

# La roue des émotions en téléchargement gratuit

Cette roue que j'ai créée en 2 modèles (une pour les petits et une pour les plus grands) va permettre de mieux comprendre et de mieux « gérer » ses émotions ☺

**Cette activité va permettre à l'enfant de :**

- d'observer ce qu'il ressent, et de nommer l'émotion à l'aide des photos de la roue.
- Apprend à comprendre ce dont il a besoin
- d'avoir des solutions afin d'apprivoiser des émotions
- Cela ouvre sur le dialogue avec l'adulte accompagnant

Pour réaliser cette activité, tu auras besoin de :

**MATERIEL NÉCESSAIRE :** (clique sur le matériel)

- La roue des émotions des petits dès 2 ans
  - La roue des émotions des plus grands à partir de 4/5 ans
-

La roue des émotions est à imprimer : ou sur du papier fort, ou bien à plastifier, puis à assembler avec une attache parisienne.

Les explications se trouvent sur la fiche à télécharger.



Ce support sera très utile pour votre enfant, et si par exemple il n'arrive pas à exprimer une émotion, il peut tourner la roue sur le visage de l'émotion qu'il ressent, afin de réaliser, de cette façon une première **reconnaissance de l'émotion**, puis ensuite c'est à l'adulte d'accompagner l'enfant selon son âge afin de **trouver la solution** la plus adéquate, afin de se **libérer de cette émotion** si elle est gênante.

Cette roue est à utiliser dans le cadre d'un usage privé uniquement. Toute revente est interdite, et si vous la mentionnez sur votre site, vous devez faire référence à jeux-et-partage.com. Vous pouvez aussi me taguer sur les réseaux sociaux sans souci @jeuxetpartage . Je serai ravie de voir qu'elle vous est utile !

L'enfant peut ensuite utiliser la roue « des plus grands » en toute autonomie lorsqu'il est lecteur, pour identifier l'émotion qu'il ressent et la nommer, savoir de quoi il a besoin, puis ce qu'il peut faire pour atténuer une émotion trop encombrante par exemple.

Bonnes activités avec vos enfants ! ☺

**N'hésitez pas à écrire un commentaire tout en haut ou en bas de l'article, dans la partie « laisser un commentaire »**

**Je vous rappelle que le programme « J'accompagne mon enfant à lire et à écrire, 96 idées, avec Montessori et les autres pédagogies » est à – 80 E encore uniquement pour le week-end !!! Regardez de quoi il s'agit ici ou en cliquant sur l'image ci-dessous, et pensez à récupérer vos 3 cadeaux offerts !!**



**Pour aller plus loin dans l'épanouissement de ton enfant, Retrouve nos programmes d'accompagnement en ligne [ici](#)**

**Si toi aussi tu veux rejoindre le Club Jeux et Partage et recevoir plein d'idées d'activités et des bons plans gratuits pour les enfants, inscris-toi tout en haut du blog !**

**Rejoins-moi sur Insta, où je post toutes nos activités, n'hésite pas à venir commenter ♥**

**Rejoins la communauté Jeux et Partage sur Facebook et retrouve des idées tous les jours !**

**Retrouve moi aussi**

**désormais sur ma chaîne YouTube Jeux et Partage où je te partage toutes mes réflexions autour des enfants, pour une aide à la parentalité bienveillante ☐**

**Une question ? Un conseil ? tu peux me joindre à tout moment par mail à : [laetitia-activites-enfance@jeux-et-partage.com](mailto:laetitia-activites-enfance@jeux-et-partage.com) je te répondrai avec plaisir ☺**