

Reconnaitre et exprimer ses émotions

Source documents : lelivresscolaire.fr

P'tit blog de Segpa



Nos idées avant de commencer...



Reconnaitre et exprimer ses émotions

Nous ressentons beaucoup d'émotions.

Certaines sont faciles à identifier : la colère, la joie, l'excitation ou la peur.

D'autres sont moins évidentes : la déception, la tristesse, la honte.

Il n'est pas toujours facile de les **interpréter** et de **percevoir** celles que ressentent les personnes qui nous entourent.

Les petits dessins peuvent aider à s'y retrouver : utilisez des émoticônes pour raconter à un ami vos émotions de la journée !



**Pour chaque émoticône,
décodez l'émotion qui est exprimée !**

Repérez des émotions

Repérez les émotions ressenties par Florent à différents moments de sa journée.

Trouvez un mot et une émoticône qui représentent le mieux chaque émotion.

Doc. 2 Une journée riche en émotions

Le réveil de Florent n'a pas sonné ce matin. Il n'a pas eu le temps de prendre une douche, il a dû avaler son petit déjeuner en coup de vent, il a fallu se dépêcher pour ne pas arriver en retard à l'école. Il a peur d'être en retard. Il passe les grilles du collège juste avant la première sonnerie : c'était moins une !

La journée débute par un cours de SVT. C'est le cours préféré de Florent, il écoute tout ce que le prof dit, c'est passionnant. Le prof rend les copies. Le ventre noué, Florent attend avec impatience de voir s'il a bien réussi. Waouh ! Il a la meilleure copie de la classe. Florent est super fier !

En cours d'arts plastiques, le prof leur fait dessiner des oiseaux. Le dessin, ce n'est pas son fort, mais il s'éclate bien avec Julien, son meilleur copain. Le prof leur montre une technique de dessin. Florent n'arrive pas à dessiner correctement, ça l'énerve. Pourquoi les dessins de Julien sont-ils toujours plus beaux ?

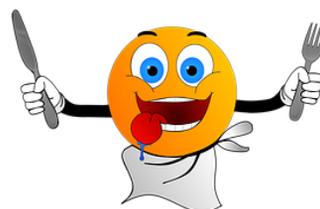
La cloche sonne, c'est l'heure du déjeuner. Après la cantine, Florent et ses amis font un foot. Florent est dans l'équipe de Morgane, qui est en en 5^e B. Il a le cœur qui bat à toute vitesse quand elle lui parle, ça fait un peu bizarre...

La journée de Florent, élève de 6^e au collège Paul-Émile Victor, Rillieux-la-Pape.



Prolongement:

Le bocal à émotions à installer en classe



Partagez vos émotions

À votre tour de raconter votre journée en émoticônes !

- 1) Rédigez un récit de quelques lignes sur une journée qui vous a marqué(e).
- 2) Vous pouvez utiliser les émoticônes de votre choix !
- 3) Faites lire votre texte à votre voisin : à lui de deviner les émotions que vous avez exprimées ! Lisez ensuite son texte.



