

**EDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE**

**AGIR DANS LE MONDE**



**DES JEUX D'EXPRESSION CORPORELLE**  
**ET DES MIMES...**

**DU CYCLE 1 AU CYCLE 3**

Animation pédagogique : auteur : CPC EPS Claude NOEL Vandoeuvre - Année scolaire 2002-2003  
Utilisé en Stage et animation pédagogique EPS, à l'IEN Toul

## LES NOUVEAUX PROGRAMMES ET LES JEUX D'EXPRESSION CORPORELLE.

Les jeux d'expression corporelle, les mimes...sont présents dans les nouveaux programmes - du cycle 1 au cycle 3 - et relèvent de la 4<sup>ème</sup> compétence spécifique :

- **être capable de concevoir et réaliser des actions à visée artistique, esthétique ou expressive.**

(Extrait du fascicule « Accompagnement des nouveaux programmes d'EPS » accessible sur le site du Ministère)

Au cycle 1, être capable de...	Au cycle 2, être capable de...	Au cycle 3, être capable de...
<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Exprimer corporellement</b> des images, des personnages, des sentiments, des états.</li> <li>- <b>Communiquer</b> aux autres des sentiments ou des émotions.</li> <li>- <b>S'exprimer</b> de façon libre ou en suivant un rythme simple, musical ou non, avec ou sans matériel.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Exprimer corporellement</b> des personnages, des images, des états, des sentiments.</li> <li>- <b>Communiquer</b> aux autres des sentiments ou des émotions.</li> <li>- <b>Réaliser des actions acrobatiques</b> mettant en jeu l'équilibre (recherche d'exploits).</li> <li>- <b>S'exprimer</b> de façon libre ou en suivant différents rythmes, sur des supports sonores divers, avec ou sans engins</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Exprimer corporellement</b>, seul ou en groupe, des images, des états, des sentiments...</li> <li>- <b>Communiquer</b> aux autres des sentiments ou des émotions.</li> <li>- <b>Réaliser des actions « acrobatiques »</b> mettant en jeu l'équilibre (recherche d'exploits).</li> <li>- <b>S'exprimer</b> librement ou en suivant différents types de rythmes, sur des supports variés.</li> </ul>
Mise en oeuvre	Mise en oeuvre	Mise en oeuvre
A tous les âges : <b>danse, mime, rondes et jeux chantés</b> , manipulation de petits matériels (vers la gymnastique rythmique, avec des rubans, des foulards, des cerceaux),...	<b>Danse (dans toutes ses formes), mime</b> , activités gymniques, activités de cirque, gymnastique rythmique...	<b>Danse (dans toutes ses formes)</b> , gymnastique artistique, gymnastique rythmique, activité de cirque, natation synchronisée...
Exemple de compétences fin de cycle		Exemple de compétences de fin de cycle :
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rondes et jeux chantés : danser (se déplacer, faire des gestes) en concordance avec la musique, le chant, et les autres enfants.</li> <li>- Danse : construire une courte séquence dansée associant 2 ou 3 mouvements simples, phrase répétée et apprise par mémorisation corporelle des élans, vitesses, directions.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Danse : construire dans une phrase dansée (directions, durées, rythmes précis) jusqu'à 5 mouvements combinés et liés, pour faire naître des intentions personnelles ou collectives, choisies ou imposées.</li> </ul>

## EXEMPLE DE DEROULEMENT D'UNE SEANCE DE JEU D'EXPRESSION CORPORELLE

### Quelques règles préalables à l'activité :

- enlever ses chaussures, se mettre à l'aise ;
- occuper tout l'espace ;
- ne plus bouger quand la musique s'arrête.

### Chaque séance peut se dérouler de la manière suivante :

#### 1. Mise en train avec déplacements en suivant le rythme d'une musique :

Sauter, sautiller, courir, marcher à quatre pattes, en canard, tourner, à cloche-pied, avec des pas chassés...

Balancer des bras, moulinets...

Tête mobilisée...

Varié les directions... La mise en train peut se faire librement ou avec des consignes précises.

#### 2. Mise en train sans déplacements :

Elle complète la mise en train avec déplacements et permet un échauffement plus systématique d'une partie du corps.

On ne se déplace pas, on fait tout ce que l'on veut avec son corps, dans la position debout, assise, couchée,...

ou

Les élèves exécutent des mouvements suivant des consignes plus strictes données par l'enseignant(e).

#### 3. Partie principale : on propose aux élèves un ou deux jeux d'expression corporelle, présentés dans les pages suivantes.

#### 4. Retour au calme, relaxation

Cette partie ne doit pas être négligée et peut terminer chaque séance d'expression corporelle... On ne cherche pas un véritable degré de relaxation mais plutôt un certain état de disponibilité pour les activités à venir. Voici quelques exemples d'exercices :

- ❖ **Le cœur** : assis ou couché, les yeux fermés, on sent, avec sa main, les battements de son cœur jusqu'à ce qu'il ait retrouvé un rythme normal.
- ❖ **Musique douce** : allongé, les yeux fermés, on écoute une musique douce. L'enseignant(e) vérifie que chaque enfant est relâché : consigne « être tout mou ».

- ❖ **Le tour de la maison** (cycle 1) : ce jeu se pratique par 2, chaque enfant assis en tailleur agit sur le visage de l'autre, chacun à son tour.

« Je fais le tour de la maison »

Avec l'index, faire le tour du visage en le frôlant.

« Je ferme les volets »

Baisser les paupières du camarade

« Je ferme la porte »

Appuyer son index sur la bouche

« Je tourne la clé »

Prendre le nez entre pouce et index et le tourner doucement.

❖ **Le chat s'étire.**

Se mettre à 4 pattes, genoux et mains à plat sur le sol, arrondir le dos. Pousser les fesses en arrière en inspirant, la tête touche presque le sol. Se relever en expirant et arrondir le dos. Toujours dans la même position, baisser la tête en avant, le plus loin possible en inspirant. Se relever en expirant et arrondir le dos. Recommencer 3 fois.

Toujours à 4 pattes, tendre une jambe en arrière en la montant le plus haut possible, tendre le pied. Tirer tout le corps pour vous agrandir. Rester quelques secondes dans cette position. Ramener lentement la jambe sur le sol. Faire de même avec l'autre jambe. Recommencer 3 fois.



❖ **La fleur se ferme.**

A genoux sur le sol, les bras sont placés le long du corps, les mains ont les paumes vers l'arrière :

- s'asseoir sur les talons ;
- baisser lentement la tête vers le sol en laissant les mains partir vers l'arrière ;
- laisser la tête sur le sol, la poitrine appuyée sur les cuisses ;
- fermer les yeux ;
- s'écouter respirer, rester dans cette position pendant quelques secondes la première fois, puis progressivement amener l'enfant à y rester quelques minutes. Se relever lentement.



