

# Programme de développement des compétences psycho-sociales

## Année 1 : Développement des compétences émotionnelles : Cycle 2

**Au préalable : Une évaluation diagnostique des élèves concernant leur compréhension des émotions**

### Progression des séquences d'apprentissage à mettre en œuvre en classe

**Pour engager le travail :** proposer la découverte d'un album présentant des émotions et discuter avec les élèves des émotions évoquées.

**Exemples d'albums pour débiter le travail :** « L'enfant à 5 têtes » tiré des activités Graines de Paix, « Aujourd'hui je me sens » Anthony Browne ; « Les émotions » éditions Piccolia ; « Les petites (et les grandes) émotions de la vie » Montse Gisbert ; « Le temps des émotions » Julie Bélaval et Carla Manea ; « Aujourd'hui je suis ... » Mies van Hout ; « Je suis une couleur » Gwen Le Gac etc...

D'autres albums possibles : <http://lutinbazar.fr/autour-des-emotions/>

Compétences	Domaine	Séances associées détaillées dans le dossier ci-après	Fréquence
Reconnaître et nommer les 4 émotions de base	Langage oral: Développer le vocabulaire et la reconnaissance des émotions  Langage oral et littérature : Comprendre les histoires racontées par le développement de la réflexion autour des émotions et états mentaux des personnages	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lecture d'albums jeunesse autour des 4 émotions de base (cf. Bibliographie + <a href="#">Sélection d'ouvrages pour entrer dans une première culture littéraire</a>) : Colère, Peur, Tristesse, Joie</li> </ul> ET/PUIS <ul style="list-style-type: none"> <li>Lecture d'albums jeunesse et réflexion systématique autour des émotions ressenties par les personnages (cf. Bibliographie + <a href="#">Sélection d'ouvrages pour entrer dans une première culture littéraire</a>)</li> </ul> (Progressions concernant la compréhension inspirée d'éléments évoqués par Sylvie Cèbe lors d'une conférence à mettre en œuvre pour chaque texte étudié)  (Si les enseignants ont des albums ou textes qu'ils ont prévus de travailler avec les élèves, il sera important de proposer la progression inspirée de Sylvie Cèbe pour travailler sur le texte choisi)  Il sera nécessaire de créer un affichage avec le vocabulaire des émotions. Cet affichage sera enrichi au fur et à mesure de l'année et permettra aux élèves d'avoir un appui lors des séances de langage.	1X par sem.
Exprimer ses émotions et les comprendre	Langage oral : Développer la compréhension, l'expression des émotions et l'empathie	<ul style="list-style-type: none"> <li>Des temps de langage type « <i>Aujourd'hui je me sens</i> » : une fois par semaine au minimum lors des rituels du matin ou début d'après-midi</li> </ul>	1X par sem.
		<ul style="list-style-type: none"> <li>Les cercles de parole « Prodas » : une fois par semaine</li> </ul>	1X par sem.
		<ul style="list-style-type: none"> <li><i>Pour aller plus loin</i> : « Apprentis philosophes : Réfléchir sur les émotions à partir des contes d'Audrey-Anne pour les 4 à 8 ans » Marta Gimenez-Dasi et Marie-France Daniel</li> </ul>	

**Fréquence des séances :** la fréquence minimum des séances est indiquée dans le tableau. Si les enseignants souhaitent ajouter des séances dans la semaine ils devront simplement m'indiquer leur choix.

Compétences développées	Domaine	Séances associées détaillées dans le dossier ci-après
Apprendre à réguler ses émotions	EPS : Pratiques corporelles de bien-être	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mise en œuvre des pratiques corporelles de bien-être à partir du livre : « Pratiques corporelles de bien-être, <b>Mieux apprendre à l'école • Mieux gérer sa classe</b> » Coordonné par Annie Sébire et Corinne Pierotti., Émilie Bouloré, Karine Charles, Joëlle Moret, Philippe Sauvage</li> </ul>
	Langage oral : exprimer ses émotions, les états physiques associés et les stratégies de régulation des émotions	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Evoquer avec les élèves les états physiques associés aux émotions ressenties</li> <li>• Discuter avec les élèves de leurs stratégies de régulation des émotions (temps de langage rituel par exemple)</li> <li>• Elaborer un affichage explicitant les stratégies possibles pour réguler ses émotions si l'on se sent triste, en colère ou que l'on a peur</li> </ul> <p>Pour aller plus loin : Créer une trousse pour se calmer et aider à réguler ses émotions (séance sciences et émotions) + Afficher le document élaboré avec les élèves sur les stratégies possibles de régulation des émotions</p>

**Pour aller plus loin :** Des séances disciplinaires facultatives : sciences, arts visuels et musique. Ces séances ont été élaborées par des conseillers pédagogiques et testées en 2015-2016 par des enseignants.

Les séances facultatives sont proposées à part, sur demande des enseignants.