

# Un Nouveau jour pour une Nouvelle activité !



Nous voici aujourd'hui en route pour **Le jour N°10 !!**

Pour cette nouvelle journée, comme promis, voici un nouveau livret d'activité.

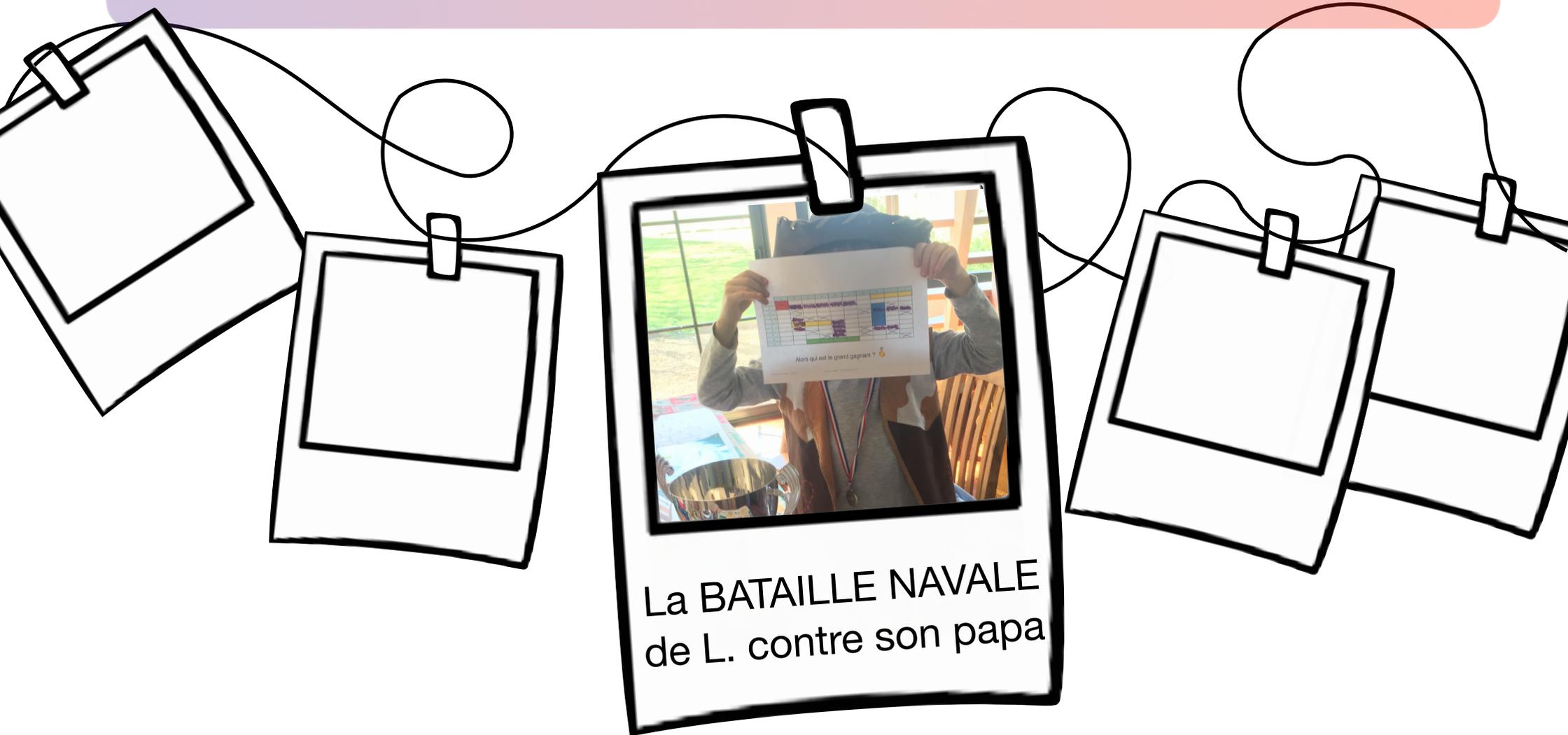
Alors les petits jeux d'habillage, ça t'a plu ??



Cette journée est un petit peu particulière : ça fait 1 semaine que je t'envoie 1 livret d'activité par jour. Et pour cette 2<sup>e</sup> semaine, on change les couleurs ! Ça te plait ?

Chose promise, chose dûe : tu vas pouvoir découvrir **ta photo** et celle des autres enfants !!!  
Aujourd'hui, on va parler émotion. **PRÊT, FEU, GO, PARTEZ !!**

## Photos des activités :



# CONNAIS-TU CES ÉMOJIS ? Écrit les noms des émotions !



.....