## 25 JEUX D'EXPRESSION CORPORELLE OU JEUX DE MIME, SANS MUSIQUE.

### 1. Vis-à-vis

Par 2, les enfants doivent mettre en contact les parties du corps nommées par l'enseignant(e) (dos à dos, nez à nez, main à main...).

Au signal, « Vis-à-vis », on change de partenaires

### 2. Faire le chat :

Demander aux élèves de mimer le chat : dans un premier temps, chaque élève va mener individuellement sa recherche pour traduire corporellement son idée de chat et dans un second temps, pendant qu'une ½ classe présentera l'aboutissement des recherches individuelles, l'autre observera pour retenir les propositions intéressantes, amusantes...

Exemple, le chat :

- sort ses griffes, donne des coups de patte,
- se nettoie le visage, caresse « patte de velours », se fait câlin,
- est à l'affût, guette, se tapit, rampe, bondit sur sa proie,
- se couche en boule puis s'étire.

Prolongements : en arts plastiques, il est possible de travailler sur la création d'accessoires (masques, moustaches, griffes, queues, oreilles...). Dans le domaine de l'apprentissage de la langue, on peut se référer à de nombreux textes (« Le chat trop gourmand », « Le chat botté »...), inventer une histoire extraordinaire de chats ou jouer avec les mots : chat »pot », chat « mot »...

### 3. Les petits pois :

« Que font les petits pois dans une boîte ? ».

- Serrez-vous les uns contre les autres...au signal, la boîte est renversée, vous roulez partout, partout !
- Repérez la place où vous êtes arrivés, regroupez-vous,
- Retournez où vous étiez...

Tu réussis si tu es à bonne distance des autres danseurs et si, après le regroupement, tu es capable de revenir au même endroit.

(Faire varier les paramètres du mouvement : l'espace (milieu + ou – aménagé...des sols de consistances différentes, des sols où l'on glisse...), le temps (rythme vif, lent, régulier, explosif, avec des arrêts...choisir un support musical à 2 thèmes très distincts, l'un pour la dispersion, l'autre pour le regroupement).

### 4. Le jeu de l'aveugle appelé

Les enfants sont par 2.

Un a les yeux bandés, l'autre a un instrument de musique dans la main (ou pousse un cri d'animal), qu'il doit faire entendre à l'aveugle **avant** le jeu.

Puis, le guide se place à un certain endroit et doit appeler son aveugle à l'aide de son cri ou de son instrument de musique.

## **5. Le petit déjeuner :**

### **Compétences :**

- Savoir éprouver des sensations intérieures à partir d'une sensation vécue.
- Savoir accepter et écouter les critiques constructives de l'autre afin de progresser.

### **Déroulement pour une situation vécue réellement :**

- Chaque élève reçoit une tasse, une cuillère, une serviette en papier et un sucre.
- Les élèves observent et **s'expriment** : exemple, la tasse est ronde, vide, elle est légère, la cuillère est en métal, la serviette est douce, la cuillère fait un bruit particulier dans la tasse vide...
- Le café est servi, la tasse est chaude, on ne peut plus la retourner, elle est lourde, la cuillère ne fait plus le même bruit dans la tasse...

### **Consignes :**

- Sentez la bonne odeur du café.
- Vous en buvez un peu et vous avez le goût du café dans la bouche, il vous convient ou il est amer.
- Alors vous mettez du sucre dans votre café.
- Vous tournez avec la cuillère.
- Vous buvez toute la tasse, rapidement ou un petit peu à la fois.
- Vous sentez la café qui descend dans votre gorge et qui va jusque dans votre estomac.
- Vous essuyez votre bouche avec votre serviette en papier.

### **Déroulement pour une situation vécue en mime :**

- Les enfants sont assis en tailleur, les yeux fermés.
- Chaque enfant mime la situation vécue auparavant.
- Chaque enfant vit la situation évoquée sans se soucier de son voisin :
  - o Vous êtes assis devant votre petit déjeuner, vous voyez votre bol, du pain, du beurre, de la confiture, du sucre, votre serviette :
  - o Vous vous servez du café, y mettez du sucre ou non...
  - o Vous prenez votre bol dans vos mains, vous sentez sa forme, sa chaleur...
  - o Vous humez le goût du café...
  - o Vous buvez, le liquide est chaud dans votre bouche, dans votre gorge...
  - o Vous vous préparez une tartine, vous la mangez...
  - o Vous mangez une cuillère de confiture...
  - o Vous vous essuyez la bouche...
  - o ...

## **6. Les expressions de la main.**

### **Compétences :**

- savoir rendre ses mains de plus en plus expressives.
- Etre capable de trouver le geste qui correspond à la consigne.
- S'accepter et accepter le regard de l'autre.
- Savoir tenir compte des remarques pertinentes des autres élèves.

Les élèves sont debout en cercle et collectivement recensent différentes manières de tendre la main pour communiquer quelque chose. Il s'agit de trouver le geste le plus précis possible.

Répertoire proposé :

- Vous montrez son chemin à une personne qui s'est perdue...
- Vous donnez un bonbon à un petit enfant...
- Vous donnez un ballon à une grande personne...
- Vous envoyez un baiser à une personne qui est loin de vous...
- Vous tendez la main joyeusement puis timidement...
- Vous repoussez avec vos mains un élève qui se jette sur vous...
- Vous prenez un crayon dans votre main puis un bâton...
- Vous attrapez un ballon puis une petite balle...
- Vous cherchez à attraper un papillon...
- Vous cueillez une fleur puis arrachez une herbe...
- Vous envoyez un ballon à un camarade puis une petite balle...
- Vous portez un cartable puis une valise très lourde...
- Vous réclamez une pomme...
- Vous saluez une personne qui est loin de vous...
- Vous donnez un livre à une grande personne...
- Vous faites signe à un camarade de venir vers vous...
- Vous prenez, sur une table, un objet que vous désirez fortement puis qui vous répugne...
- Vous jouez le rôle d'un voleur qui dérobe sur une table une bourse pleine de pièces...
- Vous vous lavez les mains dans l'eau...
- Vous faites couler du sable entre les doigts...
- Vous faites un dessin sur le sable avec votre doigt...

Il s'agit de veiller à la netteté du geste, qui doit être stylisé par rapport aux gestes de la vie. Les élèves se figent dans chaque attitude et s'observent mutuellement pour vérifier la lisibilité de ces attitudes.

