

# La boîte des sentiments

Un jeu de lancer avec comme cibles des boîtes montrant différentes émotions



Vous aurez besoin :

- De boîtes
- De papier et de stylos
- De balles

## ! Pourquoi cette activité est importante ?

- Elle améliore la compréhension qu'ont les enfants de leurs émotions et de leurs sentiments.
- Elle aide les enfants à reconnaître que tous les sentiments sont importants.



## Jouer ensemble

- Récupérez trois boîtes vides et posez-les sur le sol.
- Dessinez un visage heureux, un visage en colère et un visage triste à coller sur chaque boîte.
- Utilisez une balle jetez-la dans la boîte triste, puis encouragez les enfants à le faire eux-mêmes.

*Lançons ensemble la balle dans la boîte en colère.*

*Pouvez-vous la jeter dans la boîte heureuse ?*

- Vous pouvez choisir d'ajouter plus de boîte avec d'autres émotions.
- En jouant, vous pouvez parler des moments où ils ont ressenti ces différentes émotions ?