.....



.....



.....



.....



.....



.....



.....



.....



.....



.....



.....



.....



.....

# Jeu de l'Oie des ÉMOTIONS

**PRÉPARATION** : Imprime le plateau et 3 jeux de cartes.  
Comme toujours, plusieurs options sont possibles. Tu peux : utiliser la planche en fond **blanc** OU **coloré**, utiliser la planche **sans texte** OU **avec texte**. (Tu peux mixer les planches 😊)  
Après avoir imprimé le plateau et assemble-le. Après avoir choisi les planches tu vas utiliser, découpe chaque carte en suivant les pointillés.

**INSTRUCTIONS** : Place les pions sur la case **DÉPART** (damier rouge) et retourne la pile de cartes face cachée. Le premier joueur tire une carte et la retourne :

- Si c'est une carte « **ÉMOTION** » : il avance son pion jusqu'à la case la plus proche illustrant la même émotion.
- Si c'est une carte « **QUESTION** » : il avance son pion jusqu'à la case « question » la plus proche et raconte une situation où il s'est senti comme (voir l'émotion sur la carte).

On passe ensuite au joueur suivant et ainsi de suite.

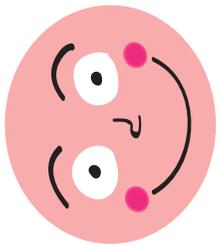
**Nombre de joueurs :**  
entre 2 et 4

Le **GAGNANT** est le premier arrivé sur la dernière case (damier noir).  
Les **PONTS** permettent d'aller directement à la case située à l'autre extrémité.

**ASTUCE** : Pour une meilleure qualité, va sur :  
<https://www.bloghoptoys.fr/telechargez-jeu-emotions>  
pour télécharger le plateau et les cartes.







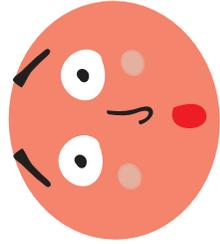
heureux



hésitant



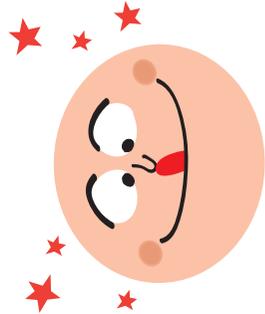
triste



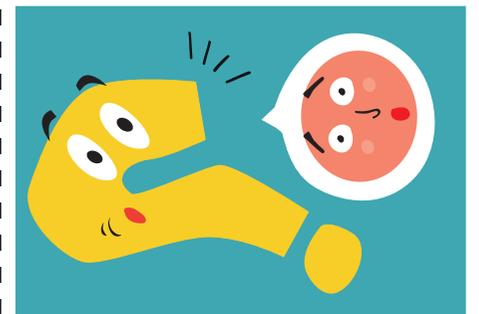
étonné



fâché



abasourdi

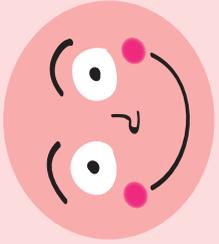


dégouté



effrayé





heureux



triste



fâché



dégouté



hésitant



étonné



abasourdi



effrayé



Donne-moi un exemple où tu t'es senti **HEUREUX** !



Donne-moi un exemple où tu t'es senti **TRISTE** !



Donne-moi un exemple où tu t'es senti **ABASOURDI** !



Donne-moi un exemple où tu t'es senti **DÉGOUTÉ** !



Donne-moi un exemple où tu t'es senti **FÂCHÉ** !



Donne-moi un exemple où tu t'es senti **HÉSITANT** !



Donne-moi un exemple où tu t'es senti **ÉTONNÉ** !



Donne-moi un exemple où tu t'es senti **EFFRAYÉ** !

## La pâte à modeler des ÉMOTIONS



### CETTE ACTIVITÉ TE PERMETS :

- d'échanger avec les autres de façon ludique !
- de revenir sur des moments où tu as été submergé par tes émotions (et papa et maman aussi !), des moments où tu as souvent du mal à exprimer ce que tu ressens en direct,
- si tu es plus petit (*dès 2 ans*), de te fournir le vocabulaire pour décrire les émotions (*exprimer ce que l'on ressent est le premier pas pour arriver à accompagner le sentiment*),
- si tu es plus grand (*dès 6 ans*), de réfléchir et de décrire ensemble ce que vous ressentez ou avez ressenti physiquement (boule au ventre, chaleur, picotement, envie de frapper, de sauter, ...) et de faire une liste des besoins possibles (câlins, s'isoler, crier, dessiner, chanter...).

