

# La Musique en éducation physique



La musique est un formidable outil d'apprentissage, il permet à la fois de conduire le mouvement mais aussi de le structurer notamment avec des jeunes élèves.

## Départ du mouvement

- Chaises musicales

Libre expression puis arrêt de la musique et recherche d'une place (assiette, cônes, cerceaux...)



- Signal

Lorsque la musique s'arrête, 1 son est produit et une position doit être réalisée.  
Exemple cloche = assis, sifflet = en hauteur, tambour = en boule).



Autres signaux : mot, couleur prononcé.

## Eveil à l'expression corporelle

- Animaux

Reproduire les déplacements de différents animaux (grenouille, lapin...), recherche des variations de tons, vitesse.



- Effets du corps

Avancer avec des pas de géant puis de nain.

Le tempo, le volume, la hauteur (des notes) de la musique sont autant de variables intéressantes à aborder avec les élèves.

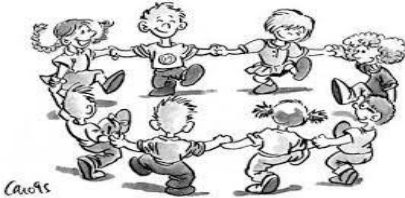
Jouer sur les différents aspects ; le volume de l'espace (haut/bas), la vitesse (courir/marcher), l'intensité (fort/léger) grâce aux verbes d'action.



- Ronde

Inventer une mélodie/rythmique de base qui se répète, les déplacements sont possible entre les phrases.

Variante : on appelle à la fin de la phrase le nom de la personne qui va poursuivre /relancer le début de la phrase.



- GRS (Balles, cerceaux, foulards...)

Se déplacer dans l'espace en manipulant un engin, initier le mouvement par des actions : lancer, faire voler, tourner...

Variante : A deux, un guide traverse la salle en réalisant différents mouvements avec son engin, le suiveur doit reproduire exactement les mêmes mouvements et on inverse les rôles.

Echanger son engin à l'arrêt de la musique avec une autre famille d'engin.



### Percussion corporelle

- Rythme de base : 1 élément après l'autre + changement rythme pour les avancés

Exemple :  
 1) taper 4 temps sur le buste et 4 temps dans les mains  
 2) taper 1x devant/1x derrière (X2) puis tourner sur soi même  
 3) marcher 4 temps puis taper dans les mains (variantes : passer du surplace à un déplacement).

Variantes : utiliser divers objets (balle, bouteilles en plastique....)

- La marche militaire (ordre) + variante avec chaos

Marcher selon le tempo de la musique, accélérer 2x plus vite, solliciter le haut du corps, le buste

### Gérer différents moments de leçon

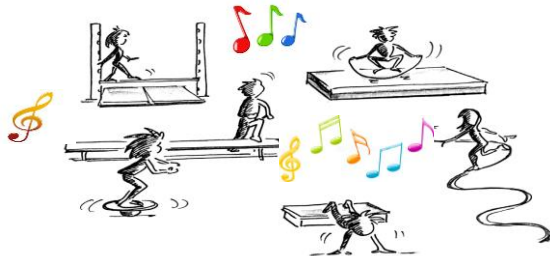
La mise en place / Le rangement du matériel

Une musique est utilisée pour mettre en place le matériel, un temps est fixé par l'enseignant et lorsque la musique devient plus forte il ne reste qu'une minute pour finir/ranger son installation.



### Gérer différents temps de leçon

Le circuit de travail, à chaque arrêt de la musique les élèves ont 30 secondes pour changer d'ateliers avant que la musique reparte. Système de pénalité pour celui qui n'a pas changé d'ateliers dans les temps.



### Grands jeux

- Loup musique

Course poursuite, les moutons se déplacent dans la bergerie lorsque la musique accélère, le loup va toucher les moutons.

- Béret musical

Deux équipes s'affrontent, chaque joueur vient à tour de rôle faire un duel contre un adversaire de l'autre équipe. Au signal (musique rythmée/forte...) il faut prendre le béret et le ramener dans son camp sans se faire toucher par l'adversaire.

Variante : Changer de mélodie, identifier une mélodie en particulier (niveau avancé), passer d'un duel à du 2 contre 2.



- Parcours d'obstacle

Répéter une phrase musicale sur un parcours d'obstacles. Commencer avec une phrase à répétition en marchant.

Variante : Accélérer le tempo de la musique



- Equilibre

Selon différents signaux (rapide/lent, fort/doux...) les élèves doivent avancer en équilibre sur une corde, un banc...

Variante : parcours d'équilibre.



- Jeux mimés

Reproduire des gestes associés à une musique

Exemple musique : Hey Ya !

Marcher en rythme dans un sens lors des couplets et reproduire les différents éléments lors du refrain.



Feu : flammes avec les bras



Terre : frapper le sol avec les jambes



Eau : pluie qui tombe avec les mains



Vent : lutter contre les rafales

Prolongement

Le tourbillon des éléments

Les enfants dansent librement.

Lorsque le moniteur s'arrête de chanter et de frapper dans les mains Il annonce l'un des éléments

Les enfants réagissent en conséquence

Terre: se coucher au sol, près de la Terre et profitez de bronzer un peu.

Feu: faire la danse des indiens autour du feu.

Vent: se rassembler, se faire petit et s'accrocher l'un contre l'autre pour ne pas se faire emporter par les rafales de vent.

Pluie : inondation, se tenir en hauteur

### Sources

Cahiers pratique 48 « jeux de mouvement en musique » : [http://www.mobilesport.ch/wp-content/uploads/2013/10/praxis\\_2008\\_48\\_Bewegungsspiele\\_f.pdf](http://www.mobilesport.ch/wp-content/uploads/2013/10/praxis_2008_48_Bewegungsspiele_f.pdf)

Travaux du collègue et chanteur pour enfant Virgil Brügger: <http://www.virgilenforet.ch/>

Sautecroche 7 Marie Henchoz

Yann Tiersen

Pascal Comelade