



Percussions corporelles : le corps en gestes et rythmes

Objectifs :

- ✓ ressentir la pulsation et réussir à synchroniser ses mouvements
- ✓ travailler la mémoire de travail et la concentration
- ✓ être à l'écoute de l'autre

Frapper la pulsation (*tous cycles*)

Matériel : enceinte pour diffuser la musique

Lieu : salle de motricité

Situation : Les élèves sont debout en cercle, avec l'enseignant. À l'écoute de la musique, ils frappent la pulsation en tapant les mains sur leurs cuisses. Puis quand les percussions s'arrêtent (phrases plus lyriques), ils dansent sur place. Au bout de 8 mesures, lorsque les percussions reprennent, les enfants reprennent la pulsation frappée sur les cuisses ou sur une autre partie du corps.

Variables:

- **pour simplifier** : l'enseignant peut frapper la pulsation de la musique sur un tambourin pour aider les enfants à se repérer.
- **pour complexifier** : lors de la partie dansée, les élèves doivent descendre au sol sur 4 temps et remonter sur les 4 temps suivants.
- Les élèves frappent la pulsation sur leur corps en **différenciant** les temps :
1^{er} temps : on saute sur place / 2^{ème} temps : on frappe dans les mains /
3^{ème} temps : sur les cuisses / 4^{ème} temps : dans les mains.



Jeux de mains



Matériel: aucun

Lieu: salle de motricité

Situation: les élèves sont face à face, 2 par 2 .

Variables:

- **pour simplifier** : apprendre qu'une phrase ou deux

Les checks

Jeux de mains : 3 petits chats

Matériel: aucun

Lieu: salle de motricité

Situation: les élèves sont face à face, 2 par 2 .

3 p'tits chats, 3 p'tits chats, 3 p'tits chats- chats-chats,
Chapeaux d'paille, Chapeaux d'paille, Chapeaux d'paille-paille -paille
Paillason, paillason, paillason – son -son
Somnanbule, Somnanbule, Somnanbule -bulle – bulle
Bulletin, bulletin, bulletin, tin, tin
Tintamarre, tintamarre, tintamarre, mare, mare
Marabout, marabout, marabout, bout, bout

Pendant qu'ils chantent, ils doivent frapper dans l'ordre (en boucle) :

les deux mains, main droite contre celle de leur partenaire,

puis de nouveau les deux mains, main gauche contre celle de leur partenaire,

de nouveau les deux mains, puis frapper 3 x les deux mains contre celles du partenaire.

Cela peut paraître anodin, mais c'est un **enchaînement qui demande de la dextérité.**

Percussions corporelles simples avec les rythmopathes

Niveau 1 :

<https://www.youtube.com/watch?v=wITh8STN3yQ>

Niveau 2 :

<https://www.youtube.com/watch?v=RsngtZTlHcw>

Tutoriel

<https://www.youtube.com/watch?v=e8ra6DwvBa4>

Percussions sur table – Cycle 2

https://www.youtube.com/watch?v=xNinQd58i_A

Percussions sur table – Cycle 3

<https://www.youtube.com/watch?v=hg1EglkKmUM>

CUP SONG – cycle 3

<https://www.youtube.com/watch?v=DRJxDVLFvXo>

Et pour s'entraîner lentement, un tutoriel :

<https://www.youtube.com/watch?v=0PwlROyO01U>