

# Mon musée à la maison

## TUTO WEEK-END apprendre en s'amusant...

#Museumsandchill #jerestechezmoi #muséegranet

Aujourd'hui avec « **MES ÉMOTIONS EN COULEURS** », on explore comment les artistes se servent parfois des couleurs afin de nous faire ressentir leurs sentiments.

**Durée de l'activité :** moins d'1 heure pour l'activité de base mais tous les jours on peut prolonger cette activité durant 10-15 minutes.

**À partir de 4 ans.**

### Matériel :

- Feuille « **Lexique de mes émotions en couleurs** » adapté à l'âge à imprimer et qui sera comme un petit glossaire des émotions : les vôtres mais aussi celles de vos enfants.
- Feuille « **mes émotions en couleur** » à imprimer autant de fois que nécessaire.
- Feutres, peintures, crayons de couleurs, aquarelle, pastels, gommettes pour les plus petits... **tout ce que vous pouvez avoir qui permet de mettre de la couleur.**

### Grâce à cette activité vous allez travailler :

- La culture générale
- L'empathie
- la communication verbale et non verbale
- **et surtout le partage !**

### **Une petite histoire à raconter avant de commencer :**

L'art est un excellent moyen de communiquer avec les autres, il nous permet de dire des choses parfois plus facilement qu'avec des mots. Certains artistes l'ont bien compris : le peintre **Vincent Van Gogh** disait par exemple « **avec du rouge et du vert je veux exprimer les terribles passions humaines** » car, oui, les couleurs peuvent exprimer l'émotion. Ainsi, un artiste comme Pablo Picasso s'est servi de certaines couleurs afin de nous plonger dans ses émotions : on cite souvent la période bleue ou la période rose de l'artiste. **En guise d'histoire pour introduire l'activité, c'est un peu de la vie de Picasso que vous pouvez raconter :**

**N'hésitez pas à montrer à votre enfant des photographies pendant que vous lui racontez cette histoire.** En vous servant de ces mots-clefs à taper dans votre moteur de recherche, vous trouverez de belles images qui rendront plus concrètes cette histoire et lui permettront de mieux comprendre ensuite l'activité : **Pablo Picasso photographie**<sup>1</sup> \_ **Picasso académique**<sup>2</sup> \_ **Picasso période bleue**<sup>3</sup> \_ **Picasso période rose**<sup>4</sup>

**Pablo Picasso**<sup>1</sup> a commencé très jeune à se plonger dans l'art : il faut dire que son père était professeur de peinture et qu'il a vite remarqué **le talent de son fils**<sup>2</sup>. Très rapidement, le jeune Picasso commence à se faire connaître dans son pays natal l'Espagne mais il veut aller à Paris car c'est là que tous les grands artistes de son temps sont installés. Il quitte pour la première fois son pays pour aller à Paris visiter l'Exposition Universelle. Dans la capitale française il se sent parfois seul et un peu triste : à l'époque, il vit très pauvrement et sa famille lui manque. De plus, l'ami qui l'avait accompagné dans son voyage en France vient de mourir : apparaît alors ce que l'on appelle **la période bleue**<sup>3</sup>. Cette couleur froide donne un sentiment de tristesse à ses toiles et à ses personnages. Un peu plus tard, sa peinture évolue encore, et le bleu laisse place à des couleurs plus chaudes avec des roses, des orangés... C'est peut-être lié au fait que le cœur de Picasso se réchauffe grâce à l'amour qu'il rencontre en la personne de Fernande Olivier, sa muse, c'est-à-dire son inspiratrice de la **période rose**<sup>4</sup>.

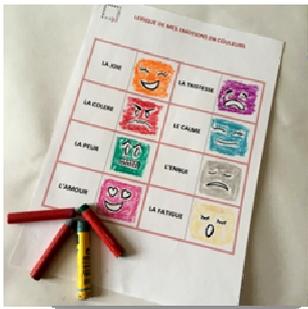
## Activité récréative

1. **Sortir tout le matériel nécessaire**, ici essentiellement les 2 fiches à imprimer et les couleurs à votre disposition (crayons de couleurs, peintures, feutres, pastels, aquarelle, etc.)



2. À partir de la fiche **« LEXIQUE DE MES ÉMOTIONS EN COULEURS »**, lire à haute voix chacune des 8 émotions proposées.
3. Demander à votre enfant de vous dire **ce qu'il comprend pour chaque mot-émotion avec un exemple issu de son quotidien**. Par exemple : **« quand on va se balader et jouer, je ressens de la joie »** à l'inverse **« quand tu me grondes ou que tu ne veux pas jouer avec moi, je suis triste »**.

4. **À votre tour**, dites-lui avec un exemple pourquoi une de ses émotions peut apparaître chez vous. **« Quand je passe ma journée à ranger toutes les affaires que tu laisses traîner, je suis fatiguée »** ; **« quand tu me fais un joli dessin, cela me rend joyeux (se) »**.



5. Les yeux fermés, en pensant à chacune des émotions, on essaie de **réfléchir à quelle couleur on peut l'associer**. Il n'y a ni bonnes ni mauvaises réponses...

6. **Colorier ou peindre la case** à côté du mot avec la couleur choisie.

7. Une fois les 8 cases remplies, vous avez à votre disposition une sorte de **petit lexique de vos émotions** en couleurs.

8. **Prendre la fiche « MES ÉMOTIONS EN COULEURS » et commencer à réaliser un premier portrait ou autoportrait**. Sur la petite case sous le portrait, on note qui est représenté et le jour. L'idée est que votre enfant fasse son portrait **à partir de seulement 2 ou 3 des couleurs** qui sont liées à ce qu'il ressent au moment où il le fait.



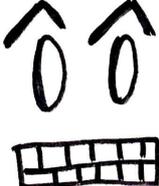
9. **Demandez-lui ensuite de faire votre portrait** avec les 2 ou 3 couleurs qui représentent à ses yeux vos émotions du moment. C'est l'occasion ensuite d'échanger avec lui pour lui expliquer vraiment ce que vous ressentez à ce moment-là et qu'il puisse ainsi mieux vous comprendre et développer son empathie.

10. Le matin ou le soir, on réalise son portrait ou celui de ses parents en couleurs afin de dire, non par des mots, mais avec les couleurs, où on se situe dans sa palette d'émotions. **C'est un bon moyen de parler avec vos enfants de ce qu'ils ressentent et qu'ils ont parfois du mal à verbaliser**.

11. Gardez tous les dessins et trouvez un endroit où les afficher afin d'avoir une sorte de journal de la semaine des choses que vous avez pu ressentir.

# LEXIQUE DE MES ÉMOTIONS EN COULEURS

*(Pour les plus petits)*

LA JOIE		LA TRISTESSE	
LA COLÈRE		LE CALME	
LA PEUR		L'ENNUI	
L'AMOUR		LA FATIGUE	

## LEXIQUE DE MES ÉMOTIONS EN COULEURS

*(Pour les plus grands)*

<b>LA JOIE</b>		<b>LA TRISTESSE</b>	
<b>LA COLÈRE</b>		<b>LE CALME</b>	
<b>LA PEUR</b>		<b>L'ENNUI</b>	
<b>L'AMOUR</b>		<b>LA FATIGUE</b>	

# MES ÉMOTIONS EN COULEURS

