

Le schéma corporel (2)

par Pascale Pavy

fiche
pratique 3

intérêts de l'expérimentation corporelle en salle de motricité

- La salle de motricité est un lieu privilégié où l'enfant peut vivre des expériences diverses dans la statique ou le mouvement. À travers le plaisir de ces découvertes corporelles, il prend conscience des actions qu'il peut mener avec son corps et intègre les notions spatio-temporelles.
- En suivant les consignes données par l'enseignant, l'élève apprend à se canaliser et à respecter un cadre dans un climat ludique et rassurant. En effet, les consignes autour des limites spatiales, des contrastes (mobile - statique, rapide - lent, dur - mou, assis - debout, triste - joyeux, etc.) sollicitent à la fois la maîtrise de soi et l'expression corporelle.
- La verbalisation des situations corporelles et spatiales aide l'enfant à se représenter son corps et sa situation dans l'espace. Le mime (expression de sentiments, imitation d'animaux...) permet également d'affiner son schéma corporel à travers le symbolisme.
- Au cours de la séance, il est intéressant d'inciter les enfants à prendre des initiatives à l'occasion de certains exercices. Reprendre et verbaliser son action spontanée permet à l'enfant d'être reconnu dans ses productions et renforce la confiance en ses possibilités.

Un temps de relaxation à la fin de la séance lui permet d'intérioriser et de mieux percevoir ses propres sensations corporelles. Ce retour au calme améliore les qualités d'écoute et de disponibilité.

Cette troisième fiche propose quelques séances d'expérimentation corporelle en salle de motricité.

objectif principal

- Intégration du schéma corporel.

objectifs particuliers

- Exploration de différentes situations corporelles.
- Maîtrise du corps.
- Expression corporelle.
- Organisation spatio-temporelle.

quelques idées de séance

- Voici quelques idées de séances d'expérimentation corporelle en salle de motricité, sur le thème: «Voyage dans les planètes».

réveil corporel

- «Avant de partir en voyage, on se réveille en se frottant les mains, le visage (joues, front...), le cou, les bras, le buste, les jambes.



On fait des ronds doucement avec la tête, les bras, les mains, les pieds, le bassin. Etes-vous prêts à voyager? Attention au départ!»

le voyage dans l'espace

- Avec son tambourin, la maîtresse module la vitesse de déplacement et donne quelques consignes: le voyage peut se faire en marche avant, en marche arrière, sur la

pointe des pieds ou les jambes pliées, en faisant de grands ou de petits pas, en suivant une ligne droite ou courbe, avec des pas chassés, etc.

- «Ralentissez, on approche d'une planète.» En Petite Section, le voyage sur une seule planète est suffisant dans la séance. En MS, on peut visiter deux planètes. En GS, trois voyages seront possibles dans une seule séance. Chaque séance est différente car l'exploration des différentes planètes se décline à volonté.

La planète du chef

- «Dans cette planète, il y a un chef que tout le monde imite.»



Sur une musique, les enfants doivent reproduire les mouvements simples proposés par le meneur (la maîtresse au début, suivie de 3 à 4 élèves).

La planète des statues

• « Dans cette planète, on observe de belles statues très différentes. »

- Les enfants marchent au son d'une musique (de préférence à base de percussions).
- La maîtresse arrête la musique puis montre (PS) ou verbalise (MS-GS) une position corporelle. (En Grande Section, elle pourra donner la consigne avant l'arrêt de la musique.) Au signal, les enfants devront aussitôt construire la statue indiquée.

Exemples :

- Assis.
- Debout, statue très dure puis toute molle.
- Sur la pointe des pieds.
- Sur un pied.
- Sur les talons.



- Les bras tendus vers le haut.
- Les bras tendus devant.
- A quatre pattes.



- Couché sur le dos, sur le ventre.
- Debout, jambes écartées, jambes croisées, etc.

La planète des animaux

• « Dans cette planète, on ne rencontre que des animaux. »

- Les enfants devront « imiter les animaux indiqués en se déplaçant » (démarche lourde de l'éléphant, légère du singe, souple du

chat, la reptation du serpent, le galop du cheval, le dandinement du canard, etc.).



- Puis il leur faudra « marcher normalement au son du tambourin puis, au signal, faire la statue d'un animal » (souris, girafe, tigre, singe, aigle, etc.).

La planète « Terre »

• « On est arrivé sur notre planète où les êtres humains comme nous ont des sentiments. »

- A l'arrêt de la musique ou du tambourin, les enfants devront mimer des sentiments : colère, tristesse, joie, peur, timidité, etc.

– Puis on les incitera à écouter leurs sensations en marchant lentement (appui des pieds au sol, coordination des jambes et des bras), à percevoir l'espace environnant (« où vous situez-vous dans l'espace de la pièce, par rapport aux autres ? »).

La planète du repos

• On pourra terminer la séance par un temps de détente en reprenant par exemple « le bonhomme de neige » (cf. fiche n° 1, in *La Classe Maternelle* n° 151, p. 117) ou en se posant simplement sur le sol pour profiter d'un moment de calme.