On peut aller vers des thèmes d'improvisation

#### *Travail sur la dextérité manuelle.*

Petits billets par 2, les élèves choisissent le meilleur mime et en invente un deuxième).

- Peler une pomme, une clémentine ou une orange, une banane, casser des noix... et faire une salade de fruits.
- Prendre une balle de ping-pong et la faire sauter d'une main à l'autre puis d'une raquette à l'autre.
- Balayer le sol, il y a des grosses saletés et des petites, faire un tas puis ramasser avec une pelle et une balayette.
- Choisir une bobine de fil, en fonction de la couleur ou de la grosseur du fil, couper du fil et l'enfiler sur une aiguille, sans oublier de faire un nœud au bout du fil.
- Couper une pièce de tissu puis coudre les morceaux ensemble.
- Peindre un tableau en recopiant une toile exposée dans un musée.
- Coudre un bouton.
- Remplir un seau de sable et le retourner pour faire un pâté.

### *Travail sur la coordination entre deux acteurs*

- Faire la vaisselle : une personne lave et l'autre essuie (le second doit être attentif à l'objet que manipule le premier afin d'en respecter le volume et le poids).
- Ranger des livres dans une bibliothèque : une personne sort les livres d'un carton, les essuie, l'autre les range dans les rayonnages (veiller à respecter les dimensions du livre pendant tout l'exercice).
- Prendre un grand drap dans une corbeille à linge et le plier à deux (veiller à respecter les dimensions du drap au fur et à mesure du pliage).
- Remplir une valise de linge : une personne prend les vêtements dans un placard, l'autre les plie et les met dans la valise (être attentif aux formes et au poids de chaque vêtement).
- Mettre le couvert à deux (être attentif aux formes des objets et aux espaces sur la table imaginaire).
- Servir à boire à un camarade, lui donner une tartine, etc ...

Ces thèmes exigent des élèves une grande attention aux gestes et aux intentions de son camarade... Dans les exercices à 2 personnages, il est toujours souhaitable d'inverser les rôles afin que les élèves soient chacun à leur tour en position de meneur de jeu.

### **7. Utilisation de sacs en plastique**

L'espace scénique et l'espace coulisses sont bien déterminés.  
Le silence doit être total dans l'espace d'expression.

a) Manipulation libre dans l'espace scénique : rechercher différentes actions possibles avec un sac en plastique.

Actions observées : faire du bruit / danser, bouger en tenant le plastique/ souffler dedans / un pied dans le plastique / avancer avec le plastique collé à une partie du corps / tapoter, froisser, secouer, tordre, frapper, agiter, suivre du regard, exploser...

b) Vous manipulez le sachet en restant sur place et sans jamais le lâcher.

c) Vous manipulez le sachet sans le lâcher et en vous déplaçant.

d) Vous remplissez le sachet d'air, il devient votre partenaire, et vous évoluez avec lui en le tenant d'une main puis des deux mains.

e) Vous vous déplacez en vous séparant du sac, il peut tourner autour de votre corps, vous passez en dessous du sac.

f) Vous lancez puis vous réceptionnez le sachet le plus bas possible, n'hésitez pas à vous coucher par terre et faire en sorte que différentes parties du corps le reçoivent.

g) Vous allez réaliser plusieurs mouvements avant que le sac ne vous touche en retombant.

h) Vous allez faire en sorte que le sac touche trois parties de votre corps avant de retomber à terre.



i) Vous allez enchaîner 2 actions : lancer le sac, l'accueillir de différentes façons, avec différentes parties du corps et de façon positive. Vous pouvez refaire plusieurs fois l'enchaînement qui vous plaît.

j) Vous allez enchaîner 3 actions : lancer le sac, l'accueillir puis vous en débarrasser mais de façon plus négative.

k) Vous allez enchaîner 4 actions : lancer le sac, l'accueillir, le tordre ou le chiffonner et vous en débarrasser. Quand vous aurez trouvé l'enchaînement qui vous plaît, vous le répéterez plusieurs fois. Ayez de l'amplitude dans vos mouvements.

l) Vous allez faire un passage seul avec une entrée et une sortie de l'espace scénique, toujours avec le sac, en nous montrant votre création.

m) Vous allez faire un passage seul mais sans le sac en respectant les mêmes contrastes d'énergie.

n) Maintenant, vous allez enchaîner les passages, quand l'un sort, l'autre entre.

## **8. Deviner le mime**

Les enfants sont par groupes de 4 à 6. Un enfant va prendre un papier sur lequel figure un dessin ou un mot par rapport à un thème (10 mimes différents pour un thème...) et mime. Les autres devinent.

Chacun mime à tour de rôle.

Voici quelques thèmes :

- les animaux : chat, chien, papillon, serpent, kangourou...
- les personnages : Robin des Bois, Harry Potter, Batman, Michael Jordan, Astérix et Obélix...
- les lieux :  
au restaurant / dans la rue / à la plage / à la maison / au cinéma lors de la projection d'un film d'horreur / dans une salle d'attente avec beaucoup de monde / un paquet insolite dans le bus / lors de la coupe du monde de football, à la télé, chez des copains / au bar, le garçon qui renverse son plateau sur quelqu'un...
- les actions : jeter, frapper, escalader, danser, attaquer, porter, se balancer, descendre, tomber, bercer, caresser...A la nuit tombée, les indiens dansent autour du feu...A l'ombre d'un arbre, des touristes jouent à la pétanque...Il fait beau, les enfants sont à la plage...Les enfants ont fait la fête, maintenant, il faut tout ranger...
- les sentiments, sensations : thème 1, être en colère, avoir des doutes, être gai, avoir soif, avoir peur, avoir froid ...  
Thème 2, avoir confiance, être triste, être énervé, être étonné, être vieux, être méfiant...  
Thème 3, être fatigué, être

inquiet, être malade, être jeune, être joyeux, être ennuyé...  
Thème 4, avoir faim, avoir chaud, être en pleine forme, être calme, avoir sommeil, s'ennuyer...

- les métiers : menuisier, jardinier, boulanger, instituteur...

**Variante :**

- à partir d'une histoire :

Consignes : vous allez travailler en groupe sur une histoire que je vais vous raconter. Après un temps de préparation, chaque groupe présentera sa composition devant les autres.

(Après chaque représentation, les spectateurs relèvent les indices les plus pertinents pour construire le mime le plus efficace afin de le montrer à une autre classe).

