



DESTINATAIRE  
**Animateur**

PUBLIC  
**À partir  
de 3 ans**

THÈME  
**Faire**

## Des activités pour exprimer ses émotions

**Voici deux idées d'activités pour aider les enfants à nommer leurs émotions, à les exprimer et à en parler.**



### La roue des émotions

#### Matériel

- Prévoir : des feuilles, des ciseaux, de la colle, des feutres, 6 pinces à linge, du carton souple et le gabarit gratuit à imprimer sur [www.krea.kids.fr](http://www.krea.kids.fr) ou en scannant le QR code ci-contre.

#### Déroulement

##### Étape 1

- Imprimer le gabarit de l'activité puis colorier les différents secteurs de la roue de 6 couleurs différentes.



Toutes photos © A.-L. Batut



##### Étape 3

- Imprimer la seconde feuille comportant les smileys et les découper.
- Les coller ensuite sur le bout d'une pince à linge. Il faut un smiley par pince à linge, soit 6 au total.
- Reporter sur l'extrémité de chaque pince à linge une touche de couleur correspondant à la zone de la roue qui représente l'émotion concernée. Ce code couleur aidera les plus jeunes enfants et les non-lecteurs à les placer au bon endroit.

##### Étape 2

- Afin de solidifier la roue, il est conseillé de la coller sur un carton souple, type boîte de céréales. Après séchage, découper la roue en suivant son contour.



• Cette roue pourra être utilisée comme indicateur « aujourd'hui je me sens... », au cours d'un temps d'échange quotidien, qui pourra être instauré en rituel de début de journée. Ce support permettra aux enfants d'aborder leurs émotions et d'apprendre à mieux les exprimer.

## Livret des émotions

### Matériel

- Prévoir : une feuille de papier, de la colle, des ciseaux, du carton souple, des feutres.

### Déroulement

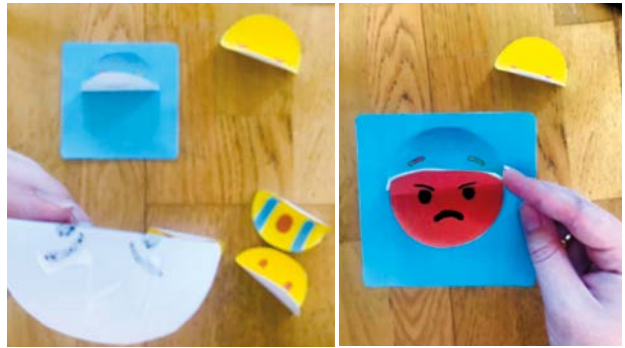
#### Étape 1

- Dessiner sur une feuille 6 smileys représentant 6 émotions différentes. Attention il faut les faire tous de la même dimension. Il est possible également d'utiliser les smileys du gabarit de la roue des émotions (activité précédente). Puis les découper. Plier les smileys en deux dans le sens horizontal.



#### Étape 2

- Prendre un morceau de carton souple type boîte de céréales et y découper un carré dont le côté représente 1,5 fois le diamètre d'un smiley, puis le colorier. Il servira de base pour accueillir les smileys.



### Étape 3

- Prendre un smiley et coller seulement la moitié supérieure sur la base.
- Puis en prendre un second, et coller sa moitié supérieure sur la moitié inférieure du premier smiley. Et ainsi de suite avec les autres smileys.
- Coller enfin la moitié inférieure du dernier smiley sur le support pour terminer le livret des émotions.
- Comme le précédent, ce support pourra être utilisé avec les jeunes enfants pour leur permettre d'exprimer leur émotion du moment, et d'apprendre à nommer ce qu'ils ressentent. ▶



