



Les émotions

Ce matin, Léa va à l'école pour la première fois : elle est ravie.
Mais, dans la cour, il y a plein d'enfants qu'elle n'a jamais vus.
Soudain, Léa a mal au ventre.
Elle regarde ses pieds et se sent toute timide.
Léa serre très fort la main de son papa.
Léa a un peu peur.
Elle ne connaît personne à l'école et ne sait pas ce qui l'attend.
Toi aussi, quand tu fais une chose pour la première fois, tu es partagé. Tu as envie et peur à la fois.
Tu veux, et tu ne veux pas.
Allez, du courage !
Pour devenir grand, il faut apprivoiser la peur.

Questions de lecture n°1

Réponds aux questions par une phrase ou entoure la bonne réponse.

1. Comment s'appelle la petite fille de l'histoire ?

Zoé – Léia – Lilou – Léa – Lili

2. Où est-elle ?

à la maison – à la garderie – au parc – à l'école

3. Qui l'accompagne ?

Papa – Maman – Tonton – Tata – Mamie – Papi

4. Que ressent Léa ?

elle a froid – elle a faim – elle a peur – elle a mal

5. Que faut-il faire pour devenir grand ?

.....
.....



Les émotions

Quand son papa la laisse seule dans la salle de classe, Léa a un gros chagrin. Elle pleure parce qu'elle est triste.

Cette tristesse lui remplit la tête comme un gros nuage noir qui cacherait le soleil.

Au début, Léa se sent envahie par ce chagrin, qui pèse lourd sur son cœur. Mais pleurer fait du bien.

C'est comme si la tristesse s'échappait à travers les larmes.

Au bout d'un moment, elle devient plus légère.

Et soudain, pfft ! La tristesse est partie.

Pour consoler Léa, Arthur lui prépare un bon chocolat chaud.

En retour, Léa lui offre un thé au jasmin.

Arthur fait semblant de le cracher par terre.

Il dit : « beurk, c'est du pipi de canari ! »

Léa éclate de rire. Son rire fait un joli bruit d'eau fraîche. Il dégringole comme une cascade.

Quand quelqu'un rit, on rit aussi.

Parfois on ne peut même plus s'arrêter : c'est un fou rire !

Le rire est contagieux. Il offre un moment de joie que l'on partage avec les autres. Un moment comme un cadeau.

Questions de lecture n°2

Réponds aux questions par une phrase ou entoure la bonne réponse.

1. Pourquoi Léa pleure-t-elle ?

elle a froid – elle a faim – elle a peur
elle a mal – elle est triste

2. A quoi ressemble la tristesse pour Léa ?

à un gros nuage blanc – à un gros nuage gris
à un gros nuage rose – à un gros nuage noir

3. Comment se sent-elle après avoir pleuré ?

elle a froid – elle est malade – elle est lourde
elle est légère – elle est fatiguée

4. Que fait Arthur pour consoler Léa ?

.....
.....

5. Arthur aime t'il le thé au jasmin ? Qu'est-ce qui le montre ?

.....
.....

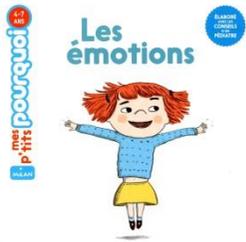
6. A quoi ressemble le rire de Léa ?

une pierre – une rivière – un lac – une cascade – un océan

7. Qu'est-ce qu'« fou rire » ?

c'est quand on est fou – c'est quand on rit avec un fou
c'est quand on ne peut plus s'arrêter de rire





Les émotions

Allez, du calme ! C'est l'heure de la leçon. La maîtresse a apporté de drôles animaux dans une boîte en verre.

Ce sont des phasmes. Ca alors ! On dirait des petits bouts de bois. Léa n'a jamais vu ça. Elle est très étonnée et ouvre de grands yeux ronds.

L'étonnement rend curieux. On pose des questions importantes : pourquoi l'eau coule du robinet ?

Pourquoi le ciel est bleu ?

En s'étonnant, on cherche à le comprendre.

