

Le 10/04/2025

Atelier n°3 avec Violine

Rappel des règles

- 1) Ne pas crier, ne pas être méchant avec les paroles.
- 2) Écouter les consignes et les autres.
- 3) Ne pas être violent avec les gestes.
- 4) Droit au joker.

Violine explique aux élèves que durant l'atelier du jour, ils vont utiliser des baguettes (des baguettes fines et longues ou des baguettes courtes et grosses), mais plus tard dans la séance.

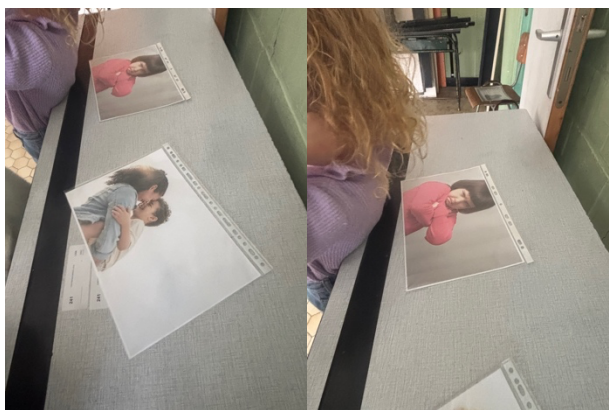
Exercice de concentration et d'écoute

Avant de commencer l'atelier, Violine demande aux élèves de fermer les yeux, écouter le bruit de la cymbale et de lever la main (toujours avec les yeux fermés) uniquement quand ils n'entendent plus le bruit.

Photos émotions

Violine a disposé des photos à différents endroits de la pièce. Elle demande aux élèves d'observer les photos, de se positionner proche de la photo qui représente leur émotion du jour et nommer l'émotion.





Exercice de décontraction

Violine propose aux enfants de réaliser des petites exercices qui permettent de bouger différentes parties du corps.

- Tourner les poignets, coudes, épaules
- Imaginer qu'il y ait un pinceau au bout de notre nez, dessiner des petits cercles et puis des grands cercles
- Mettre son ventre devant, sur le côté gauche, derrière, sur le côté droit (de plus en plus rapide)
- Imaginer que nous sommes un spaghetti tout raide, puis que nous sommes un spaghetti mou

Utilisation des grands bâtons

1. Tous les bâtons sont positionnés en forme soleil (les rayons du soleil). Chaque élève se positionne au bout d'un bâton. Les enfants prennent le bout du bâton dans leurs mains. Le but est de reculer tous ensemble (en même temps). Ensuite, les élèves doivent revenir vers le centre tous en même temps.



2. Les élèves sont en cercle avec leur bâton en mains. Chacun élève dit son prénom en tapant son bâton sur le sol une fois. Les autres élèves doivent répondre en tapant tous ensemble leur bâton 3 fois sur le sol.
3. Les élèves se baladent dans la pièce en laissant traîner la bâton au sol sur la musique. Lorsqu'ils rencontrent un camarade, ils se baladent à 2 (en trainant les bâtons côte à côte).



4. Par 2 ou par 3, les élèves doivent lever les bâtons ensemble et redescendre ensemble (les bâtons doivent se toucher).



5. Par 2, les élèves doivent positionner les bâtons dans les paumes de main et bouger ensemble sans que les bâtons tombent.



6. Par 2, les élèves positionnent une baguette dans leurs paumes de mains, la deuxième baguette devient imaginaire.



7. Par 2, les élèves doivent se mouvoir en imaginant qu'ils soient reliés avec les 2 baguettes (celles-ci sont imaginaires).



8. Par 2, les élèves présentent aux autres leurs mouvements avec les baguettes imaginaires. Les groupes observateurs doivent trouver où se trouvent les baguettes imaginaires (paumes de main, hanches, pieds, épaules, nez , ...).



Jeu de mémorisation

Violine a 2 petits bâtons en mains, lorsqu'elle change la position des bâtons, les élèves doivent exécuter un exercice différent :

- Bâtons vers l'avant = marcher
- Bâtons vers le haut = tourner sur soi-même
- Bâtons derrière le bas = reculer
- Bâtons vers le bas = sauter sur place

Activités sur les émotions

- Violine mime une émotion, les élèves doivent nommer celle-ci (la peur, la fierté, la colère ...).
- Les élèves se déplacent sur la musique. Au 1^{er} signal, ils se stoppent et miment l'émotion dite oralement en restant sur place. Au 2^e signal, les élèves se déplacent dans cette émotion.



- Tous les élèves sont en cercle. Violine reprend les photos « émotions » du départ une à une. Les élèves nomment l'émotion. Violine pose ensuite la question : « De quoi ai-je besoin lorsque je suis ... ? »
Exemple : « De quoi ai-je besoin lorsque je suis triste ? » → D'un câlin, de mon doudou, d'être rassuré(e).
- Les élèves se mettent par groupe de 3 ou 4, Violine donne une émotion par groupe (les autres groupes ne peuvent pas entendre).

Chaque groupe prépare une petite histoire de mines dans laquelle les personnages doivent se retrouver dans l'émotion donnée.

Chaque groupe présente son histoire sous forme de mines aux autres.



Exercice rythmique

Chaque élève a 2 grosse baguettes. Violine demande de produire le rythme des émotions en faisant du bruit avec les baguettes.

Exemple : le rythme de la colère → les élèves frappent très fort les baguettes l'une contre l'autre.

Pour se dire au revoir, chaque élève réalise un rythme à l'aide des bâtons, les autres doivent le reproduire.

Mon ressenti

Durant cette séance les élèves ont eu beaucoup de mal à écouter les consignes. Nous avons dû répéter plusieurs fois.

→ Cours d'éducation physique du matin annulé. Certains enfants étaient donc plus agités que les autres jeudis.