## Fabrique TA pâte à modeler :

Comme tous les mercredis, voici la recette du jour ! Mais aujourd'hui, je te déconseille de la goûter 😊. Pour fabriquer TA pâte à modeler, il te faut :

1 TASSE DE FARINE

~~1/2~~ tasse de sel

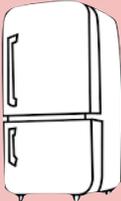
2 Cuillères à café de bicarbonate

1 Cuillère à café d'huile végétale (tournesol)  
(ou sésame)

1 tasse d'eau chaude

## Fabrique TA pâte à modeler :

Maintenant que tu as les ingrédients, place à la **RECETTE !**

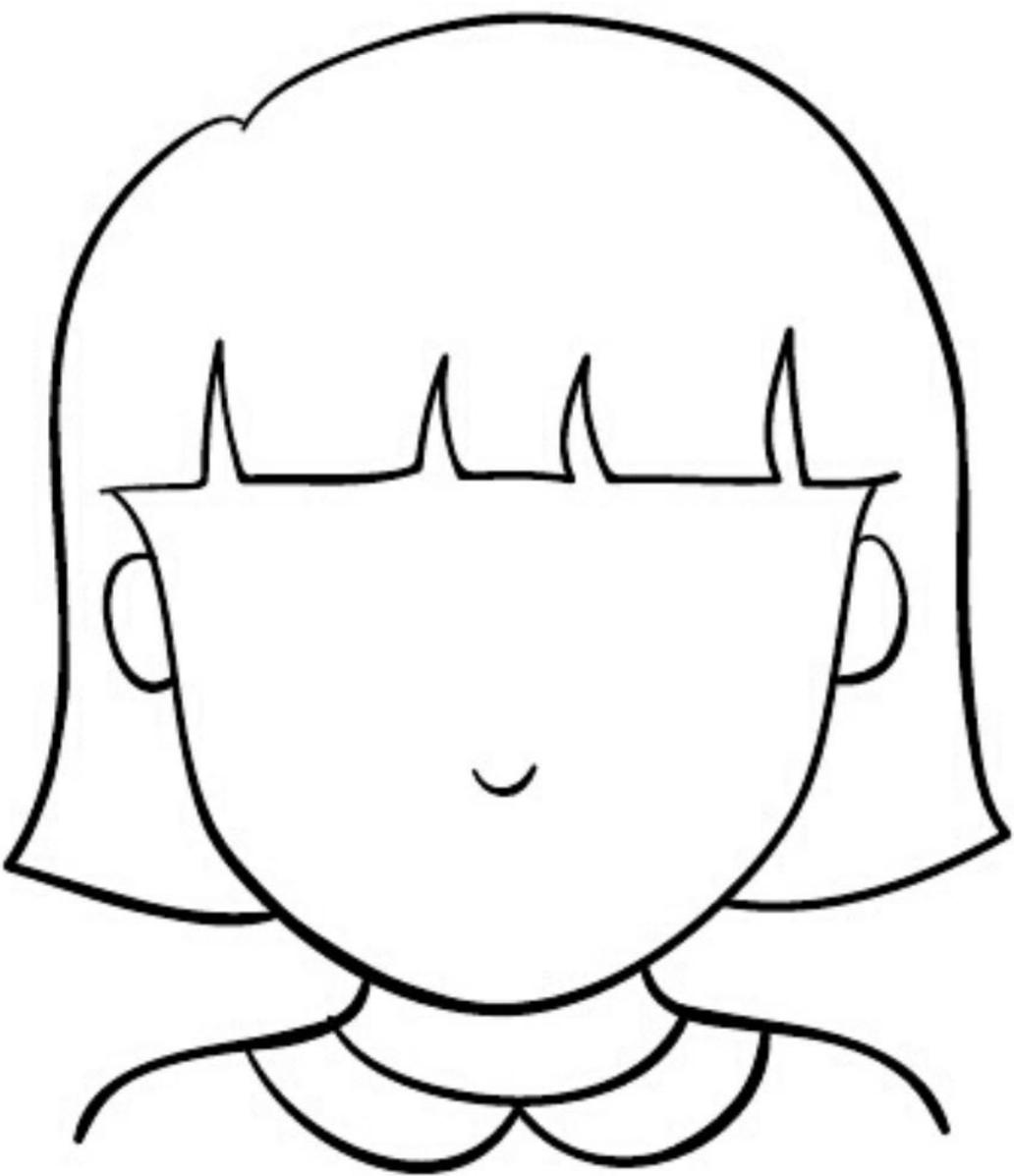
- ① Mélange tous les aliments ensemble.
- ② Fait chauffer dans une  jusqu'à ce que la pâte se décolle des bords de la .
- ③ Malaxe la pâte avec TES .
- ④ Pour plus de fun, ajoute des colorants alimentaires.
- ⑤ Conserve ta pâte à modeler dans une boîte au .