Maintenant, la maîtresse demande aux enfants de dessiner les phasmes. Mais Arthur n'y arrive pas. Qu'à cela ne tienne, la maîtresse lui propose une autre mission : donner à boire aux phasmes.

Léa Rouspète : « Pourquoi lui et pas moi ? »

Léa ressent de la jalousie.

Elle pense que la maîtresse préfère Arthur.

Bien sûr, ce n'est pas vrai.

La maîtresse veut seulement l'aider. Comme elle aide tous les élèves.

Mais on n'a pas besoin que la maîtresse nous aide tous au même moment.

Questions de lecture n°3

Réponds aux questions par une phrase ou entoure la bonne réponse.

1. Qu'est-ce qu'a apporté la maîtresse ?
des farces – des bouts de bois – des phasmes – des images

2. Comment nous rend l'étonnement ?
joyeux – malheureux - curieux – intelligent – soigneux

3. Que fait-on en s'étonnant ?
.....
.....

4. Que doit faire Arthur vu qu'il n'arrive pas à dessiner les phasmes ?
donner à manger aux phasmes – changer les phasmes –
donner à boire aux phasmes

5. Que ressent, alors, Léa ?
.....
.....

6. Que veut faire la maîtresse ?
aider Arthur – aider Léa – aider tous les enfants





Les émotions

Après l'école, Léa rentre chez elle.

En chemin, elle passe devant une vitrine. Dedans, il y a une boîte de peinture avec toutes les couleurs de l'arc-en-ciel.

Léa veut cette boîte.

Mais son papa a dit non. Oh ! Là ! Là !

Léa se roule par terre et hurle dans la rue devant tout le monde.

Léa est en rage.

Une colère qui explose, ça fait comme un coup de tonnerre qui déchire le ciel. C'est impressionnant.

Pour se calmer, à chacun sa solution : parler avec son doudou, taper dans un punching-ball ou faire trois fois le tour du jardin en courant !

Maintenant, Léa est calmée. Pourtant, elle boude !

Elle reste dans son coin, elle ne veut parler à personne. Elle regrette d'avoir fait un caprice.

Après une telle colère, on se sent coupable et on a honte.

On voudrait revenir en arrière pour tout effacer.

Pourtant, c'est impossible ! Mais après des mots doux et un gros câlin, en général, tout s'arrange.

Questions de lecture n°4

Réponds aux questions par une phrase ou entoure la bonne réponse.

1. Que veut Léa en rentrant de l'école ?

- une boîte de peinture – une boîte de crayon de couleur
- une boîte de feutre – une boîte de stylo

2. Que fait Léa quand son papa lui dit « non » ?

- elle ne dit rien – elle hurle – elle continue sa route
- elle se roule par terre – elle sourit

3. Comment s'appelle l'émotion qu'elle ressent à ce moment-là ?

.....
.....

4. A quoi ressemble la colère ?

- à un coup de poing – à un coup de tonnerre
- à un coup de soleil – à un coup de pied

5. Quelles peuvent être les solutions pour se calmer ?

.....
.....
.....

6. Pourquoi Léa a-t-elle honte ?

- parce qu'elle a eu peur – parce qu'elle est triste
- parce qu'elle a fait une colère – parce qu'elle a tapé son ami

7. Que faut-il faire pour que cela s'arrange ?

- des bisous – un câlin – une fessée – manger un bonbon





Les émotions

Pour se changer les idées, Léa et sa maman sortent faire un tour à vélo.

Léa vient tout juste d'apprendre à pédaler sans les petites roues. Elle file loin devant, comme le vent !

Grandir, c'est apprendre à faire de nouvelles choses : enfiler son manteau tout seul, dessiner des bonshommes, sauter très loin. Et, si on n'y arrive pas du premier coup, ce n'est pas grave. Petit à petit, on prend confiance en soi. Et on se sent fier.

Après la balade, c'est l'heure du bain. Dans l'eau moussante, Léa joue avec son sous-marin en plastique.

Soudain, sa sœur, Zoé, lui prend son jouet.

« Ah non alors ! Ça ne se fait pas ! »

Léa se fâche tout rouge. La moutarde lui monte au nez. Grrrr !

La colère est utile pour se défendre quand quelqu'un nous embête.

