



David OHANESSIAN, professeur d'éducation musicale, spécialiste de la remédiation cognitive, formateur universitaire en neurosciences pédagogiques.

- I - Difficultés de l'apprenant DYS : Qu'est-ce qui peut DYS.fonctionner ?*
- II - Difficultés de l'enseignant : Comment adapter son enseignement musical ?*
- III - Contenus pédagogiques : exemples pratiques.*

Formation Pontoise, 20 février 2020

I - Difficultés de l'apprenant DYS : Qu'est-ce qui peut DYS..fonctionner ?

a) L'espace, le contenant spatial

- Où suis-je ?
- Qui est « je » ?
- Mon corps dans l'espace ?
 - Quelle représentation ?
- Quels espaces ?
 - Tridimensionnel : l'encrage au sol
 - Vision : focale/globale
 - Préhension – lointain
 - Audio
 - Temporel

b) Le temps de traitement, la capacité d'anticipation

c) L'estime de soi

- Effet de groupe, chant, orchestre
- Auto correction
- Installation dans le plaisir

d) La tâche complexe, la multi tâche, l'automatisation, le switch

- Atteindre les seuils de saturation cognitive
- Les bienfaits de la répétition

e) La ou les mémoires

II - *Difficultés de l'enseignant : Comment adapter son enseignement musical ?*

- a) L'effectif : adapter son geste en fonction du nombre d'enfants
- b) La différenciation pédagogique et la prise en considération des élèves à besoins particuliers
- c) Le contexte social
- d) L'encadrement
- e) La collaboration
- f) Le volume de la salle de classe
- g) L'agencement de la salle de classe
- h) Le matériel disponible et les moyens disponibles
- i)
- j)
- k)
- l)

III - *Contenus pédagogiques : exemples pratiques.*

Les entrées pratiques

- 1) Synchronisation neuronale : vers un état de meilleure posture cognitive
- 2) Pulsation
- 3) Rythme
- 4) Chant
- 5) Orchestre
- 6) Écoute active
- 7) Danse



1) Synchronisation neuronale

Les rituels et méditation : ils permettent de poser un cadre environnemental et sensoriel, rassurant, apaisant, et soutiennent l'action de synchronisation neuronale

La synchronisation des neurones internes et interpersonnels est activée en travaillant sur une pulsation située entre 42 et 84 pulsations par minute, on est proche du rythme des ondes alphas (entre 7 et 14 cycles par secondes) $7 \times 60 / 10 = 42 \text{ bpm}$ $8 \times 60 / 10 = 48 \text{ bpm}$ $9 \times 60 / 10 = 54 \text{ bpm}$ $10 \times 60 / 10 = 60 \text{ bpm}$ $11 \times 60 / 10 = 66 \text{ bpm}$ $12 \times 60 / 10 = 72 \text{ bpm}$ $13 \times 60 / 10 = 78 \text{ bpm}$ $14 \times 60 / 10 = 84 \text{ bpm}$

Chuchotement – pénombre -










2) Pulsation

- La pulsation est un phénomène vibratoire. Travailler la pulsation permet :
 - (a) De travailler la capacité attentionnelle. Le cerveau aime faire des prédictions. Dans un mouvement répétitif on oblige le cerveau à anticiper puis à automatiser le geste auditif.
 - (b) L'entraînement de la perception auditive
 - (c) De construire un cadre temporel











FICHE DE SEANCE	PÉRIODE 1 & 2	LA PULSATION
-----------------	---------------	--------------

FICHE DE SEANCE

 <p>PLACE DU PROFESSEUR</p>	Face au groupe classe, assis
 <p>PLACE DES ÉLÈVES</p>	A leur bureau d'élève
 <p>POSTURE DU CORPS</p>	Bien assis, s'assurer que les pieds sont à plats sur le sol
 <p>OUTILS</p>	1 métronome mécanique ou google ou appli gratuite ou boite à rythme ou chanson Lancer la pulsation à 50 bpm Les enfants entrent dans l'exercice et n'arrête plus. Le professeur veille à ce que chacun le fasse à la bonne vitesse et bien ensemble.
 <p>DURÉE DE L'ATELIER</p>	Entre 5 et 15 minutes
  <p>MISE EN OEUVRE</p>	Lancer la pulsation puis énoncer 4 syllabes, 1 par battement (exemple : LA - PUL - SA - TION) ou (1- 2- 3- 4) ouetc... (une étape n'est pas forcément qu'une seule séance, elle peut être renouvelée sans limite jusqu'à ce que les enfants se lassent Plusieurs étapes peuvent être enchainées durant la même séance) ETAPE 1 : les enfants disent les 4 syllabes sur les 4 temps ETAPE 2 : tout en le disant ils tapent des mains sur la première syllabe ETAPE 3 : on ajoute taper des mains sur la 4 ^{ème} syllabe (sion ou quatre) ETAPE 4 : on continue de taper sur « la ou un » et « sion ou quatre » en chuchotant ETAPE 5 : on continue de taper en disant les syllabes dans sa tête
 <p>ACTIONS VISÉES</p>	AUDITIF – VERBAL – ATTENTIONNEL
 <p>ASTUCES</p>	Appropriiez-vous l'atelier en créant vos propres exercices. Toutes suites possibles (chiffres, langues étrangères, etc...) Vous pouvez aussi proposer vos ateliers à 76bpm.