## Exprime TES Émotions avec TA pâte à modeler :

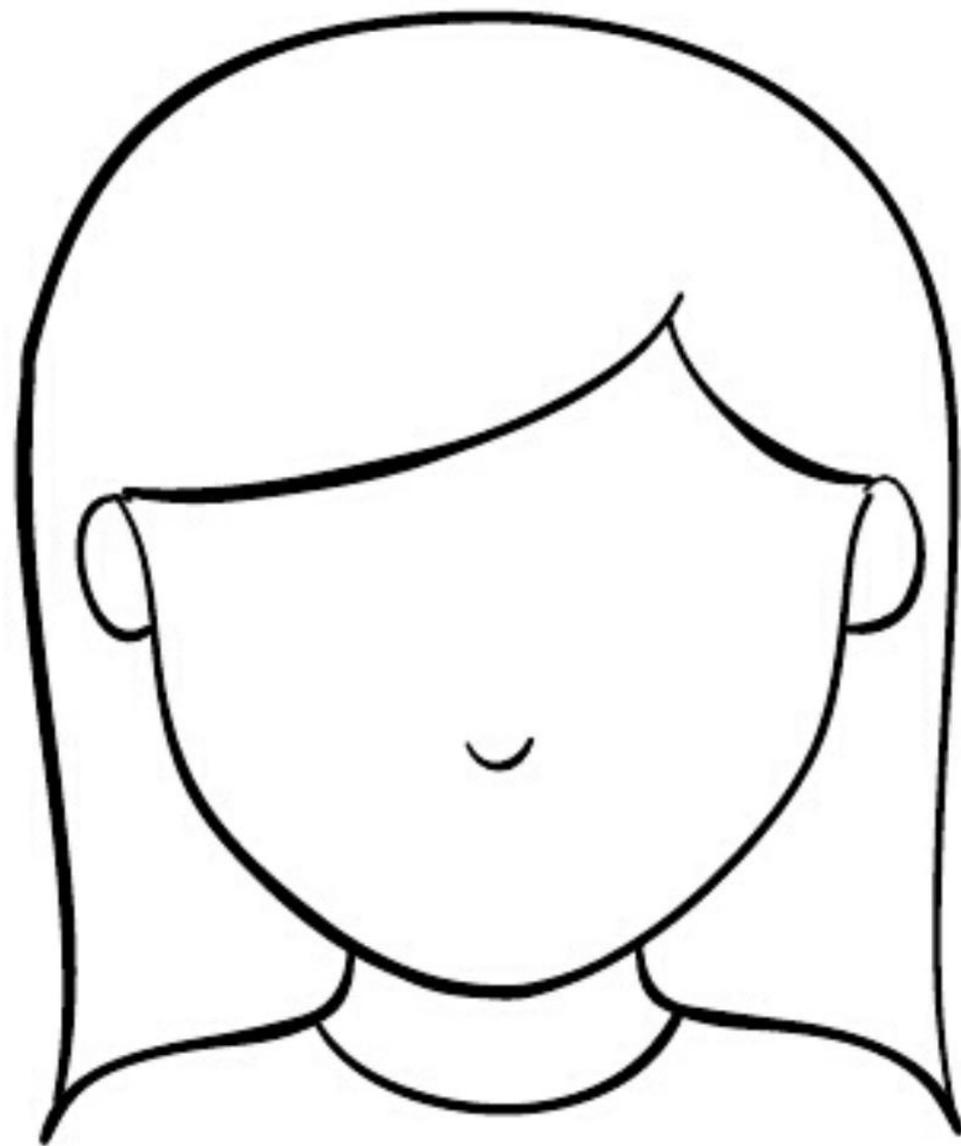
En t'aidant de ces dessins, exprime les émotions que tu ressens, que tu as ressenti, ou reproduit les émotions des smiley qui sont au début de ce livret 😊.

Amuse-toi avec les **COULEURS** !!





