



# Trousse du CEBM, pour l'enseignant de la maternelle - 4 et 5 ans, destinée au développement émotionnel

## Tableau récapitulatif des activités développées



Activités	Livres	Lieux		Saisons	Composante parentale	Thèmes							
		INT.	EXT.			Attachement, sécurité	Nommer les émotions	Exprimer les émotions	Mauvaise humeur, frustration	Souci, être courageux	Tristesse	S'apprécier	Régulation émotionnelle
Construction d'un fort - grande échelle	Tant qu'on a de l'amour...	✓	✓		✓	✓		✓					
Construction d'un fort - petite échelle	Tant qu'on a de l'amour...	✓						✓					
Ma famille et mes proches	Tant qu'on a de l'amour...	✓			✓	✓							
Nommer les émotions	Les ballons d'eau	✓					✓						
Lourd vs léger	Les ballons d'eau	✓					✓						✓
Miroir, miroir !	Les ballons d'eau	✓					✓	✓					
Construire un tableau + Pouvoir du « pas encore »	Est-ce que les girafes dansent ?	✓			✓		✓					✓	
Les sons de la nature	Est-ce que les girafes dansent ?	✓					✓						✓
Yoga des animaux	Est-ce que les girafes dansent ?	✓	✓					✓					✓
Nommer les émotions de la girafe	Est-ce que les girafes dansent ?	✓					✓			✓	✓	✓	
Rythme de la musique + Musique et mouvement	Est-ce que les girafes dansent ?	✓	✓		✓			✓					✓
Jeu auditif en plein air	Est-ce que les girafes dansent ?		✓					✓					✓
L'océan des émotions	Aujourd'hui, je suis	✓					✓						
Nommer les émotions	Je suis puissant	✓					✓						
Silhouettes dans la nature	Je suis puissant	✓	✓				✓	✓					

Activités	Livres	Lieux		Saisons	Composante parentale	Thèmes							
		INT.	EXT			Attachement, sécurité	Nommer les émotions	Exprimer les émotions	Mauvaise humeur, frustration	Souci, être courageux	Tristesse	S'apprécier	Régulation émotionnelle
Je peux danser mes sentiments	Je peux danser...	✓	✓				✓	✓					✓
Livret « Tout sur moi »	Moi, je m'aime !	✓			✓							✓	
C'est normal de commettre des erreurs	Moi, je m'aime !	✓			✓							✓	
Sois toi-même !	Moi, je m'aime !	✓										✓	
Associer les émotions	Moi, je m'aime !	✓					✓						
Activités exutoires	Moi, je m'aime !	✓	✓					✓					✓
Associer les émotions	J'ai perdu mon chat	✓					✓				✓		
Associer les émotions	Martin est en colère	✓					✓		✓				
Je suis trop petit/grand	Martin est en colère	✓					✓		✓			✓	
Poussée d'émotions	Martin est en colère	✓					✓	✓	✓				✓
Tableau de choix personnalisé	Martin est en colère	✓					✓	✓	✓				✓
Le monstre de la frustration !	Martin est en colère	✓					✓	✓	✓				✓
Bricolage en forme de mouton	Martin est en colère	✓							✓				✓
Ma carte routière	Ma fusée intérieure	✓			✓	✓							
Ce n'est pas moi !	Pas moi !	✓					✓	✓	✓				✓
Associer les émotions	La colère de Ravi	✓					✓		✓				
Je suis trop petit/grand	La colère de Ravi	✓					✓		✓			✓	✓