FICHE DE SEANCE	PÉRIODE 3	LA PULSATION
-----------------	-----------	--------------

FICHE DE SEANCE









 PLACE DU PROFESSEUR	Face au groupe classe, assis puis debout.															
 PLACE DES ÉLÈVES	A leur bureau d'élève assis puis debout															
 POSTURE DU CORPS	PHASE 1, Bien assis, s'assurer que les pieds sont à plats sur le sol PHASE 2, debout en binômes face à face, s'assurer que les pieds sont à plats sur le sol et que l'élève a une posture corporelle engagée. Les corps sont ancrés dans le sol, veiller à ce que les enfants n'avancent pas lors de l'exercice.															
 OUTILS	1 métronome mécanique ou google ou appli gratuite ou boîte à rythme ou chanson Lancer la pulsation à 50 bpm. Les enfants entrent dans l'exercice et n'arrêtent plus. Le professeur veille à ce que chacun le fasse à la bonne vitesse et bien ensemble.															
 DURÉE DE L'ATELIER	Entre 5 et 15 minutes															
 MISE EN OEUVRE	<p>Lancer la pulsation (une étape n'est pas forcément qu'une seule séance, elle peut être renouvelée sans limite jusqu'à ce que les enfants se lassent Plusieurs étapes peuvent être enchaînées durant la même séance)</p> <p>PHASE 1 : ASSIS : les mains (comme pour la danse des canards)</p> <p>ETAPE 1 : les enfants font la pince pouce-index sur chaque battement les mains ensemble ETAPE 2 : sur chaque battement les mains ensemble (ou ne seule main), les enfants font la pince</p> <p>Temps 1 : pouce-index Temps 2 : pouce-majeur Temps 3 : pouce-annulaire Temps 4 : pouce auriculaire</p> <p>ETAPE 3 : on ajoute un perturbateur visuel, par exemple quelqu'un qui fait coucou et on demande aux enfants de porter leur attention sur le support audio</p> <p>PHASE 2 : DEBOUT FACE A FACE EN BINÔMES moteur et verbal en même temps</p> <table border="0"> <tr> <td>MOTEUR :</td> <td>Temps 1 :</td> <td>Temps 2 : pouce-majeur</td> <td>Temps 3 : pouce-annulaire</td> <td>Temps 4 : pouce auriculaire</td> </tr> <tr> <td></td> <td>Les 2 mains sur le torse</td> <td>Les 2 mains sur le torse</td> <td>check avec son binôme</td> <td>fermer les poings</td> </tr> <tr> <td>VERBAL(dire</td> <td>« tape »</td> <td>« tape »</td> <td>« check »</td> <td>« stop »</td> </tr> </table> <p>En même temps)</p>	MOTEUR :	Temps 1 :	Temps 2 : pouce-majeur	Temps 3 : pouce-annulaire	Temps 4 : pouce auriculaire		Les 2 mains sur le torse	Les 2 mains sur le torse	check avec son binôme	fermer les poings	VERBAL(dire	« tape »	« tape »	« check »	« stop »
MOTEUR :	Temps 1 :	Temps 2 : pouce-majeur	Temps 3 : pouce-annulaire	Temps 4 : pouce auriculaire												
	Les 2 mains sur le torse	Les 2 mains sur le torse	check avec son binôme	fermer les poings												
VERBAL(dire	« tape »	« tape »	« check »	« stop »												
 ACTIONS VISÉES	AUDITIF – VERBAL – ATTENTIONNEL Les enfants doivent se synchroniser sur la pulsation. Il y a là un entraînement à la hiérarchisation des tâches : d'abord rester accroché à la diffusion sonore du rythme, ensuite chaque enfant peut hiérarchiser selon ses capacités.															
 ASTUCES	Appropriiez-vous l'atelier en créant vos propres variations de l'exercice. Vous pouvez aussi proposer vos ateliers à 76bpm, plus facile, certainement moins efficaces. Vous pouvez vous amuser à ôter le verbal – inventer d'autres perturbateurs -															






