

Programme de développement des compétences psycho-sociales

Année 1 : Développement des compétences émotionnelles : Cycle 3

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 texte présentant des émotions et discuter avec les élèves des émotions évoquées.

Texte : « L'arc en ciel des émotions » Jacques Salomé + discussion autour de l'histoire (ou autre album)

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">Lecture de textes ou d'albums jeunesse autour des 4 émotions de base (cf. Dossier + Bibliographie + Sélection d'ouvrages pour entrer dans une première culture littéraire) : Colère, Peur, Tristesse, JoieLecture de textes ou d'albums jeunesse et réflexion systématique autour des émotions ressenties par les personnages (cf. Bibliographie + Sélection d'ouvrages pour entrer dans une première culture littéraire) <p>(Progressions concernant la compréhension inspirée d'éléments évoqués par Sylvie Cèbe lors d'une conférence à mettre en œuvre pour chaque texte étudié)</p> <p>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.</p>	Parler des émotions des personnages à chaque lecture de textes + cf. Séances du dossier pour les textes. 1 X par semaine
Exprimer ses émotions et les comprendre	Langage oral : Développer la compréhension, l'expression des émotions et l'empathie	<ul style="list-style-type: none">Des temps de langage type « <i>Aujourd'hui je me sens</i> »	1 X par semaine minimum
		<ul style="list-style-type: none">Les cercles de parole « Prodas » (soit starter liés aux séances proposées, soit starter liés aux propositions de la fiche de préparation du cercle de Parole)	1 X par semaine minimum

Les séances : le dossier complet avec les séances à mettre en œuvre se trouve à la suite du document. Chaque émotion est travaillée individuellement dans un premier temps pour permettre en enrichissement du vocabulaire. Des séances concernant les besoins, l'estime de soi, le respect et ses limites sont ajoutées aux propositions. Quand les séances proposées seront terminées, les enseignants devront poursuivre le travail engagé avec les cercles de parole PRODAS ainsi que les temps de langage « *Aujourd'hui je me sens...* » et inviter les élèves à systématiquement évoquer les émotions des personnages dans les textes lus ou travaillés.

Fréquence des séances : les séances proposées dans le dossier pourront être menées en deux fois sur la semaine : corps de séance pour l'enrichissement du vocabulaire dans un premier

temps et temps de langage collectif dans un second temps (cercles de parole PRODAS) ou en 1 seule fois.

Les enseignants devront indiquer leur choix d'organisation.

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"> • Mise en œuvre des pratiques corporelles de bien-être à partir du livre : « Pratiques corporelles de bien-être, Mieux apprendre à l'école • Mieux gérer sa classe » Coordonné par Annie Sébire et Corinne Pierotti., Émilie Bouloré, Karine Charles, Joëlle Moret, Philippe Sauvage
	Langage oral : exprimer ses émotions, les états physiques associés et les stratégies de régulation des émotions	<ul style="list-style-type: none"> • Evoquer avec les élèves les états physiques associés aux émotions ressenties • Discuter avec les élèves de leurs stratégies de régulation des émotions (temps de langage rituel par exemple) • 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 <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.