**Exemple d'histoire pour des adultes :**

*Un homme d'affaires reçoit un coup de téléphone ; c'est l'hôpital qui lui annonce que sa femme vient d'accoucher. Arrivé à l'accueil de l'hôpital, on le fait patienter. Une infirmière vient le chercher et l'emmène dans la chambre où est sa femme avec un bébé dans les bras. Le père est fou de joie. Une infirmière entre avec deux autres bébés dans les bras. Le père est sous le choc, il s'évanouit.*

Critères de réussite : les spectateurs doivent percevoir les éléments :

- l'homme d'affaire au travail
- l'excitation et la précipitation suscitées par l'appel
- l'impatience
- la joie
- la surprise.

**9. Jeu des ambassadeurs**

Plusieurs équipes sont constituées et prennent chacune une place dans la salle. L'enseignant(e) a une liste de mots qui est différente pour chaque équipe.

Chaque équipe délègue un ambassadeur qui va chercher auprès de l'enseignant(e), un mot de sa liste. Puis il va mimer ce mot auprès de son équipe.

Dès qu'un enfant a trouvé, il l'écrit sur un papier, le donne au 2<sup>ème</sup> ambassadeur. Celui-ci le donne à l'enseignant(e) qui lui donne un 2<sup>ème</sup> mot à mimer.

L'équipe qui a terminé sa liste en 1<sup>er</sup> a gagné.

**10. Jeu des étiquettes**

Deux groupes d'enfants. Au 1<sup>er</sup> groupe l'enseignant(e) accroche au dos de chaque enfant, un dessin ou un mot.

Au signal, chaque enfant du 2<sup>ème</sup> groupe va à la rencontre d'un enfant du 1<sup>er</sup> groupe et lui mime ce qu'il a dans le dos. Celui-ci doit deviner.

Puis changement de rôles des groupes.

### **11. Le masque facial**

Les enfants sont devant un miroir et doivent exprimer avec leur visage les consignes données par l'enseignant(e). Exemples, vous êtes contents, tristes, en colère, gais, fatigués, attentifs, endormis, étonnés...

### **12. Jeux avec des cartons**

Des cartons de différentes tailles sont dispersés dans la salle de jeux. La classe est scindée en 2 : un groupe acteur, un groupe spectateur... Les spectateurs expliquent ce qu'ils ont vu. Thèmes proposés aux acteurs (rechercher plusieurs actions possibles) :

- Le carton-bateau : ramer : mouvements alternatifs, symétriques, rapides, lents, avant, arrière.../ Je pêche : ex, j'attends patiemment...une touche...je soulève la ligne...il est gros...il est lourd...il se débat...je le décroche...etc...
- Le carton-voiture : ex, je conduis en faisant attention à la circulation : le feu est rouge...j'ouvre la vitre...je démarre...tourne...vire...ralentis...accélère...
- Avec déplacement : ex, je porte un gros colis...c'est lourd...je m'arrête...je me repose...je le change d'épaule...je le porte de différentes façons.../ Porter à 2, à 3, à 4, s'asseoir dessus pour souffler...je suis fatigué...on repart...
- Organiser les cartons pour déterminer une situation : ex, l'autobus (plusieurs cartons en file, déterminer le rôle du conducteur, le rôle des passagers...) / le voyage dans un pays donné (plusieurs cartons qui constituent un vaisseau spatial...il fait froid, chaud...il y a des monstres).../ le manège : je ris...je fais des signes...je suis étourdi...ma tête tourne...j'appelle les autres...je me penche...j'attrape le pompon...

### **13. Bruitages**

Un enfant mime quelque chose, un autre réalise le bruitage (création et entente préalable à 2, recherche d'objets et de bruits de voix pour le bruitage).

### **14. Colin-Maillard et son aide.**

Objectif : se déplacer sans repères visuels avec seulement des informations d'ordre tactile.

Déroulement : les enfants sont par 2, l'un derrière l'autre. Le 1<sup>er</sup> a les yeux bandés ; le second a pour tâche de le guider, sur un parcours jalonné d'obstacles, avec un minimum de contacts. L'intérêt réside dans la nécessité de produire des contacts signifiants (communication non verbale) et de les rendre opérationnels.

### **15. Colin-Maillard seul.**

Objectif : confronter plusieurs sens.

Déroulement : les enfants évoluent par petits groupes. Ils s'exercent à se rendre d'un point à l'autre en ligne droite, puis à exécuter le même trajet les yeux bandés. Il est possible de compliquer la situation en contournant un obstacle que l'on reconnaît au toucher avant de revenir à l'endroit initial.

Remarque : afin de ne pas nuire à la concentration du repérage de l'enfant, il est très important d'obtenir un maximum de silence et d'éviter que d'autres viennent interférer dans les parcours jalonnés. On peut demander aux camarades du groupe d'assurer cette protection.

### **16. La ronde de Colin-Maillard.**

Objectif : se situer et se déplacer yeux bandés dans un espace familier.

Déroulement : une dizaine d'enfants, yeux bandés, forment une ronde au milieu de la pièce. Ils se séparent pour aller toucher chacun un point précis (radiateur, porte d'entrée...) et revenir pour former la ronde.

### **17. La recherche de Colin-Maillard.**

Objectif : yeux bandés, reconnaître un objet ou une personne par le seul sens du toucher.

Organisation : un groupe d'acteurs, un groupe de spectateurs.

Déroulement : on attribue à chaque enfant-acteur un objet qu'on lui fait toucher au préalable. Chacun doit retrouver cet objet posé sur une chaise sur laquelle il s'assiera dès qu'il l'aura trouvé. Les chaises sont disposées en cercle ou en ligne pour favoriser les exercices de recherche. On peut commencer l'exercice avec des objets aisément identifiables, puis affiner davantage : plusieurs poupées de chiffon de texture proche / plusieurs livres de format ou de poids voisins.

Remarque : si l'exercice consiste à retrouver un camarade, le silence complet doit être exigé.

### **18. Le miroir de Colin-Maillard.**

Objectif : repérer une posture prise par un camarade et la reproduire.

Déroulement : les enfants sont par 2. L'un des deux est « aveugle » et doit, par le toucher, reconnaître son partenaire qui s'est figé dans une attitude caractéristique, puis la reproduire en miroir, face à lui. On peut, à cette situation, ajouter un élément supplémentaire : un mouvement répétitif simple, flexion et extension du coude, par exemple.

Pour compliquer la tâche, il est possible de demander au modèle de reproduire deux mouvements synchronisés, exemple : rotation de la tête à droite / flexion du coude / retour de la tête / extension du coude.

Il s'agit donc ici de repérer et de reproduire non seulement la forme des mouvements dans la dimension spatiale, mais aussi leur coordination qui renvoie à l'aspect temporel.