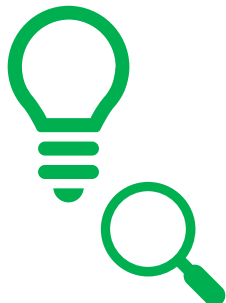





3)Pratiques rythmiques

La pratique rythmique est basée sur la pulsation, elle permet en plus :

- (a) D'associer différentes actions motrices supplémentaires dans le cadre fixé
- (b) la production de sérotonine, de dopamine, d'adrénaline grâce à la production de groupe et grâce au plaisir de produire,
- (c) de créer des connexions inter corticales au travers du faisceau arqué et contribuer à son épaissement.













FICHE DE SEANCE	PÉRIODE 1 & 2	RYTHME CORPOREL
 PLACE DU PROFESSEUR	L'enseignant est au milieu de l'ouverture du cercle, face aux enfants.	
 PLACE DES ÉLÈVES	Les enfants sont assis par terre ou sur des chaises en cercle ouvert.	
 POSTURE DU CORPS	Bien ancrés dans le sol, s'assurer que les pieds sont à plats et que la masse corporelle de l'enfant repose sur les 2 pieds. Veiller à ce que les dos soient bien droits.	
 OUTILS	1 métronome mécanique ou google ou appli gratuite ou boite à rythme ou chanson Lancer la pulsation à 50 bpm Les enfants entrent dans l'exercice et n'arrête plus. Le professeur veille à ce que chacun le fasse à la bonne vitesse et bien ensemble.	
 DURÉE DE L'ATELIER	Entre 5 et 15 minutes	
 MISE EN OEUVRE	<p>Lancer la pulsation puis faire le modèle. (une étape n'est pas forcément qu'une seule séance, elle peut être renouvelée sans limite jusqu'à ce que les enfants se lassent) Plusieurs étapes peuvent être enchaînées durant la même séance) ETAPE 1 : Poum tchi clac : (torse claquement de doigts claquement de mains) à faire sur 1 2 3, le refaire, le faire dans la tête, le faire qu'avec la voix, le faire qu'avec les main. ETAPE 2 : Poum tchi clac poum poum (1 2 3 4 1 - - -) ETAPE 3 : Poum tchi clac poum poum tchi clac reprendre les mêmes méthodes. ETAPE 4 : Poum tchi clac poum poum tchi clac taka reprendre les mêmes méthodes. ETAPE 5 : Poum tchi clac poum poum tchi clac taka Poum tchi clac poum poum tchi clac taka... en boucle ETAPE 6 : Uniquement les takapoum, le reste dans la tête. ETAPE 7 : Uniquement les Poum tchi clac poum poum tchi clac et le reste dans la tête. ETAPE 8 : Faire 2 groupes qui font en complémentarité 2 étapes.</p>	
 ACTIONS VISÉES	AUDITIF – VERBAL – ATTENTIONNEL – KINESTHÉSIQUE – Rituel qui permet à l'enfant de trouver sa place grâce à sa voix avec le soutien du groupe. Il trouve progressivement sa voix au sein de l'ensemble : aisance, présence, meilleur contrôle vocal et maîtrise des émotions. Ce rituel aide aussi à la construction de l'identité de chaque enfant au sein du groupe (appartenance).	
 ASTUCES	<p>Il vaut mieux que les enfants sachent la phrase avec la voix pour mieux la faire avec les mains. On peut accélérer le tempo dès que la phrase est à peu près assimilée, histoire de ne pas s'endormir ! Si un enfant ne sait pas claquer des doigts, on peut lui expliquer comment faire mais aussi lui dire de faire « canard » avec les doigts pour ne pas perdre la pulsation en essayant de claquer les doigts. Variantes : Une fois connus et assimilés les différents endroits et sons du corps, on peut proposer aux enfants d'inventer des rythmes avec les mêmes sons. Ceux-ci seront enregistré (ou notés), nommés (du nom de leur inventeur !) pour les garder en mémoire et les ressortir dans des créations avec instruments ou chorégraphique...</p>	






