

Pratiquer la musique en s'amusant : les percussions corporelles

ÉDUCATION

par BSF



PUBLIC



PARTICIPANTS



ANIMATEURS



NIVEAU



PRÉPARATION



ACTIVITÉ

Description

Cette fiche d'activité propose une initiation aux percussions corporelles. Elle permettra aux participant.es d'explorer les diverses possibilités sonores du corps. Cette activité se pratique en groupe et permet de développer les capacités de chacun.e tout en jouant dans un ensemble.

Objectifs

Explorer les possibilités sonores de son corps
Produire un enchaînement rythmique
Jouer en groupe

Matériel

Aucun matériel nécessaire

Compétences travaillées

Écoute
Aisance à l'oral et en groupe

Contenus utilisés

Tutoriels vidéos :
<https://www.youtube.com/watch?v=Grzs2NbHVWA>
<https://www.youtube.com/watch?v=j79Vx-5rEvY>
<https://www.youtube.com/watch?v=FEcuF8ZluGg>
https://www.youtube.com/watch?v=_ICDWs7Infl

Pré-requis

Aucun pré-requis

WORKFLOW

1 Préparation - 30 min

Préparez l'espace. Pour cet atelier, vous n'avez pas besoin de compétences particulières, mais il est fortement suggéré de prendre quelques minutes et de regarder les vidéos tutorielles partagées dans la rubrique "contenus utilisés". La meilleure façon d'apprendre la base des percussions corporelles est l'imitation.

2 Lancement - 30 min

Accueil : Il est important de penser à la convivialité qu'il doit y avoir au sein du groupe pour que tout le monde se sente à l'aise. Cette convivialité se met en place dès le début en accueillant chaleureusement les participant.es. Une fois accueilli.es, installez-les dans l'espace prévu pour l'activité.

Présentation : Présentez très simplement l'activité, rappelez le sujet de l'activité et son timing (durée, temps de pause...). Demandez un retour du groupe pour savoir si tout le monde a bien compris. En tant qu'animateur.trice, vous vous présentez succinctement et faites un tour de table rapide où les personnes donnent leur prénom.

Posez un cadre : Si vous pensez que cela est nécessaire, n'hésitez pas à [poser un cadre](#) pour l'activité.

L'Ice Breaker : Quel brise-glace choisissez-vous ? Comment briser la glace pendant ce temps de rencontre et créer une ambiance suffisamment chaleureuse pour que les personnes se sentent à l'aise? Cette étape est indispensable. Voir les [ice breaker spécifiques](#) pour les activités musique !

3 Production - Entre 45 min et 1h

Étape 1. Mise en contexte (10 min) :

Rappelez aux participant.es que les percussions corporelles permettent d'explorer les diverses possibilités sonores du corps. Elles se pratiquent en groupe, ce qui permet de développer les capacités de chacun tout en jouant dans un ensemble «orchestre». Elles développent l'écoute et le respect des autres. Au sein du groupe, chacun doit donner le meilleur, faire preuve d'une grande concentration et d'imagination afin que le groupe progresse. Chacun est son propre instrument. Il n'y

a rien à fabriquer à part du son avec deux mains, un corps et de l'imagination. C'est explorer les possibilités gestuelles, vocales et instrumentales du corps.

Étape 2. Production rythmique (35 à 45 min) :

PREMIER SCÉNARIO :

Introduisez l'activité en discutant de la pulsation. La pulsation est un rythme régulier et répété. Demandez aux participant.es, individuellement ou en groupe de dresser une liste d'activités ou d'aspects de leur vie qui suivent des rythmes réguliers récurrents (répétés). Exemples : battements du cœur, sauter à la corde, monter un escalier...

Poursuivez l'activité en choisissant une chanson très simple comme par exemple, Frère Jacques, Au clair de la Lune etc. Faites-la chanter aux participant.es à l'unisson. Ensuite, demandez-leur de la chanter à l'unisson, mais cette fois en battant le rythme avec les mains. Demandez-leur maintenant de la chanter à nouveau en tapant des pieds sur le sol pour ponctuer le rythme. Pour finir, divisez la classe en deux: les tapseurs de mains d'un côté et les tapseurs de pieds de l'autre. Reprenez la chanson à l'unisson en faisant taper les mains et les pieds. Les participant.es peuvent faire l'essai de différents tempos (plus vite ou plus lent), ou des volumes sonores (plus fort ou plus doux) pour observer les répercussions de ces changements sur leurs mouvements.

DEUXIÈME SCENARIO :

Le groupe est debout, en cercle. Pour ce scénario, plusieurs mouvements vont être assimilés et répétés de manière à créer un rythme et de la musique collectivement.

Mouvements :

- P = Pieds : Taper du pied, droit
- M = Mains : Taper les deux mains ensemble
- C = Cuisses : Taper les deux mains sur les cuisses
- T = Torse taper les deux mains sur le torse

Sons :

- Boum!
- Tchack !

Commencez avec le premier mouvement (M = Mains). Assurez-vous que le groupe le maîtrise et le fasse en même temps. Une fois que tout le groupe maîtrise ce geste, ajoutez le deuxième mouvement (T= Torse). Lorsque la séquence Main + Torse est maîtrisée, ajoutez un troisième : P = Pied, puis un quatrième avec le son "Tchack!". Vous obtenez donc ici une séquence de quatre mouvements : M+T+P+Tchack!. Vous la répétez le nombre de fois nécessaires pour que tou.te.s la maîtrisent.

Lorsque les participant.es maîtrisent la séquence à l'unisson, on fait les mouvements deux fois de suite: MM +TT+PP + Tchak! MM +TT+PP + Tchak! MM +TT+PP+

Tchak! MM +TT+PP +Tchak!

Étape 3. Clôture de la production (15 à 20 min) :

Une fois que le groupe maîtrise ces mouvements, il reste le plaisir de le faire à l'unisson et d'introduire des variations (se référer aux trois premiers tutoriels vidéo suggérés).

Vous pouvez proposer au groupe de se diviser en plusieurs petits groupes et de présenter l'enchaînement rythmique aux autres membres.

4

Clôture - 10 min

Si vous souhaitez accentuer la cohésion de groupe, vous pouvez terminer l'activité en prenant un temps de retour sur l'activité. Assis en rond, chacun.e prend la parole pour partager « ce que j'ai aimé, ce que j'ai appris, ce qui m'a manqué » pour toujours se situer dans un retour constructif.

Conseil médiation : pour donner la possibilité à chacun.e de s'exprimer, n'hésitez pas à faire un tour de table ou utiliser un bâton de parole. Vous pouvez aussi utiliser une météo intérieure en tour de table : Une pépite et un caillou [une pépite de l'activité (ce que j'ai adoré) et un caillou (ce que j'ai moins aimé) et pourquoi] ?

Pour toutes les techniques de médiations, voir la fiche « [Prise de parole](#) ».