### **19. Les miroirs en groupes.**

Objectif : être capable de repérer les positions relatives de deux partenaires et de les reproduire avec un autre camarade, lui aussi aveugle.

Déroulement : les enfants sont par 4. Deux enfants prennent une position, en contact ou non, l'un avec l'autre. Chacun des deux autres enfants, yeux bandés, doit repérer la posture des modèles ainsi que leur position relative. Ils doivent ensuite reproduire la situation le plus fidèlement possible après un temps de recherche.

### **20. Le sculpteur.**

Objectif : percevoir, yeux bandés, l'attitude d'un camarade et la faire reproduire par un autre – aveugle lui aussi – soit par manipulations, soit par des indications verbales.

Déroulement : les enfants sont groupés par 3.

- le modèle : l'enfant qui a adopté une posture ;

- le sculpteur : « aveugle » qui façonne « le matériau » de la voix ou du geste ;
- « la matière à sculpter » (aveugle), qui se laisse manipuler.

La difficulté, pour ce dernier, consiste à bien relâcher ses segments au moment de la recherche d'attitude, puis de rester tonique pour préserver la position considérée comme parfaite.

### **21. Le jeu du miroir.**

Objectif : privilégier les inter-relations.

Déroulement : un enfant est le miroir qui doit imiter les gestes de l'autre. Dans un 1<sup>er</sup> temps, laisser les enfants inventer, puis relancer par des consignes ouvertes ; faire sa toilette, se coiffer, se brosser les dents, s'habiller...

### **22. S'exprimer avec des photos.**

Objectifs :

- moteur : préciser, diversifier et nuancer le langage corporel ;
- affectif et relationnel : composer à plusieurs, montrer sa réalisation, émettre un jugement ;
- symbolique : solliciter les capacités créatrices, développer le pouvoir de faire semblant, imaginer et créer des histoires.

Déroulement : les élèves sont par groupes de 3 : un acteur, deux observateurs. Des photos de personnages (adaptées aux élèves de la classe) sont étalées sur le sol (3 à 4 par enfant) :

- Individuellement, choisir une photo et imiter la pose du personnage.
- A tour de rôle, la montrer.
- Les observateurs regardent, comparent, avec la photo et donnent des conseils pour améliorer...

Des consignes pour relancer l'activité :

- effectuer 3 fois la même pose en l'enchaînant avec un élément de liaison (déplacement)
- tenir la position (5 ou 10 secondes) ;
- déplacer ses bras, ses jambes avec les yeux ouverts, le refaire les yeux fermés
- au signal, regarder pendant 5 secondes un endroit désigné.
- reproduire en les enchaînant les 3 photos du groupe
- choisir une photo par groupe et la présenter tous ensemble ou successivement en cascade.

### **23. Le serpent.**

Une corde de 2 mètres dont les extrémités sont matérialisées par du scotch de couleur. Aux poignets et chevilles des enfants sont également attachés des rubans de même couleur.

L'enseignant(e) manipule la corde et propose une histoire avec différentes situations. Les enfants cherchent librement des réponses adaptées :

- « Je suis le serpent, inanimé, long ». Exemple, allongement au sol, étirement soit sur le ventre, soit sur le dos, bras en arrière de la tête.

- « Le serpent se tortille sur place ». Exemple, les enfants, toujours allongés, s'essaient à des mouvements ondulatoires de tout le corps.
- « Le serpent se tortille en se déplaçant ». Exemple, les enfants rampent collés au sol, puis en décollant alternativement le buste et le bassin (différentes vitesses).
- « Le serpent se déplace sans onduler ». Exemple, les enfants rampent par traction des bras, corps raide.
- « Le serpent forme un rond ». Exemple, les enfants couchés sur le côté, sur le dos, essaient d'attraper leurs pieds avec leurs mains.
- « Le serpent forme un nœud »...
- « Le serpent se lève et se tient bien droit, puis tournoie lentement »...
- « Le serpent tombe, se tasse, puis se relève, se déplie »...

#### **24. Le cercle aux prénoms.**

Un groupe d'enfants se met en cercle ; un enfant avance d'un pas et fait un geste de présentation, déclame son prénom puis recule pour se replacer. Tout le groupe fait alors un pas en avant, reproduit le geste en répétant le prénom du 1<sup>er</sup> joueur et reprend sa place.

#### **25. Les dompteurs.**

**Situation 1** : par deux, un enfant tient le rôle du dompteur, l'autre celui du fauve. Le dompteur doit guider le fauve tout au long d'un parcours en utilisant des accessoires (chaise, tapis, banc...). Le dompteur flatte le fauve, lui offre une récompense... Alternent les jeux où tous les animaux agissent de manière identique et d'autres où ils se succèdent. Utiliser les différents registres (gestes, sentiments, bruits, voix, rythmes...).

**Situation 2** : par groupes de 5 ou 6 enfants, un enfant tient le rôle du dompteur, les autres jouent les fauves, qui, sous la direction du dresseur, présentent une entrée, deux ou trois actions et la sortie de scène.

*(Exemple, on peut jouer sur les possibilités et capacités physiques des différents « fauves » ou leur caractère nonchalant, agressif, obéissant... Le dompteur connaît tous les animaux, il leur parle pour être accepté. Après avoir salué le public, il fait entrer les lions qui tournent autour de la cage, puis grimpent sur leur tabouret. Un claquement de fouet, et hop, une bête descend et saute par-dessus deux autres, puis regagne sa place en baillant ; un second coup de fouet et un autre fauve franchit le cerceau d'un seul bond ; hop, un autre vient traverser la poutre puis se couche au pied du dompteur en émettant un rugissement de colère ; hop, tous les lions se dressent sur leurs pattes de derrière, puis sortent de la piste en passant entre les jambes du dompteur... sauf un qui rugit et lance des coups de pattes refusant de partir jusqu'au moment où le dompteur lui caresse la main...).*



## 30 JEUX D'EXPRESSION CORPORELLE OU JEUX DE MIME AVEC MUSIQUE.

### **Des jeux de découverte de son corps...**

#### **26. Les petites marionnettes (cycles 1 et 2).**

Musique « Les petites marionnettes ».

L'enfant mime ce que la chanson suggère :

- rotation de mains, moulins, puis mains derrière le dos ;
- mains sur les hanches et danse en rond ;
- moulins des bras, puis bras levés vers le ciel.

