



# Des citrouilles jusqu'aux émotions: Explorer l'automne et les sentiments avec les enfants

Par Erin Smith

L'automne est arrivé, et avec lui viennent de grandes opportunités pour l'engagement de la communauté et de la famille! C'est l'époque des nouveaux départs, où nous pouvons regarder autour de nous et nous demander ce que notre communauté a à offrir. Y a-t-il des zones boisées à explorer où les enfants peuvent découvrir tous les changements qui se produisent dans la nature? Y a-t-il des vergers ou des champs de citrouilles à proximité où vous pouvez récolter vos propres pommes et citrouilles? Ou encore, revenons à l'essentiel! Une chasse au trésor est une activité amusante qui permet d'explorer l'extérieur à tout moment de l'année, pour les centres et les maisons. Vous pouvez personnaliser votre liste en y ajoutant des images ou des dessins d'objets faciles à trouver dans votre région. Nous avons créé un modèle de chasse au trésor de base, qui fournit des images simples et faciles à identifier d'objets que l'on peut trouver à l'extérieur à l'automne.

**Les chasses au trésor sont un excellent moyen d'explorer un nouveau lieu et de créer des souvenirs inoubliables à tout moment de l'année!**

Créez votre propre chasse au trésor avec un thème basé sur l'endroit où vous vous rendez !  
Ou utilisez l'une de nos chasses au trésor préétablies !



**Profitez au maximum de chaque activité automnale!**

Going to the pumpkin patch? See who can find the biggest pumpkin! The smallest pumpkin! How many colours do you see? What shapes are the pumpkins? How many can you carry? Who can run the farthest with a pumpkin? The possibilities for exploration and discovery are endless in the pumpkin patch!



## Fêtes d'Halloween et événements communautaires

Alors que nous explorons et profitons de l'air frais, il est évident que le mois d'octobre apporte beaucoup d'excitation avec la préparation d'Halloween, les enfants sont excités à l'idée de se déguiser et de faire du porte-à-porte pour obtenir des bonbons... Enfin, qui ne le serait pas? Cette période est propice à l'engagement, car les enfants commencent à parler d'Halloween! Pourquoi ne pas intégrer ce thème dans votre centre et capturer cet engagement? Vous pourriez organiser une fête d'Halloween ou votre propre «Trunk or Treat», où les enfants et les familles ont l'occasion de se mélanger et de célébrer, tout en établissant des liens plus étroits avec les éducateurs et éducatrices, ainsi qu'avec d'autres familles.



### Une opportunité pour grandir

Si Halloween est synonyme d'amusement, de jeux et d'exploration, elle peut aussi être l'occasion d'explorer des émotions désagréables avec les enfants dont nous avons la charge, car certains éléments peuvent effrayer nos petits! Pour que les enfants apprennent à réguler leurs émotions, il est essentiel d'avoir des discussions ouvertes sur les fantômes effrayants et d'autres choses qui nous font peur, et sur le fait qu'il est normal d'éprouver ces sentiments. Il est important d'honorer leurs sentiments, quoi qu'il arrive, et de reconnaître que ces sentiments sont souvent différents pour chacun. Identifier l'aspect et la sensation des émotions dans notre corps à l'aide de livres, de marionnettes et de chansons aide à normaliser les émotions agréables et désagréables et permet aux enfants de savoir que nous éprouvons tous un large éventail d'émotions. En tant que responsables d'enfants, éducateurs et éducatrices, il est essentiel de reconnaître que

P2



SUBSCRIBE!



toutes les émotions, qu'elles soient positives ou négatives, sont acceptables, car cela permet aux enfants d'acquérir l'expérience dont ils ont besoin aujourd'hui pour devenir des adultes forts et indépendants! L'identification et l'étiquetage des émotions constituent la première étape pour aider les enfants à s'autoréguler lorsqu'ils sont confrontés à des émotions fortes. En profitant d'occasions comme celles-ci pour parler de ces émotions désagréables, les enfants sont moins effrayés lorsqu'ils y font face. Tout comme les émotions sont différentes pour chacun d'entre nous, les stratégies que nous utilisons pour réguler nos émotions le sont également.



Passez un automne sinistre !

Erin L. Smith (Elle)

Mentore du modèle pyramidal

Association pour le développement de la petite enfance de l'Î.-P.-É.

Courriel : [pyramidmentor1@ecdaofpei.ca](mailto:pyramidmentor1@ecdaofpei.ca)

Téléphone : 902-388-6266

[pyramidmodel@ecdaofpei.ca](mailto:pyramidmodel@ecdaofpei.ca)

[www.pyramidmodelpei.ca](http://www.pyramidmodelpei.ca) [www.ecdaofpei.ca](http://www.ecdaofpei.ca)



Article originally written and published in the October 2024 issue of the Early Childhood Development Association of PEI's monthly early learning and child care (ELCC) newsletter "The Frontline". For more information about early learning and child care, and the ECDA of PEI, visit [www.ecdaofpei.ca](http://www.ecdaofpei.ca)