



2-4 ANS

Le petit explorateur d'Halloween

Une aventure avec Cuquin pour découvrir les émotions



ÂGE :
2-4 ans



DURÉE :
10 minutes



IL TE FAUT :

cette fiche, des crayons de couleur et, si vous en avez envie, un déguisement ou un accessoire.

Cuquin se prépare pour Halloween ! Il y a des déguisements rigolos, des personnages étonnants et des bruits qu'on ne connaît pas toujours. On l'aide à se préparer pour son aventure ?

Il n'y a pas de bonne ou de mauvaise réponse. Chacun peut ressentir quelque chose de différent. Allez, on explore ensemble !

1

Choisis ton déguisement !

Cuquin veut se déguiser, mais il ne sait pas encore en quoi. On l'aide à choisir ?

Lequel tu préfères ?



Un fantôme rigolo



Une citrouille



Un chat mystérieux



Un monstre tout en couleurs



Un autre personnage, celui que je choisis !

Mon déguisement préféré, c'est :

Maintenant, tu peux dessiner Cuquin avec ton déguisement préféré.



Espace pour dessiner.

2 Comment se sent Cuquin ?

Imagine que Cuquin arrive à une fête d'Halloween. Il voit un déguisement qu'il ne connaît pas et il entend un bruit inattendu.

À ton avis, comment il se sent ?

☐  Content	☐  Surpris	☐  Effrayé	☐  Calme
---	---	---	---

Il peut ressentir une autre émotion que toi. Et c'est très bien comme ça !

Et toi, comment tu te sentirais ?

Montre un visage, raconte-le à la personne qui est avec toi ou dessine comment tu te sens.

 Espace pour dessiner un visage.

3

Que faire si quelque chose nous fait peur ?

Être explorateur, ce n'est pas ne jamais avoir peur ! C'est découvrir les choses petit à petit et demander de l'aide quand on en a besoin.

Si Cuquin a peur, qu'est-ce qui pourrait l'aider ?

- ☐ Tenir la main de quelqu'un de confiance.
- ☐ Regarder ce qui se passe depuis un endroit sûr.
- ☐ Demander qu'on lui explique ce qui se passe.
- ☐ S'éloigner un tout petit peu ou faire une pause.
- ☐ Décider qu'aujourd'hui, il préfère faire autre chose.

Et toi, qu'est-ce qui t'aide quand tu as peur ?

Tu peux choisir une des idées au-dessus ou raconter la tienne.

Ma personne de confiance, c'est :

Ce qui m'aide, c'est :

4

Notre mission du jour !

Maintenant, on va choisir une petite aventure d'Halloween à faire ensemble.

- ☐ Regarder un déguisement et découvrir qui se cache derrière.
- ☐ Décorer une citrouille en papier.
- ☐ Regarder une histoire de Cuquin et parler de ce que ressentent les personnages.
- ☐ Danser sur une musique d'Halloween.
- ☐ Inventer un monstre rigolo en dessinant.

Important ! On peut regarder d'abord, essayer ensuite ou décider qu'aujourd'hui, on n'en a pas envie. On n'est pas obligés de tout faire.

★ Mission accomplie ! ★



Aujourd'hui, on a découvert qu'on peut ressentir de la joie, de la surprise, de la peur et plein d'autres émotions.

Quand quelque chose me fait peur, je peux demander de l'aide. Et si j'ai besoin d'arrêter, je peux arrêter.

Bravo, petit explorateur !

Une question à partager en famille : Que pouvons-nous faire pour nous aider quand quelque chose nous fait peur ?

Activité à faire avec un adulte. Chaque enfant peut participer à son rythme, sans avoir à répondre à toutes les questions ni à faire toutes les étapes.