

Une activité pour apprendre à développer des liens et comportements pro-sociaux - 4

La carte de son humeur

Niveaux : cycles 2 et 3

Discipline support : arts visuels

Objectifs spécifiques : apprendre à identifier ce que ressentent les autres et à agir de manière adaptée pour leur apporter du soutien

Durée : deux séances de 30 min puis 15 min

Modalités : travail individuel puis collectif

Matériel : une feuille par élève (si possible un papier un peu épais). Prévoir autant de feuilles que d'élèves et quatre couleurs différentes (une couleur par groupe).

Proposition de déroulé de l'activité

1- Phase de mise en projet

- Rappeler ce qui a été vu précédemment dans le cadre des séances d'empathie, en particulier concernant les émotions et la communication efficace.
- Présenter l'objectif de l'activité aux élèves. Il s'agit d'apprendre à comprendre ce que ressentent les autres et à réagir de manière adaptée.

2- Mise en activité

Première partie individuelle (20 à 30 min)

- Distribuer une feuille par élève en les répartissant en quatre groupes (une couleur de feuille par groupe). Expliquer aux élèves qu'ils vont fabriquer individuellement la carte de leur humeur du moment qui va mêler des mots et des dessins, des collages... L'œuvre ainsi réalisée doit refléter leur état d'esprit pour répondre à la question « Comment je me sens en ce moment ? ». L'enseignant explique que chacun est libre d'écrire ou de dessiner ce qu'il souhaite partager avec les autres (on n'est pas obligé de tout dire, écrire, dessiner). Il est possible de mettre plusieurs émotions sur la même feuille. Les élèves ne doivent pas mettre sur leur carte de signes permettant de les identifier (pas de nom...).

Deuxième partie collective par groupe de cinq à six élèves

- Les cartes sont mélangées et distribuées aux groupes (chaque groupe se retrouve avec les cartes d'un autre groupe, donc d'une couleur différente de la sienne).
- Les élèves discutent entre eux de ce qu'ils comprennent de l'état d'esprit / de l'humeur de celles et ceux qui ont fait chaque carte. Au dos de chacune, ils écrivent ce qu'ils ont compris : cet élève est triste, joyeux, il se sent seul... Si c'est une émotion désagréable, ils cherchent ensemble et écrivent comment ils pensent pouvoir apporter du soutien à l'élève.

3- Bilan de l'activité

- Féliciter les enfants pour leur participation et leur créativité et montrer quelques cartes en présentant les idées proposées pour soutenir les élèves qui en ont besoin. Si les élèves qui ont fait les cartes souhaitent se manifester, ils peuvent le faire et dire s'ils acceptent la proposition de soutien et si elle répond à leurs besoins.
- Demander aux élèves ce que leur a apporté l'activité.
- Terminer par : « Qu'avez-vous appris aujourd'hui au travers de cette activité ? »

Modalités de différenciation et prolongements possibles

- Pour les élèves de cycle 2 : la part de dessin, collage, pourra être plus importante ;
- Pour les élèves qui auraient des difficultés à se lancer dans l'activité, il est possible de prévoir en amont un temps d'échanges pour les aider à verbaliser la manière dont ils se sentent. Expliquer qu'il est tout à fait possible de se sentir à la fois calme et heureux, mais un petit peu triste par exemple et les productions peuvent donc mélanger différentes émotions, humeurs et sentiments.
- Pour les plus jeunes ou les élèves qui auraient du mal à se lancer, il est possible de réfléchir ensemble aux différents moyens plastiques qui permettent de s'exprimer : les couleurs, les formes (pointues, rondes...), les tailles, les matières... On peut enrichir la séance en montrant des reproductions de tableaux ou des dessins issus de la littérature de jeunesse.