*Ainsi font, font, font  
Les petites marionnettes  
marionnettes*

*Ainsi font, font, font*

*Trois p'tits tours et puis s'en vont.*

*Les mains au côté  
Dansez, dansez marionnettes*

*Les mains au côté  
Marionnettes, recommencez.*

*Un petit moulin  
Tournez, tournez,*

*Un petit moulin  
Chante ce joli refrain  
Là-haut ! Là-haut ! Là-haut !*

#### **27. Misères câlines (cycle 1)**

Musique « Misères câlines ».

Les enfants sont assis en tailleur, par deux, face à face.

Un enfant mime chaque action sur l'autre.

Puis à la reprise de la chanson, ils inversent leur rôle.

*Je te tire la cravate...  
Je te caresse le nez...  
Je t'allonge les oreilles...  
Je pianote sur ton front...  
P'tites misères en or...  
Pour montrer que j't'adore !*

#### **28. Les petites mains (cycles 1 et 2). (Musique idem)**

Les enfants miment la chanson.

<i>Les petites mains</i>	<i>Les petits pieds</i>	<i>Tête dodeline</i>	<i>Petit corps</i>	<i>Et puis moi</i>
<i>Bougent, bougent (3x)</i>	<i>Tapent, tapent (3x)</i>	<i>Line, line (3x)</i>	<i>Se penche, penche (3x)</i>	<i>Je danse, danse (3x)</i>
<i>Les petites mains</i>	<i>Les petits pieds</i>	<i>Tête dodeline</i>	<i>Petit corps</i>	<i>Et puis moi</i>
<i>Bougent, bougent</i>	<i>Tapent, tapent</i>	<i>Line, line</i>	<i>Se penche, penche</i>	<i>Je danse, danse</i>
<i>Comme ça !</i>	<i>Comme ça !</i>	<i>Comme ça !</i>	<i>Comme ça !</i>	<i>Comme ça !</i>
<i>Elles font bravo !</i>	<i>Tapent sans bruit !</i>	<i>Regarde par terre !</i>	<i>Fait le bossu !</i>	
<i>Montent là-haut !</i>	<i>Tapent plus fort !</i>	<i>Regarde en l'air !</i>	<i>Fait le ventru !</i>	
<i>Frottent les yeux !</i>	<i>Encore plus fort !</i>	<i>Qui vient ici ?</i>	<i>Devient tordu</i>	
<i>Et disent adieu !</i>	<i>Tout doucement.</i>	<i>Qui va là-bas ?</i>	<i>Redevient dru !</i>	

#### **29. Avec ton corps (cycle 2). (Musique idem)**

L'enfant fait des mouvements selon ce qu'il entend ou découvre dans la chanson.

Au cycle 1, on rechantera plus lentement le 1<sup>er</sup> et le dernier couplet.

Au cycle 2, on inventera un autre couplet après avoir cherché d'autres mouvements à faire avec son corps.

<i>Refrain</i>		
<i>Saute sur un pied</i>	<i>Tu peux faire ce que tu veux</i>	<i>Regarde à ta droite</i>
<i>Saute sur 2 pieds</i>	<i>Avec ton corps, avec ton corps</i>	<i>Regarde à ta gauche</i>
<i>Lève haut un bras en l'air</i>	<i>C'est un cadeau merveilleux</i>	<i>Fais bouger tes 10 p'tits doigts</i>
<i>De l'autre touche la terre</i>	<i>Prends soin de ce trésor</i>	<i>Mets ta main dans ta poche</i>

*Les 2 bras au ciel  
Marche à reculons  
Tu grimpes sur une échelle  
Tu joues à saute-mouton*

*Tu fais des grands pas  
Tu gonfles tes joues  
Tu souffles fort un bon coup  
Ton corps est tout à toi*

### **30. Jean Petit qui danse (cycle 2). (Musique idem)**

C'est un mime individuel qui peut devenir une danse à plusieurs avec ou sans déplacements.

*Jean Petit qui danse (bis)*  
*De ses mains, il danse (bis)*  
*De ses mains, mains, mains (bis)*  
*Ainsi, danse Jean Petit*  
*De ses bras il danse (bis)*  
*De sa tête il danse (bis)*  
*De ses fesses il danse (bis)*  
*De ses pieds il danse (bis)*  
*De ses jambes il danse (bis)*

### **31. Jacques a dit (cycle 2) (Musique idem).**

Mimer la chanson.

<i>Jacques a dit</i>	<i>Jacques a dit</i>	<i>Jacques a dit</i>	<i>Jacques a dit</i>	<i>Tape du pied</i>	<i>Tape du pied</i>
<i>Touche ton menton</i>	<i>Tape du pied</i>	<i>Bouge les bras</i>	<i>Frappe des mains</i>	<i>Des mains aussi</i>	<i>des mains</i>
<i>Tire, tire, tirelon</i>	<i>Tire, tire, tirelé</i>	<i>Tire, tire, tirela</i>	<i>Tire, tire, tirelin</i>	<i>Bouge les bras</i>	<i>J't'ai bien eu !</i>
<i>Jacques a dit</i>	<i>Jacques a dit</i>	<i>Jacques a dit</i>	<i>Jacques a dit</i>	<i>Touche ton menton</i>	<i>Jacques n'a rien dit</i>
<i>Touche ton menton</i>	<i>Tape du pied</i>	<i>Bouge les bras</i>	<i>Frappe des mains</i>		

### **32. Les poupées (cycles 2 et 3)**

(Musique Liseron ou toute autre musique douce et lente)

Les enfants sont par 2. L'un est la poupée, l'autre le manipulateur.

Au départ, la poupée est couchée. Elle est rigide, c'est à dire qu'elle garde la position dans laquelle on la met.

Une fois les couples formés et les rôles distribués, l'enseignant(e) met la musique et les enfants commencent.

Consignes à suivre : manipuler avec douceur, garder la position dans laquelle on est mis, veiller à trouver des positions confortables, ne pas devancer les manipulations.

Variante : les poupées ne sont plus rigides, elles sont molles, c'est-à-dire qu'elles ne gardent pas les positions dans lesquelles on les met.

### **33. La sculpture.**

(Musique Aquarium)

Seul ou à deux.

Chaque enfant ou chaque groupe reçoit une photo (ou en choisit une parmi celles présentées). Ces photos représentent des hommes dans des positions ou attitudes diverses. Cela peut être des photos de peintures, de sculptures, de danses, de gens dans la vie quotidienne...

L'enfant (ou les enfants) essaie(nt) de reproduire au mieux la photo. Il est intéressant que des spectateurs puissent donner leur avis.

Variante : le photographe et la star.

Par 2. Un enfant a une photo qu'il ne montre pas à son partenaire. Par des consignes verbales uniquement, il doit faire prendre la pose à son partenaire, la plus proche de la photo.