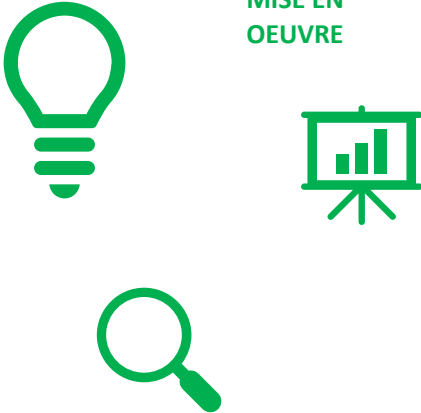


FICHE DE SEANCE	PÉRIODE 3	RYTHME CORPOREL
 PLACE DU PROFESSEUR	L'enseignant est debout face aux enfants.	
 PLACE DES ÉLÈVES	Les enfants sont debout face au professeur (veiller à avoir tous les enfants bien de face)	
 POSTURE DU CORPS	Bien ancrés dans le sol, s'assurer que les pieds sont à plats et que la masse corporelle de l'enfant repose sur les 2 pieds. Veiller à ce que les dos soient bien droits. L'alignement des uns et des autres contribue à créer l'espace visuel et donc permet une meilleure attention.	
 OUTILS	Support audio fourni ou : 1 métronome mécanique ou google ou appli gratuite ou boite à rythme ou chanson Lancer la pulsation à 76 bpm Les enfants entrent dans l'exercice et n'arrête plus. Le professeur veille à ce que chacun le fasse à la bonne vitesse et bien ensemble.	
 DURÉE DE L'ATELIER	Entre 5 et 15 minutes	
  MISE EN OEUVRE	<p>Lancer la pulsation puis faire le modèle. (une étape n'est pas forcément qu'une seule séance, elle peut être renouvelée sans limite jusqu'à ce que les enfants se lassent) Plusieurs étapes peuvent être enchaînées durant la même séance) Avec les 2 mains ensemble taper sur chaque cuisse 2 fois puis taper une fois dans les mains ETAPE 1 : : 1 2 3 4 Cuisses cuisses mains X le refaire, le faire dans la tête, le faire qu'avec la voix, le faire qu'avec les main. ETAPE 2 : dire et taper cuisses cuisses mains</p>	
  ACTIONS VISÉES	AUDITIF – VERBAL – ATTENTIONNEL – KINESTHÉSIQUE – Développer la capacité attentionnelle grâce à la synchronisation et la multi modalité.	
  ASTUCES	Il vaut mieux que les enfants sachent la phrase avec la voix pour mieux la faire avec les mains. On peut accélérer le tempo dès que la phrase est à peu près assimilée, histoire de ne pas s'endormir ! Variantes : Une fois connus et assimilés les différents endroits et sons du corps, on peut proposer aux enfants d'inventer des rythmes avec les mêmes sons.	

4) Ateliers de chant

- Les ateliers de chant et les chants permettent :
 - (a) De construire un cadre et un espace auditif
 - (b) D'associer des gestes vocaux dans le cadre fixé
 - (c) D'entraîner les processus de mémorisation
 - (d) De créer des interactions interpersonnelles
 - (e) De favoriser l'émancipation



