

REPÉRER SES ÉMOTIONS, SES SENTIMENTS ET SES SENSATIONS

OBJECTIFS DE L'ACTIVITÉ

- Permettre aux enfants de reconnaître et d'exprimer leurs émotions.
- Découvrir le plaisir de les partager
- Faire comprendre la notion de secret.

MATÉRIEL

Léa et le feu, Institut national de prévention et d'éducation pour la santé (INPES), coll. Les Chemins de la Santé, 2006. : [coffret pouvant être obtenu gratuitement \(voir site *\)](#)

- Guide pour l'enseignant,
- Livret pour l'enfant,
- Frise en 5 panneaux pour la classe,
- Jeu collectif,
- Documents d'évaluation.

DÉROULEMENT

Activité construite autour d'une histoire en 5 chapitres.

Le chapitre permettant d'aborder pleinement les sentiments est le chapitre 5.

Les activités peuvent être déroulées sur plusieurs temps tout au long de l'année scolaire.

AUTOUR DU CHAPITRE 5 : ÉCRITURE D'UNE LETTRE À L'ENCRE MAGIQUE

- Pour envoyer des messages d'amitié ou d'amour « discrètement ». À partir d'une liste de mots, chaque enfant doit reconnaître un sentiment qu'il éprouve.
- Une fois le sentiment identifié et nommé, il l'exprime dans une lettre, en faisant preuve de créativité.

JEU-TEST CŒUR CHAUD, TÊTE FROIDE

- [Le cœur chaud se laisse guider par ses émotions, la tête froide écoute sa raison....](#)
Ce jeu montre que la raison n'est pas incompatible avec l'expression des sentiments.

ALLER PLUS LOIN

- Débat sur le thème « Je suis amoureux » ([voir débat page 17 du livre de l'enseignant](#))
- [Chapitre 3 « du feu à éprouver » : le racisme](#)
- [Chapitre 4 « du feu à maîtriser » : la violence](#)

SITES ET BLOGS DE RÉFÉRENCE

- [*http://www.inpes.sante.fr/professionnels-education/outils/lea_feu/lea.asp](http://www.inpes.sante.fr/professionnels-education/outils/lea_feu/lea.asp)
- http://www.inpes.sante.fr/CFESBases/catalogue/pdf/Lea_Livret_enseignant.pdf
- http://www.inpes.sante.fr/professionnels-education/outils/lea_feu/pdf/Carnet%20personnel.pdf
- http://www.inpes.sante.fr/professionnels-education/outils/lea_feu/pdf/Livret%20enfants.pdf

INSPIRER LA COMMUNAUTÉ ÉDUCATIVE POUR LE BIEN-ÊTRE DES ÉLÈVES