## **Des jeux d'imitation...**

### **34. Le miroir (cycles 2 et 3)**

(Musique : « Aquarium », « De la chenille au papillon - attention, 3 morceaux»).

Par 2, face à face.

L'un est le miroir, l'autre l'enfant qui se regarde dans son miroir. Le miroir doit suivre exactement ses mouvements.

Consignes à suivre :

- gestes lents ;
- gestes simples ;
- gestes réalisés avec amplitude.

#### **Progression dans la difficulté :**

Enfant assis, seules les mains bougent.

Enfant assis, tête et mains bougent.

Enfant assis, haut du corps bouge.

Enfant debout, visage et mains bougent.

Enfant debout, tout le corps bouge mais sans déplacements.

Enfant debout, tout le corps bouge avec déplacements.

Deux miroirs pour un enfant.

### **Prolongement : « Le suiveur », musique « Les âges de la vie » (4 morceaux).**

Par 2, un enfant reproduit ce que l'autre fait en le suivant comme son ombre. Ils peuvent être l'un derrière l'autre, face à face, côte à côte... Ils changent de rôle quand il y a changement de morceau de musique.

## **Des jeux de contact corporel...**

### **35. La marionnette (cycles 2 et 3)**

(Musique, « Au bal, la valse »).

Par 2, un enfant a un fil de laine accroché à chaque main : c'est la marionnette.

L'autre tient les fils, c'est le marionnettiste.

Consignes : la marionnette est assise, elle doit être relâchée pour suivre les suggestions du meneur et faire confiance au marionnettiste. Elle ne doit pas anticiper ses gestes. Puis la marionnette pourra se mettre debout.

Variantes :

- La marionnette garde les yeux fermés.
- Deux marionnettistes et leurs marionnettes inventent un petit scénario sur un thème donné par l'enseignant(e) (la toilette, le petit déjeuner...).

### **36. Les siamois (cycles 2 et 3).**

(Musique : « Dans le vent »).

Par 2, face à face, les joueurs maintiennent 2 balles par simple pression des mains. Ils devront faire danser leur bras sans faire tomber les balles. En grande section, le jeu peut se réaliser avec un gros ballon entre les partenaires.

Variantes :

- un des joueurs ferme les yeux, l'autre le guide ;
- les 2 joueurs ferment les yeux ;
- une seule balle est placée dans le dos des partenaires.

### **37. La danse contact (cycles 2 et 3).**

(Musique « La petite fille de la mer »).

Par 2, les pieds de chaque enfant doivent se toucher.

Evoluer librement, rechercher toutes sortes de possibilités, en gardant le contact des pieds.

Les solutions intéressantes sont reproduites par l'ensemble de la classe.

Variante :

Les mains, cette fois-ci, sont en contact.

### **Des jeux de mimes...**

#### **38. Cache-cache (cycle 1)**

Chaque enfant a un mouchoir ou un carré de tissu devant le visage. Il mime les actions indiquées par la chanson :

*On joue à cache-cache*

*Vite, je me cache ! Coucou !*

*Je sors en haut !*

*Je sors...en bas !*

*Je sors...par ici !*

*Je sors...par là !*

*Vite, je me cache !*

*Coucou...en haut !*

*Coucou...en bas !*

*Coucou...par ici !*

*Coucou...par là !*

*Coucou ! Me voilà !*

#### **39. Luxioles (cycles 1 et 2)**

L'enfant recherche les gestes significatifs pour mimer la chanson. La dernière partie incite plus au calme, à la détente (berceuse).

*Un mille-pattes*

*Marche à quatre pattes*

*Escargot et ver luisant*

*S'en vont en rampant*

*Criquet et puce*

*Sautent et s'amuse*

*Papillon volète*

*Sur les pâquerettes*

*Araignée cliquète*

*Cliquète et claquète*

*Luxiole balance*

*Au dessus de mon lit*

*Toute la nuit, tu luis*

*Tu fais la révérence*

#### **40. Mimes avec bruitages (cycles 1 et 2)**

(Musique « Bruitages »)

L'enfant mime ce que suggère le bruit entendu : objets, personnages, animaux...

### **Des jeux d'énergie...**

#### **41. Lourd-léger (cycles 2 et 3)**

Les enfants miment ce qui est lourd, ce qui est léger, en tenant compte des couplets de la chanson.

*C'est un gros éléphant*

*Qui marche, qui*

*Marche.*

*C'est un gros éléphant*

*Qui marche lourdement*

*Un joli grillon léger*

*Saute, saute, saute*

*Un joli grillon léger*

*Saute dans le pré*

*Moi quand j'ai le cœur lourd*

*J'me traîne, j'me traîne*

*Moi quand j'ai le cœur lourd*

*J'me traîne dans la cour*

*C'est des sacs de ciment*

*Qui tombent, qui*

*tombent.*

*C'est des sacs de ciment*

*Qui tombent pesamment*

*Mais quand j'ai le cœur léger*

*Danse, danse, danse*

*Mais quand j'ai le cœur léger*

*J'aime bien danser*

#### **42. Etre en pointe, en rond ; être grand, petit (cycles 1, 2 et 3)**

(Musique : « Les flamands roses »).

Demander de passer successivement des positions « en pointe » aux positions « en rond » (recherche de tous les possibles). Il en est de même pour les positions « grand et petit ».

#### **43. Mobile-immobile (cycles 1, 2 et 3)**

(Musiques : « Les photos » « Farandola »).

Les enfants évoluent sur la musique et à l'arrêt de celle-ci doivent s'immobiliser ; puis, ils bougent à nouveau quand elle reprend.

Variante : prendre une posture qui évoque un personnage, un animal,... à l'arrêt de la musique.

#### **44. Le ralenti, la rapidité (cycles 2 et 3)**

(Musique : « Cinéma »).

Les 3 morceaux de musique correspondent à 3 vitesses différentes (normal, lent, rapide).

Sur la musique au ralenti, on peut marcher le plus lentement possible, simuler un combat au ralenti...

Sur la musique rapide, on peut mimer des gens pressés...

On peut également créer un enchaînement sur le morceau normal, puis le reproduire à une vitesse plus lente et plus rapide sur les 2 autres morceaux de musique.

### **Des jeux d'aveugles...**

#### **45. Le jeu du guide (cycles 2 et 3).**

(Musique : « La petite fille de la mer »).

La moitié des enfants ont les yeux bandés, les autres leur servent de guide.

Ils vont les promener dans la salle et leur faire toucher des objets ou n'importe quoi d'autre.