FICHE DE SEANCE	PÉRIODE 1 & 2	ECHAUFFEMENT VOCAL
 PLACE DU PROFESSEUR	L'enseignant est assis face aux enfants.	
 PLACE DES ÉLÈVES	Les enfants sont assis sur leurs chaises.	
 POSTURE DU CORPS	Bien ancrés dans le sol, s'assurer que les pieds sont à plats et que la masse corporelle de l'enfant repose sur les 2 pieds. Veiller à ce que les dos soient bien droits.	
 OUTILS	1 métronome mécanique ou google ou appli gratuite ou boite à rythme ou même une chanson (Pour la pulsation, préférer 50bpm)	
 DURÉE DE L'ATELIER	Entre 5 et 15 minutes	
  MISE EN ŒUVRE	<p>Lancer la pulsation puis faire le modèle. Les enfants entrent dans l'exercice. Le professeur veille à ce que chacun le fasse à la bonne vitesse, bien dans la pulsation, chacun son tour et le groupe classe qui répond. (une étape n'est pas forcément qu'une seule séance, elle peut être renouvelée sans limite jusqu'à ce que les enfants se lassent) Plusieurs étapes peuvent être enchaînées durant la même séance) ETAPE 1 : l'enseignant commence, « Bonjour les enfants », le groupe répond « Bonjour Maîtresse ». ETAPE 2 : enfant1 : « Bonjour les amis » le groupe répond « Bonjour Mathis », ainsi de suite pour toute la classe. ETAPE 3 : l'enseignant dit en rythme Bonjour, Bonjour, Bonjour les amis et la classe répond « Bonjour, Bonjour, Bonjour Mathis, puis mêmes consignes que pour l'étape 2. ETAPE 4 : Poum tchi clac poum poum tchi clac taka reprendre les mêmes méthodes. ETAPE 5 : Poum tchi clac poum poum tchi clac taka Poum tchi clac poum poum tchi clac taka... en boucle ETAPE 6 : Uniquement les takapoum, le reste dans la tête. ETAPE 7 : Uniquement les Poum tchi clac poum poum tchi clac et le reste dans la tête. ETAPE 8 : Faire 2 groupes qui font en complémentarité 2 étapes.</p>	
 ACTIONS VISÉES 	AUDITIF – VERBAL – ATTENTIONNEL – Rituel qui permet à l'enfant de trouver sa place grâce à sa voix avec le soutien du groupe. Il trouve progressivement sa voix au sein de l'ensemble : aisance, présence, meilleur contrôle vocal et maîtrise des émotions. Ce rituel aide aussi à la construction de l'identité de chaque enfant au sein du groupe (appartenance).	
 ASTUCES	La version rythmique est souvent privilégiée au début car elle ressemble plus à de la parole. L'enseignant cherchera à amener tous les enfants de la classe vers une version mélodique. (en s'inspirant par ex. de l'air d'une comptine).	









FICHE DE SEANCE		PÉRIODE 3	ECHAUFFEMENT VOCAL
	PLACE DU PROFESSEUR	L'enseignant est debout face aux enfants.	
	PLACE DES ÉLÈVES	Les enfants sont assis sur leurs chaises.	
	POSTURE DU CORPS	Bien ancrés dans le sol, s'assurer que les pieds sont à plats et que la masse corporelle de l'enfant repose sur les 2 pieds. Veiller à ce que les dos soient bien droits. Les mains posées à plat sur les tables ou sur les cuisses.	
	OUTILS	Aucun	
	DURÉE DE L'ATELIER	Entre 5 et 15 minutes	
	MISE EN OEUVRE	<p>(une étape n'est pas forcément qu'une seule séance, elle peut être renouvelée sans limite jusqu'à ce que les enfants se lassent)</p> <p>Plusieurs étapes peuvent être enchaînées durant la même séance)</p> <p>ETAPE 1 : l'enseignant commence, le son de la grenouille : faire vibrer la gorge, les enfants reproduisent quelques secondes</p> <p>ETAPE 2 : le son du lionceau qui veut rugir comme son père mais qui n'y arrive pas, les enfants reproduisent quelques secondes, 1 dizaine de fois</p> <p>ETAPE 3 : le son du serpent , les enfants reproduisent quelques secondes</p> <p>ETAPE 4 : le son de l'éléphant heureux de retrouver ses copains (associer un geste du bras qui monte et redescend comme la trompe) , les enfants reproduisent quelques secondes, 5 ou 6 fois</p> <p>ETAPE 5 : le son du poisson qui fait des bulles (s'assurer de ne pas entendre les lèvres qui claquent tel un baiser mais bien un son de bulle) , les enfants reproduisent quelques secondes</p> <p>ETAPE 6 : le son du petit poisson qui fait des bulles (plus rapide et plus aigu, la bouche en cœur) , les enfants reproduisent quelques secondes</p> <p>ETAPE 7 : le son du papa poisson, bien remplir les joues et lâcher des bulles graves et espacées, les enfants reproduisent quelques secondes</p> <p>ETAPE 8 : le son de l'étonnement, associer la mimique faciale et un geste d'étonnement : produire un son qui part du grave et monte subitement vers l'aigu, les enfants reproduisent quelques secondes, 5 ou 6 fois</p> <p>ETAPE 9 : le son de la colère, associer la mimique faciale et un geste de mécontentement : produire un son qui part de l'aigu et descend subitement vers le grave(associer une main qui part d'en haut et se relâche vers le bas), les enfants reproduisent quelques secondes, 5 ou 6 fois.</p>	
	ACTIONS VISÉES	AUDITIF – VERBAL – ATTENTIONNEL – MOTEUR - Rituel qui permet à l'enfant de trouver sa place grâce à sa voix avec le soutien du groupe. Il trouve progressivement sa voix au sein de l'ensemble : aisance, présence, meilleur contrôle vocal et maîtrise des émotions. Ce rituel aide aussi à la construction de l'identité de chaque enfant au sein du groupe (appartenance).	
	ASTUCES	Ne pas hésiter à associer un geste moteur à chaque action vocale – l'utilisation d'images ne peut qu'augmenter l'effet de l'exercice – au bout d'un certain temps, on peut proposer à certains camarades de prendre le rôle du modèle	







