

# Compétences émotionnelles et relationnelles

Niveau de classe :

Cycle 3

## Présentation de la séance

A partir d'album de jeunesse, films et jeux pour exprimer son émotion, explorer l'univers des émotions en classe.

Albums proposés :

- Film Vice Versa
- Au fil des émotions, Cristina Nunez Pereira et Rafael R. Valcarcel
- Un ange dans ma tête, Anja Klauss
- Youpi ! Oups ! Beurk ! , Muriel Zurcher, Nathan
- Les contes chaud et doux des chaudoudoux, Pef et Steiner

## Programmes du cycle 3

### Cycle 3

#### La sensibilité : soi et les autres

#### Objectifs de formation

1. Identifier et exprimer en les régulant ses émotions et ses sentiments.
2. S'estimer et être capable d'écoute et d'empathie.
3. Se sentir membre d'une collectivité.

Connaissances, capacités et attitudes visées	Objets d'enseignement	Exemples de pratiques en classe, à l'école, dans l'établissement
1/a - Partager et réguler des émotions, des sentiments dans des situations et à propos d'objets diversifiés : textes littéraires, œuvres d'art, documents d'actualité, débats portant sur la vie de la classe.	- Diversité des expressions des sentiments et des émotions dans différentes œuvres (textes, œuvres musicales, plastiques...) - Maîtrise des règles de la communication.	- Jeu théâtral, mime.  - Jeux de rôle.  - Activités de langage : langage de situation, langage d'évocation.  - Les langages de l'art : expression artistique et littéraire des sentiments et des émotions.
1/b - Mobiliser le vocabulaire adapté à leur expression.	- Connaissance et structuration du vocabulaire des sentiments et des émotions.	- Le respect du corps entre les filles et les garçons en EPS et dans toutes les activités scolaires, en lien avec l'éducation affective et sexuelle.
2/a - Respecter autrui et accepter les différences.	- Respect des autres dans leur diversité : les atteintes à la personne d'autrui (racisme, antisémitisme, sexisme, xénophobie, homophobie, harcèlement...) - Respect des différences, tolérance. - Respect de la diversité des croyances et des convictions. - Le secours à autrui.	- Les mécanismes du harcèlement et leurs conséquences.  - Discussion à visée philosophique sur le thème de la tolérance ou sur le thème de la moquerie.  - La tolérance (en lien avec le programme d'histoire).
2/b - Manifester le respect des autres dans son langage et son attitude.	- Le soin du langage : le souci d'autrui dans le langage, notamment la politesse. - Le soin du corps, de l'environnement immédiat et plus lointain. - Le soin des biens personnels et collectifs. - L'intégrité de la personne.	- Étude dans les différents domaines disciplinaires de la diversité des cultures et des religions.  - L'attestation « apprendre à porter secours » (APS).  - Les différentes interprétations de La Marseillaise (éducation musicale).  - Les représentations artistiques des symboles de la République.
3/a - Comprendre le sens des symboles de la République.	- Valeurs et symboles de la République française et de l'Union européenne.	- Partager les tâches dans des situations de recherche (grammaire, conjugaison, mathématiques...), de coopération (EPS, éducation musicale, arts visuels et arts plastiques...) ou d'expérimentation (sciences).
3/b - Coopérer.	- Savoir travailler en respectant les règles de la coopération.	

## Ressources

- <http://education-nvp.org/ressources/fiches-pedagogiques/>
- <http://eduscol.education.fr/cid92405/1-emc-dans-la-classe-dans-l-ecole-et-dans-l-etablissement.html>
- 

## Exemples d'activités à mener

Objectifs	Sujet	
Connaître le vocabulaire des émotions	Lecture de documentaires et fictions autour des émotions, film	
Reconnaître les émotions	Mimes, pratique du théâtre et de jeux de rôle, photographies, textes, œuvres d'art ...	
Exprimer son émotion et son besoin	Roue des émotions et pyramide de Maslow, rédaction, théâtre, arts visuels ...	
Ecouter les émotions des autres	Jeux autour de situations entraînant diverses émotions. Entraînement de l'empathie par le débat, les situations dilemme	Feelings
Exprimer de la gratitude	Reconnaître les qualités et les compétences d'autrui Remercier et féliciter	Mise en place de situation de coopération Echange de chaudoudoux
Reconnaître l'émotion et le besoin de l'autre, chercher une solution à un conflit	Dire un message clair Être médiateur de conflits	