Elle nous donne de l'énergie pour dire : « non, je ne suis pas d'accord ! »

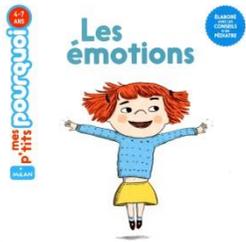
Mais il vaut mieux éviter de s'énerver. Quand la colère passe, plus tard, on peut discuter pour se réconcilier.

Questions de lecture n°5

Réponds aux questions par une phrase ou entoure la bonne réponse.

- Que va faire Léa pour se changer les idées ?
du patin à roulettes – du roller – de la trottinette – du vélo
- A quoi cela sert-il de grandir ?
.....
.....
- Quelles nouvelles choses doit –on apprendre par exemple ?
.....
.....
.....
- Qu'as-tu appris qui te rende très fier de toi ?
.....
.....
- Que fait Léa après la balade en vélo ?
elle donne à manger aux phasmes – elle range sa chambre
– elle prend son bain – elle met la table
- Quelle émotion Léa ressent-elle quand Zoé lui prend son sous-marin ?
.....
.....
- Que fait-on une fois la colère passée ?
.....
.....





Les émotions

En entrant dans sa chambre pour enfile son pyjama, Léa aperçoit un monstre sur le mur !

Léa ne peut plus bouger : elle a les jambes en coton, son cœur bat fort comme un tambour. Léa hurle.

Son papa arrive en courant et terrasse la petite araignée.

La peur nous prévient du danger. Une araignée, ça peut piquer !

Un monstre, ça peut nous dévorer !

Heureusement, le papa de Léa est là pour la rassurer.

Ouf ! Sauvée !

Pour apprendre à se débarrasser des monstres, le papa de Léa lui propose de lire l'histoire du Grand Vilain Poilu. Oh oui !

Léa l'adore, c'est sa préférée !

Elle frissonne de plaisir.

Cette histoire lui fait des petits guilis dans le creux du ventre.

Au début, les aventures du Grand Vilain Poilu font peur. Très peur !

Mais, à la fin, le gros vilain se casse toutes les dents. Hi, hi, hi !

Léa aime bien avoir peur, surtout quand elle est bien au chaud dans les bras de son papa.

1. Quel monstre Léa voit-elle sur le mur ?
un dragon – un gnome – une araignée – un loup – un gorille
2. Qui a sauvé Léa ?
Papa – Maman – Tonton – Tata – Mamie – Papi
3. Quelle histoire Léa préfère-t-elle ?
Grand Vilain tordu – Grand Vilain Poilu – Grand Vilain Mordu
4. Pourquoi le Grand Vilain Poilu ne fait-il plus peur à la fin de l'histoire ?
il n'a plus de poils – il n'a plus de dents – il n'a plus de bras

Questions de lecture n°6

Réponds aux questions par une phrase ou entoure la bonne réponse.





Les émotions

Questions de lecture n°7

Réponds aux questions par une phrase

Parfois tu n'es ni triste, ni joyeux, ni en colère.
Comme Léa en ce moment. Elle est calme et tranquille : elle rêve qu'elle habite dans une belle cabane, tout en haut d'un arbre.
Quand tu dessines, que tu joues dans ta chambre ou que tu rêves sans dormir, tu passes un moment serein.

Cette sérénité est agréable et douce. Comme si tu étais allongé dans un hamac, les yeux tournés vers les nuages.
Bien au chaud dans son dodo, Léa raconte sa journée à Doudou.
Elle a pleuré et s'est mise en colère. Elle a été étonnée et a bien ri aussi.

Léa a traversé plein d'émotions aujourd'hui.
Ces émotions servent à se sentir vivant.
Imagine, si tu étais un robot ! Tu n'aurais ni rire, ni larmes, ni étonnement, ni colère. Quel ennui !

1. Quelle émotion Léa ressent-elle à la fin de la journée ?

.....
.....

2. Fais la liste de toutes les émotions de Léa aujourd'hui

.....
.....
.....

3. Et toi, quelles émotions as-tu ressenties aujourd'hui ?

.....
.....
.....