoi avoir une bonne image de soi ?</i> » « <i>Pourquoi certains ont une mauvaise image d'eux-mêmes ?</i> »
	6.1B 6.1C	Qu'est-ce que je ressens à la découverte de mon nuage de mots ? En étant positif avec l'autre, je l'aide à se construire une bonne image de lui-même et en retour, les autres me voient positivement	⇒ Nuage de mots positifs : la classe est à nouveau divisée en groupes. Chaque groupe travaille sur les élèves qui composent un autre groupe. Pour chaque élève du groupe voisin, ils réalisent un nuage de mots sur une fiche pré-remplie. Ils attribuent à chaque élève des adjectifs positifs à l'aide de leur propre vocabulaire ou à l'aide d'une liste d'adjectifs possibles. Chaque élève reçoit son nuage de mots.
Prépa S2 : une enquête préalable sur les savoir-faire doit être réalisée auprès des élèves.			

Rappel W6 – S1 : vous avez appris qu'en étant positif avec l'autre, vous l'aidez à se construire une bonne image de lui-même et en retour, les autres vous voient plus positivement.

« Je suis intelligent et de plusieurs manières. »			
SEANCE 2	6.2A	L'objectif de cette activité est d'utiliser tous les savoir-faire des élèves afin d'organiser la survie du groupe.	L'écriture d'une histoire : la classe est divisée en 4 ou 5 groupes selon l'effectif. Chaque groupe reçoit une histoire (fiche 2C) à compléter à l'aide de la fiche 2B. Synthèse : retour en groupe classe et chaque groupe raconte son histoire. Quel bilan peut-on faire de cette activité ?
	6.2B	L'objectif est de montrer aux élèves que nous sommes tous différents, que nous possédons des formes d'intelligence différentes mais que nous avons tous besoin les uns des autres.	
	6.2C		

Bilan élève à atteindre : *j'ai appris qu'en étant positif avec l'autre, je l'aide à se construire une bonne image de lui-même et en retour, les autres me voient plus positivement.*



Wagon n°7 : moi et les autres.

Descriptif : comprendre que la connaissance des émotions peut faciliter la relation aux autres.

Rappel W5 : vous avez découvert comment reconnaître les émotions que vous ressentez et vous avez à présent des petits « trucs » pour éviter que ces émotions prennent le contrôle de vous-même. C'est plutôt à vous d'essayer de les contrôler le plus possible !

Rappel W6 : vous avez appris qu'en étant positif avec l'autre, vous l'aidez à se construire une bonne image de lui-même et en retour, les autres vous voient plus positivement.

	Fiches	Objectif de l'activité	Consignes pour l'élève
SEANCE 1	Je comprends ce qu'est l'empathie et ce qu'elle permet		
		1) Visionner un extrait de l'émission de France 2 « les pouvoirs extraordinaires du corps humain : les super pouvoirs de notre cerveau » dans lequel il est question des neurones miroirs et de l'empathie. 2) Faire réagir les élèves, le terme « empathie » devant émerger.	1) Regarder attentivement l'extrait. 2) Essayer de retenir un ou deux mots importants cités dans l'extrait.
	Feuille A3 avec schéma Placemat	1) Répartir les élèves par groupe de 3 ou 4. 2) Utiliser la technique du Placemat : distribuer une feuille A3 à chaque groupe. Chaque élève note dans l'espace qui lui est réservé sa réponse aux deux questions posées : 1- L'empathie, c'est quoi ? 2- L'empathie, ça permet quoi ? Puis, les élèves se concertent et décident de réponses communes à écrire au centre du cercle.	1) Constituer des groupes de 3 ou 4. 2) Réfléchir à ce que veut dire le mot « empathie » et noter sur la feuille ce que c'est et ce que ça permet. 3) Mettre en commun avec les autres élèves du groupe et se mettre d'accord sur une définition à écrire au centre de la feuille.
	7.1	1) Compléter le schéma à partir du travail réalisé par chacun des groupes.	1) Compléter le schéma.
	Je me mets à la place de l'autre et j'agis avec mes émotions secondaires plutôt qu'avec mes émotions primaires		
	Quelques élèves improvisent une scène avec une situation sociale problématique. Les autres élèves observent la scène. A la fin de la scène, le professeur propose de rejouer le tout et convie les élèves spectateurs à intervenir à des moments clés où ils pensent pouvoir dire ou faire quelque chose qui infléchirait le cours des événements.	1) Six élèves acteurs jouent une scène se passant sur la cour : un élève cache le cartable d'un autre. 2) Les élèves spectateurs observent la scène et interviennent ensuite.	
Bilan élève à atteindre : <i>je sais définir le mot « empathie ». J'ai compris qu'avec nos émotions primaires, on n'agit pas toujours de façon adéquate.</i>			

Rappel W7 – S1 : vous avez compris que l'empathie, c'est se mettre à la place de l'autre, ressentir ce qu'il ressent et que ça permet de mieux comprendre les autres, mais aussi de mieux se comprendre soi-même.

Je comprends que la manifestation de mes émotions peut avoir une incidence sur celle des autres et inversement			
SEANCE 2		<p>1) Visionner le spot de la campagne de lutte contre le harcèlement « Les claques ».</p> <p>2) Faire réagir les élèves.</p>	<p>1) Regarder attentivement l'extrait.</p> <p>2) Réagir à ce que j'ai vu.</p>
	7.2.A 7.2.B	<p>1) Amener l'élève à se recentrer sur les émotions vécues à l'école (en faisant un clin d'œil au poème de Prévert « L'enfant et l'oiseau »).</p>	<p>1) Dans la fiche 7.2.A, dans quel enfant te retrouves-tu parfois ?</p> <p>2) Une fois que tu as choisi une situation (« celui qui... »), recopie-la sur la fiche 7.2.B et complète les bulles.</p>

Bilan élève à atteindre : *j'ai compris qu'un climat serein favorise les apprentissages.*