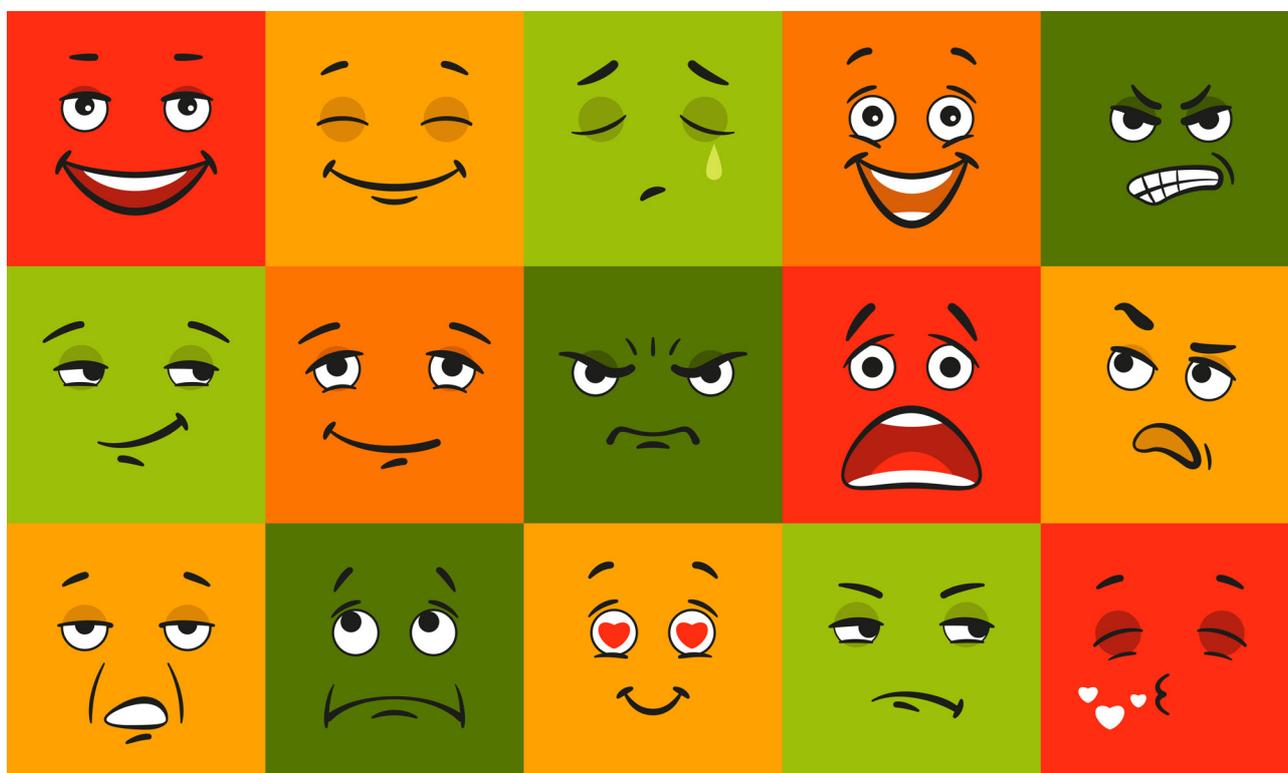


FOUNDATION PROGRAMME IN LITERACY, NUMERACY AND SKILLS  
**FRENCH LITERACY - GRADE 8**  
**GUIDE DE L'ENSEIGNANT.E**

**MUSIQUE ET DIVERTISSEMENTS [ LEÇON 8 ]**

## Les sentiments et émotions

*Cette leçon peut se faire en 4 sessions.*



### Objectifs d'apprentissage

**A l'issue de cette leçon, l'apprenant(e) sera capable de/d' :**

1. Enrichir le vocabulaire des sentiments et émotions
2. Développer son expression orale et écrite
3. Apprendre à reconnaître ses propres émotions
4. Comprendre les émotions des autres (empathie)

### Introduction du thème :

- Présentation du thème
- Question d'accroche : «Comment vous sentez-vous aujourd'hui ?»
- Création d'un climat de confiance

## Activité 1 – Vocabulaire clé

### Étape 1

- Demander aux élèves de citer des **sentiments positifs et négatifs**. Les noter au tableau.
- Donner aux élèves d'autres mots pour compléter le vocabulaire.
- Demander aux élèves de noter tout le vocabulaire.