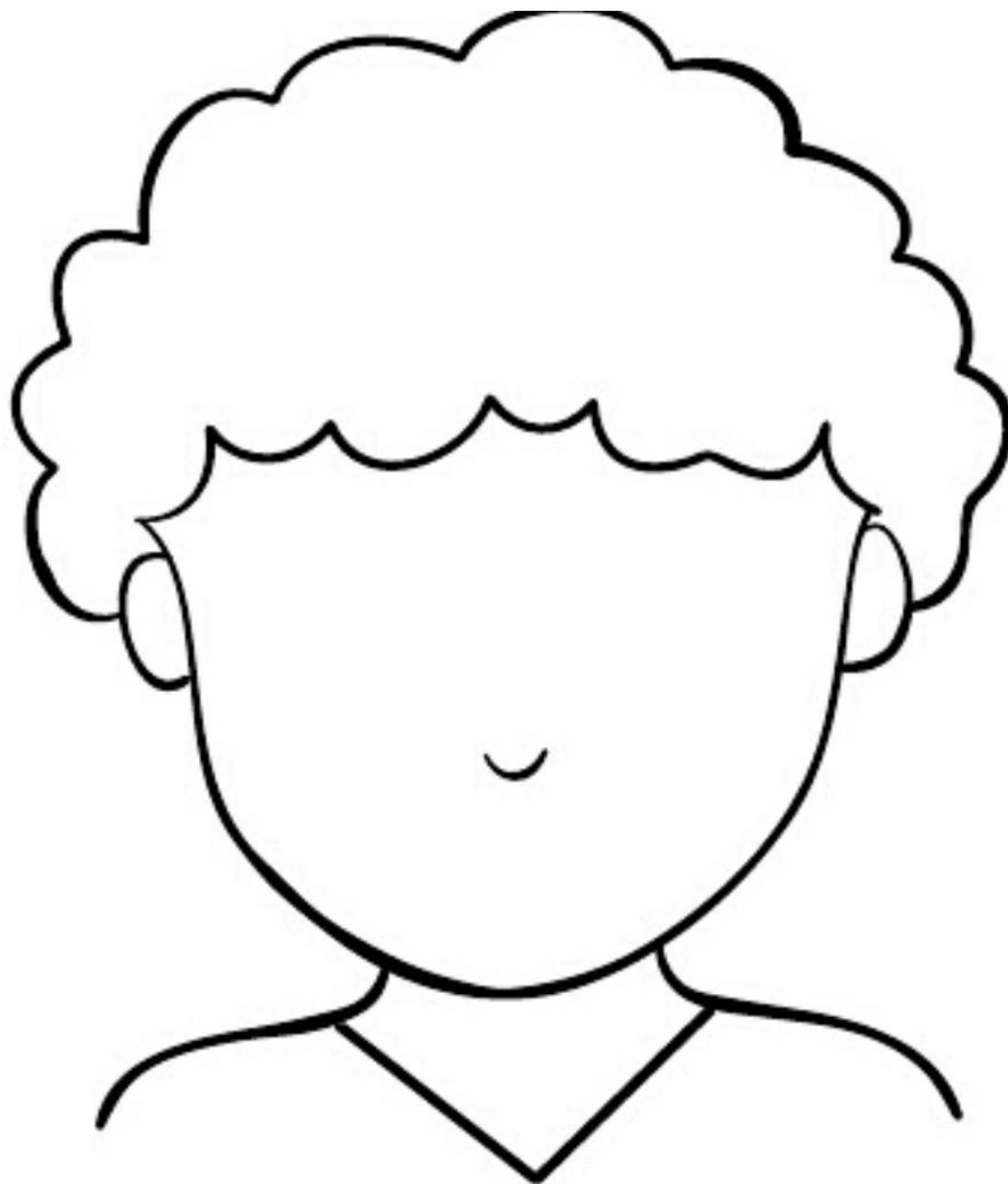
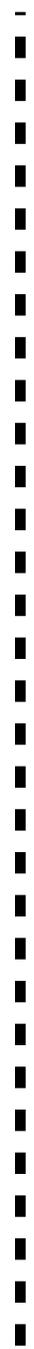
*Cabinet Som'Ergo - Amiens*



*Léa Dupressoir, Élodie Plommet - Ergothérapeutes D.E.*



*Cabinet Som'Ergo - Amiens*



*Léa Dupressoir, Élodie Plommet - Ergothérapeutes D.E.*

*On espère que ça t'as pluuuuu !!*

*À Demain, 10h*

*Bon courage à tous pour cette période !*

*Léa et Élodie*