

## Littéracie émotionnelle : la roue des émotions

La roue des émotions aide les enfants à comprendre leurs sentiments et ceux des autres. Enseigner aux enfants le vocabulaire pour exprimer leurs sentiments leur offre une manière de communiquer comment ils se sentent sans avoir besoin d'utiliser un comportement problématique. La roue des émotions qui suit peut être utilisée de diverses manières pour aider les enfants à acquérir des compétences socioémotionnelles autour de l'utilisation du vocabulaire et de la littéracie émotionnelle.

- ▶ Utilisez les images pour reconnaître une émotion, la décrire et en parler lorsque vous ou les enfants vous sentez ainsi.
- ▶ Utilisez les images dans le cadre d'une vérification des émotions. Encouragez les enfants à utiliser les images pour vous faire part de comment ils se sentent tout au long de la journée.
- ▶ Enseignez les nouveaux mots du vocabulaire des émotions. Commencez par quelques émotions puis passez aux émotions plus complexes. Enseignez les sentiments positifs/comfortables ainsi que les sentiments négatifs/inconfortables.
- ▶ Discutez de la façon dont les gens peuvent savoir ce que vous ressentez en regardant l'expression de votre visage, l'expression de votre visage. Discutez de la façon dont on peut distinguer les différents sentiments en regardant les yeux, la bouche ou la position du corps d'une personne. Utilisez les visages des sentiments pour vous aider à montrer et à expliquer les différentes expressions du visage.

**Masculin et féminin!**  
Chaque petite carte a le masculin et le féminin de chaque émotion.



**Heureux**  
**Heureuse**

## La roue des émotions: Activités en petits et grands groupes

- ▶ Invitez les enfants à faire tourner la roue à tour de rôle. Demandez aux enfants de nommer et de modeler l'émotion sur laquelle tombe la roue.
- ▶ Demandez à un enfant de faire tourner la roue et de *mimer* l'émotion sur laquelle la roue est tombée. Les autres enfants "devinent" l'émotion.
- ▶ Faites tourner la roue pour désigner une émotion. Demandez aux enfants de parler à tour de rôle d'un moment où ils ont ressenti ou vécu cette émotion.

# La roue des émotions

Heureux  
Heureuse



Effrayé  
Effrayée



Calme  
Calme



Frustré  
Frustrée



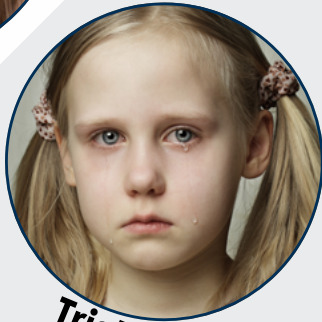
Nerveux  
Nerveuse



Fâché  
Fâchée



Triste  
Triste



Excité  
Excitée