Activités	Livres	Lieux		Saisons	Composante parentale	Thèmes							
		INT.	EXT.			Attachement, sécurité	Nommer les émotions	Exprimer les émotions	Mauvaise humeur, frustration	Souci, être courageux	Tristesse	S'apprécier	Régulation émotionnelle
Se déguiser en animal	La colère de Ravi	✓					✓	✓					✓
Écoute tes émotions	La colère de Ravi	✓	✓				✓	✓					✓
Remplir/faire basculer le seau d'eau	La colère de Ravi		✓				✓	✓					✓
Gonfler/dégonfler des ballons	Le souci de Calie	✓	✓				✓		✓				✓
Art de la ficelle avec un ballon	Le souci de Calie	✓			✓		✓		✓				
Discussion de groupe	La mauvaise humeur et la branche	✓				✓			✓				
Jeu du téléphone	La mauvaise humeur et la branche	✓							✓				✓
Stations d'humeur	La mauvaise humeur et la branche	✓	✓				✓	✓					✓
Nommer les émotions	Ma branche préférée	✓				✓		✓	✓		✓		
Les sons de la nature	Ma branche préférée	✓					✓						
Explorer avec des instruments de musique	Ma branche préférée	✓					✓						
Objets favoris brisés	Ma branche préférée	✓				✓							
Projet de construction	Ma branche préférée	✓					✓						

**Tableau récapitulatif des activités développées**

Activités	Livres	Lieux		Saisons	Composante parentale	Thèmes							
		INT.	EXT.			Attachement, sécurité	Nommer les émotions	Exprimer les émotions	Mauvaise humeur, frustration	Souci, être courageux	Tristesse	S'apprécier	Régulation émotionnelle
Chasse au trésor + bricolages inspirés de la nature	Ma branche préférée	✓	✓		✓		✓						
Dons de matériaux de construction	Ma branche préférée		✓		✓		✓						
Comment te sens-tu...	Le garçon invisible	✓					✓		✓		✓		
Fais bouger tes émotions !	Le garçon invisible	✓	✓					✓					✓
Art numérique	Le fil invisible	✓				✓							
Danse du fil invisible	Le fil invisible	✓	✓					✓					✓
Associer les émotions	Le lion et l'oiseau	✓					✓				✓		
Jeux de rôles propres aux émotions	Le lion et l'oiseau	✓						✓					
Activité avec l'application « Book Creator »	Le lion et l'oiseau	✓					✓	✓					
Yoga saisonnier	Le lion et l'oiseau	✓	✓					✓					✓
Nommer les émotions	Et le lapin m'a écouté	✓					✓		✓				
Les oreilles de lapin	Et le lapin m'a écouté	✓			✓		✓	✓					
Chaises musicales, ou « danse et fige »	Et le lapin m'a écouté	✓	✓					✓					✓
Fais bouger tes émotions !	Et le lapin m'a écouté	✓	✓					✓					✓
Marches des animaux	Et le lapin m'a écouté	✓	✓					✓					✓



# Trousse du CEBM, pour l'enseignant de la maternelle - 4 et 5 ans, destinée au développement émotionnel



## Tableau récapitulatif des activités développées

Activités	Livres	Lieux		Saisons	Composante parentale	Thèmes							
		INT.	EXT.			Attachement, sécurité	Nommer les émotions	Exprimer les émotions	Mauvaise humeur, frustration	Souci, être courageux	Tristesse	S'apprécier	Régulation émotionnelle
Chasse au trésor d'empreintes d'animaux	Et le lapin m'a écouté	✓	✓										✓
Chasse aux œufs de Pâques des émotions	Et le lapin m'a écouté	✓	✓				✓	✓					✓
Confection d'un lapin	Et le lapin m'a écouté	✓						✓					✓
Visite du lapin de la classe à la maison	Et le lapin m'a écouté				✓		✓						
Séquence narrative	L'avion désolé	✓					✓						
Nommer les émotions	L'avion désolé	✓					✓						
Marionnettes sur un bâtonnet	L'avion désolé	✓						✓					
Raisons pour lesquelles on pleure	J'ai 5 ans et je ne pleure plus !	✓					✓				✓		
Jeux de rôles avec des marionnettes	J'ai 5 ans et je ne pleure plus !	✓						✓			✓		
Conceptions de loisirs créatifs	J'ai 5 ans et je ne pleure plus !	✓						✓					
Associer les émotions	J'ai 5 ans et je ne pleure plus !	✓					✓						
Trousse de réconfort	J'ai 5 ans et je ne pleure plus !				✓						✓		✓