### Une liste complémentaire pour l'enseignant

#### Sentiments positifs

- **Joie** : bonheur, gaieté, allégresse
- **Amour** : affection, tendresse, attachement
- **Fierté** : satisfaction, contentement
- **Espoir** : confiance, optimisme
- **Surprise** : étonnement, stupéfaction
- **Gratitude** : reconnaissance, remerciement

#### Sentiments négatifs

- **Tristesse** : chagrin, mélancolie, peine
- **Colère** : irritation, rage, fureur
- **Peur** : crainte, angoisse, terreur
- **Dégoût** : répulsion, aversion
- **Jalousie** : envie, rivalité
- **Honte** : gêne, embarras, confusion

### Étape 2

Compléter la liste en suggérant **d'autres** mots.

Demander aux élèves de noter tout le vocabulaire.

### Une liste complémentaire pour l'enseignant

#### Sentiments (intensité croissante) pour exprimer la :

- **Pour exprimer la joie** : content - joyeux - ravi - euphorique
- **Tristesse** : déçu - triste - affligé - désespéré
- **Colère** : agacé - en colère - furieux - enragé
- **Peur** : inquiet - effrayé - terrorisé - paniqué

#### Nuances d'émotions

- **Famille de la joie** : enthousiasme, fierté, soulagement, amusement
- **Famille de la tristesse** : nostalgie, regret, deuil, solitude
- **Famille de la colère** : irritation, indignation, exaspération
- **Famille de la peur** : timidité, stress, angoisse, phobies

## Activité 2 - Le thermomètre des émotions

- Demander aux élèves de travailler en binôme.
- Demander aux élèves de chercher des images qui reflètent ou de dessiner (par exemple par des émojis) les différentes émotions et/ou autres sentiments.
- Demander aux élèves de les classer du plus positif au plus négatif.
- Présentation d'images représentant différents sentiments.
- Créer une affiche pour illustrer les différents sentiments et émotions.
- Discussion collective sur les critères de classement.

## Activité 3 - Mon état d'esprit (15 minutes)

**Consigne :** Choisissez un sentiment qui convient et complétez les phrases suivantes :

### Heureux, triste, furieux, irrité

1. Aujourd'hui, je me sens \_\_\_\_\_ parce que \_\_\_\_\_
2. En général, je suis \_\_\_\_\_ quand \_\_\_\_\_
3. Mes parents sont \_\_\_\_\_ si \_\_\_\_\_
4. Mon professeur devient \_\_\_\_\_ lorsque \_\_\_\_\_



## Activité 4 - Un moment difficile

Étape 1 : Lisez le passage ci-dessous et soulignez toutes les émotions qui s'y trouvent.

Lilo était assise sur la plage, les genoux remontés contre sa poitrine. Ses yeux étaient rouges et gonflés - elle venait de se disputer avec sa grande sœur Nani encore une fois.

«Personne ne me comprend,» murmura-t-elle en regardant les vagues. «Parfois, j'ai l'impression d'être un monstre moi aussi.»

Stitch s'approcha doucement, ses grandes oreilles baissées. Il pouvait sentir la tristesse de Lilo, cette émotion qu'il commençait tout juste à comprendre depuis qu'il vivait avec elle.

«Lilo triste ?» demanda-t-il de sa petite voix rauque.

«Oui, Stitch. Je suis triste... et en colère... et fatiguée.» Lilo soupira profondément. «Tu sais ce que ça fait d'être différent ?»

Stitch hocha la tête lentement. Lui, l'expérience 626, savait exactement ce que c'était. Il avait été créé pour détruire, mais maintenant il ressentait quelque chose de nouveau dans son cœur - de l'amour, de la peur de perdre sa famille.

«Stitch aussi différent. Mais Ohana signifie famille. Famille signifie que personne n'abandonne ou n'oublie.»

Lilo leva les yeux vers son ami bleu. Malgré ses larmes, un petit sourire apparut sur son visage.

«Tu as raison, Stitch. Même quand c'est difficile, même quand j'ai peur ou que je suis fâchée... nous sommes une famille.»



**Étape 2 : Questions pour travailler les émotions**

**Répondez aux questions suivantes**

*Identification des émotions :*

Quelles émotions ressent Lilo dans ce passage ?

Comment Stitch montre-t-il qu'il comprend les sentiments de Lilo ?

*Expression des émotions :*

Comment Lilo exprime-t-elle sa tristesse et sa colère ?

Que fait Stitch pour aider Lilo à se sentir mieux ?

*Gestion des émotions :*

Qu'est-ce qui aide Lilo à se sentir mieux à la fin ?

Comment peux-tu aider quelqu'un qui se sent triste comme Lilo ?

## **Activité 5 - Écriture créative**

### **Cycle 1**

Complétez des phrases du type «Je suis heureux quand ...»

### **Cycle 2**

Rédigez un court texte décrivant une situation où vous avez ressenti une émotion forte.