

Jour 2 : Charades des émotions – « Exprimer ses émotions sans mots »

Thème / Accent : Comprendre et exprimer les émotions par la communication non verbale, et reconnaître les expressions émotionnelles chez les autres.

Niveau scolaire : Maternelle à 8^e année

Durée : 45–60 minutes

Objectif / Intentions d'apprentissage : À la fin de cette activité, les élèves pourront :

- Élargir leur vocabulaire émotionnel.
- Pratiquer l'expression des émotions de façon non verbale (gestes et expressions faciales).
- Apprendre à reconnaître et interpréter les émotions des autres.
- Comprendre que communiquer clairement ses émotions soutient l'empathie et des relations saines.

Matériel requis :

- Jeu standard de 52 cartes
- « Guide des émotions » (affiché où tous les élèves peuvent le voir)
- Tableau blanc ou tableau noir pour noter les points (optionnel)
- Espace pour bouger

Guide des émotions :

Carte	Émotion
As	Aimé(e)
Roi	Reconnaissant(e)
Dame	Courageux / Courageuse
Valet	Heureux / Heureuse
10	Fier / Fièrè
9	Frustré(e)
8	Excité(e)
7	Dégoûté(e)
6	Triste
5	Apeuré(e)
4	Déçu(e)
3	Fâché(e)
2	Confus(e)

Procédure

1. Introduction / Mise en train (10–15 minutes)

- Commencez par une discussion sur la façon dont nous exprimons nos émotions. Posez:
 - « Comment peux-tu savoir que quelqu'un est heureux ou contrarié — même s'il ne dit rien? »
 - « Pourquoi est-il important de comprendre ce que les autres ressentent? »
- Expliquez que l'activité d'aujourd'hui aidera tout le monde à envoyer et à comprendre des émotions sans utiliser de mots.
- Présentez le concept des *Charades des émotions*, en soulignant qu'il s'agit d'un jeu basé sur l'empathie et l'expression, pas sur le talent d'acteur.
- Passez en revue le Guide des émotions pour que les élèves associent bien chaque carte à l'émotion correspondante.

2. Activité principale – Jeu des charades des émotions (25–30 minutes)

Mise en place :

- Divisez la classe en petits groupes (4–6 élèves).
- Donnez six cartes à chaque joueur. Placez le reste des cartes au centre dans une pile.
- Assurez-vous que tout le monde voit le Guide des émotions.

Comment jouer :

1. Les joueurs jouent à tour de rôle le rôle d'Émetteur (celui qui mime) et de Récepteurs (ceux qui devinent).
2. L'Émetteur choisit secrètement une carte dans sa main. La valeur de la carte correspond à l'émotion du guide.
3. L'Émetteur place la carte choisie face cachée, puis mime l'émotion sans parler.
4. Les Récepteurs observent et tentent d'identifier l'émotion jouée.
 - a. Chaque Récepteur choisit dans sa main une carte correspondant à l'émotion qu'il croit reconnue.
 - b. Ils déposent leur carte face cachée.
5. Quand tous ont deviné, on retourne toutes les cartes.
 - a. Si un Récepteur devine correctement, l'Émetteur et ce Récepteur défaussent leurs cartes.
 - b. Si personne ne devine correctement, l'Émetteur reprend sa carte et pige une carte de pénalité.
 - c. Les Récepteurs ayant deviné incorrectement pigent aussi une carte de pénalité.
6. Le jeu continue jusqu'à ce qu'un joueur ait défaussé toutes ses cartes — ce joueur gagne!

Exemple : Le Joueur Un (Émetteur) a deux As, qui signifient « Aimé(e) ». Il en pose un face cachée et mime l'amour (ex. : se faire un câlin, geste de cœur).

- Le Joueur Deux pose un As face cachée — il pense que l'émotion est « Aimé(e) ».
- Le Joueur Trois n'a pas d'As mais devine « Aimé(e) » verbalement ou par geste.
- Le Joueur Un et le Joueur Deux défaussent leurs As. Le Joueur Trois garde ses cartes.

3. Discussion et réflexion (10–15 minutes)

Après le jeu, facilitez une discussion sur la communication et les émotions.

Questions pour les élèves du primaire :

- Quelles émotions étaient les plus faciles à mimer?
- Lesquelles étaient les plus difficiles à deviner?
- Comment savais-tu ce que quelqu'un exprimait?
- T'es-tu déjà mélangé entre deux émotions (ex. : peur et surprise)?
- Comment ton corps montre-t-il tes émotions, même quand tu es silencieux?
- Que peux-tu faire si tu ne comprends pas ce que quelqu'un ressent?
- Pourquoi est-il important de prêter attention aux expressions des autres?
- Qu'as-tu appris sur toi-même en jouant?
- Comment cela peut-il nous aider à être de meilleurs camarades?
- Quelle émotion ajouterais-tu au Guide des émotions si tu pouvais?

Questions pour les élèves du moyen :

- Comment une mauvaise interprétation des émotions peut-elle causer des malentendus?
- Quelles émotions étaient les plus difficiles à mimer sans exagération?
- As-tu remarqué des tendances dans la façon dont les gens montrent leurs émotions (posture, visage)?
- Comment apprendre à lire les signaux non verbaux peut-il aider dans les amitiés ou le travail d'équipe?
- Quand est-il difficile de montrer ses émotions honnêtement, et pourquoi?

Extensions optionnelles / Liens interdisciplinaires :

- **Dramatiques / Arts** : Créer de courtes saynètes non verbales illustrant des situations émotionnelles.
- **Français** : Écrire à propos d'un moment où tu as mal compris les émotions de quelqu'un — qu'est-il arrivé et qu'as-tu appris?
- **Santé** : Discuter de la façon dont comprendre les émotions contribue à bâtir des communautés plus fortes et bienveillantes.

Notes :

- Mettez l'accent sur l'empathie, non sur la compétition — l'objectif est la compréhension, pas la victoire.
- Adapter selon l'âge : les plus jeunes peuvent utiliser moins d'émotions (ex. : heureux, triste, apeuré, fâché).
- Pour l'accessibilité, permettre aux élèves mal à l'aise de mimer de travailler en duo ou de décrire une émotion.
- Rappelez que toutes les émotions sont valides et temporaires.