L'aveugle devra identifier ce qu'il touché et le dire à son guide à la fin du jeu.

### **Des jeux de masques...**

#### **46. Masques des enfants (cycles 2 et 3)**

(Musique : « Les photos »).

Les enfants ont fabriqué des masques et les mettent. Quand la musique s'arrête, ils s'immobilisent et prennent la pose comme pour faire une photo.

#### **47. Masques neutres (cycle 3)**

Avec des masques neutres, par deux.

Un enfant prend une position. L'autre complète la posture. Les deux masques doivent être visibles et les enfants doivent avoir au moins un contact entre eux.

#### **48. Gros masques (cycles 2 et 3)**

(Musique : « Danse indienne »).

Par petits groupes, commencer en ronde, s'avancer vers le centre en levant les bras, reculer en les baissant. Tourner sur soi-même, vers la droite, vers la gauche. Marcher autour de la ronde en frappant le sol des pieds.

Les enfants peuvent inventer une autre danse sur la même musique ou sur une musique suggérant un autre pays (Chine, Afrique...) et ses danses traditionnelles.

## Des jeux d'imagination...

### **49. Popple (cycles 1 et 2)**

(Musique : « Popple »).

L'enfant évolue librement sur la musique pour faire « le fou », puis il se met assis et cache une à une les parties de son corps.

*Popple tout entier*

*Fait le fou à lier !*

*(musique pour faire le fou)*

*Alors, pour le calmer*

*On va le rentrer*

*Rentre le pied...oh yé !*

*Rentre les deux...sacre bleu !*

*Rentre les fesses...en vitesse*

*Rentre le bras...comme ça !*

*Rentre les deux...c'est mieux !*

*Rentre les yeux...adieu !*

*Rentre la tête...fini la fête !*

*On ne voit plus popple !*

*Il dort !*

*(berceuse)*

*Je vois la grande bouche*

*Où tu t'es caché !*

*Voilà les yeux...curieux !*

*Voilà la tête...p'tite bête !*

*Voilà un bras...holà !*

*Voilà les deux...morbleu !*

*Voilà les cuisses...oh hisse !*

*Voilà un pied...ohé !*

*Voilà les deux...mon Dieu !*

*Le voilà tout entier ! Oh yé !*

*Entier à lier*

*Tout prêt pour danser !*

*(Danse de Popple et chute finale)*

### **50. Les savants (cycles 2 et 3)**

(Musique : « Horloge »).

Les enfants marchent dans la salle. Quand les savants (3 ou 4 enfants) touchent un enfant, celui-ci devient un robot et doit se déplacer comme s'il en était un (mouvements saccadés).

### **51. Les machines (cycle 3)**

(Musique : « Horloge »).

Les enfants créent par petits groupes une machine imaginaire, chacun exécutant un mouvement répétitif, et viennent s'imbriquer entre eux.

Prolongements :

- en plus du mouvement, chacun produit une onomatopée différente ;
- la machine peut se monter petit à petit, accélérer, pour finir par l'explosion finale, la désintégration.

### **52. Les chasseurs (cycles 2 et 3)**

(Musique : « Farandola »).

Les enfants et les chasseurs (3 ou 4 enfants avec un ballon) marchent sur la musique.

Quand la musique s'arrête, les chasseurs touchent le plus d'enfants possible avec leur ballon.

Ceux-ci, à la reprise de la musique, ne pourront plus se déplacer et devront danser sur place.

### **53. La fée (cycles 1, 2 et 3)**

(Musique : « Farandola »).

Les enfants marchent. Quand la musique s'arrête, ils s'immobilisent.

L'enseignant(e) passe auprès de plusieurs enfants et leur donne une consigne chacun à l'oreille (exemple, « je te transforme en grenouille, en vieillard, en ballon... »).

A la reprise de la musique, les enfants miment ou se déplacent en tenant compte de la consigne.

#### **54. Les histoires (cycles 2 et 3)**

(Musiques : « Les singes dans la forêt, Fleur de vie, Danse des ours, extrait d'œuvre de Xénakis » et autres musiques à votre choix...).

Les enfants, seuls ou à plusieurs, mettent en scène des histoires mimées selon ce que la musique leur suggère ou ce que l'enseignant(e) leur donne comme thème.

Exemple : « Vous arrivez sur une planète inconnue, vous faites un cauchemar... ».

Variante : mise en scène à partir de récits, de poésies,...pour se diriger vers le théâtre, l'expression dramatique.

#### **55. Danser avec des peluches (cycle 1)**

Musique : une musique très douce, au choix de l'enseignant(e).

Première étape : l'enfant choisit une ou plusieurs peluches avec lesquelles il joue librement, comme il le désire, sans consigne particulière.

Puis on introduit une musique très douce pour suggérer des actions variées : balancer, bercer, se promener avec...L'enseignant(e) joue également, verbalise ses propres gestes et ceux des enfants puis les invite à imiter, proposer...

Variantes : choisir des musiques avec des rythmes différents pour inciter à courir, jeter, lancer, tourner...

Deuxième étape : dans la salle, des cerceaux ou des tapis au sol matérialisent des maisons ou des rivières, les poteaux sont recouverts de tissu pour symboliser des arbres : c'est le pays de nos amis les peluches...

Plusieurs thèmes sont proposés pour stimuler l'imaginaire :

- La balade en forêt : on emmène petit ours en promenade, il faut tourner autour des maisons, passer par dessus les rivières, sous les ponts...Selon l'endroit où est posée la peluche, l'enfant se déplacera au sol, à quatre pattes, etc...Pour la porter, il la posera sur la tête, les épaules, le dos et ainsi sur chaque partie du corps. (Proposer des musiques différentes pour ralentir, accélérer, sauter...).
- Le voleur de peluches : les élèves promènent leur peluche tenue ou posée sur une partie du corps qui peut être désignée par la maîtresse ou un enfant...Au signal, ils cachent la peluche avec leur corps. Parmi les réponses trouvées : debout (la peluche est dans ou sous un bras, entre les cuisses ou les genoux, sur le ventre mains devant et buste penché) / accroupi ou à 4 pattes (en protégeant son ours avec son buste, ses bras) / allongé sur le ventre ou sur le dos (sur la peluche au sol)...L'enseignant(e) verbalise les positions trouvées pour permettre à chacun de s'approprier les actions des autres et d'enrichir son langage. On pourra ponctuellement demander aux enfants d'observer les réponses des camarades, en étant spectateurs sur un temps très court.



- **Retour au calme** : sur une musique très douce, chaque enfant s'allonge avec sa peluche et la berce.