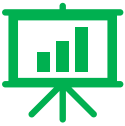




5) Pratiques instrumentales/ globales

- Les ateliers de pratique instrumentale :
Ils permettent la mise en activité de l'ensemble des compétences entraînées:
 - Sensorielles
 - Motrices
 - Spaciales
 - De mémorisation

L'objectif principal de ces ateliers est de pousser l'apprenant jusqu'à ses limites de saturation cognitive.
La notion de plaisir est essentielle tout comme la notion de répétition.



FICHE DE SEANCE	PÉRIODE 3	ORCHESTRE
 PLACE DU PROFESSEUR	L'enseignant donne la consigne et ne sert pas de modèle, il accompagne, observe, évalue et ajuste les exigences en fonction des capacités de chacun.	
 PLACE DES ÉLÈVES	Les enfants sont : assis de préférence ou debout s'ils ont des boomwhackers. Ils doivent impérativement être bien face à l'écran (un écran de pc bien disposé fonctionne aussi)	
 POSTURE DU CORPS	Bien ancrés dans le sol, s'assurer que les pieds sont à plats et que la masse corporelle de l'enfant repose sur les 2 pieds. Veiller à ce que les dos soient bien droits.	
 OUTILS	1 écran et une source audio suffisamment puissante	
 DURÉE DE L'ATELIER	Entre 5 et 15 minutes	
 MISE EN OEUVRE	<p>Le film est composé d'un audio à 6 temps de 5 minutes environ. A l'écran un bandeau fixe indique la séquence des couleurs et un enchaînement cyclique de 6 couleurs.</p> <p>Si vous avez des boomwhackers : il suffit de faire 6 groupes (rouge – jaune – vert foncé – violet – vert clair et orange) et de demander aux enfants de taper sur le temps correspondant à leur couleur qui apparaît.</p> <p>Si vous n'avez pas de boomwhackers : il faut faire 6 groupes en créant des liens geste/couleur.</p> <p>Par exemple : rouge=tape du pied, jaune=tape des mains, vert foncé=tape ton crayon sur la table, violet= tape sur ton torse, etc... et de demander aux enfants de taper sur le temps correspondant à leur couleur de groupe.</p>	
 ACTIONS VISÉES	AUDITIF – VERBAL – ATTENTIONNEL – KINESTHÉSIQUE –	
 ASTUCES	<p>L'objectif visé étant la multi modalité, il ne faut pas hésiter à stimuler les enfants en leur demandant de porter leur attention sur les temps de la musique.</p> <p>Vous pouvez aussi leur demander de dire leur couleur à haute voix en rythme. Enfin pour les élèves en déficit attentionnel, ne pas hésiter à installer un défi juste avant le début comme par exemple lui demander de soutenir son exercice jusqu'au bout.</p>	

FICHE DE SEANCE	PÉRIODE 1	DANSE
 PLACE DU PROFESSEUR	L'enseignant est debout au milieu de l'ouverture d'un cercle ou face aux élèves.	
 PLACE DES ÉLÈVES	Les enfants sont debout en cercle ouvert ou en ligne selon disposition de la salle.	
 POSTURE DU CORPS	Bien ancrés dans le sol, se tenir droit (tête et corps), en appui sur les 2 pieds, prêt à marcher.	
 OUTILS	1 lecteur de musique (mp3 fourni)	
 DURÉE DE L'ATELIER	Entre 5 et 15 minutes	
  MISE EN OEUVRE	<p>Lancer la musique (une étape n'est pas forcément qu'une seule séance, elle peut être renouvelée sans limite jusqu'à ce que les enfants se lassent De même que plusieurs étapes peuvent être enchaînées durant la même séance) ETAPE 1 : (facultative) les enfants sont côte à côte soit en ligne soit en cercle, ils avancent de 4 ou 8 pas, en avant puis en arrière. (s'assurer qu'ils soient capable de marcher sur le temps et ensemble). ETAPE 2 : position face à face, bras fléchis, paume contre paume et mêmes consignes qu'à l'étape 1. ETAPE 3 : Souligner l'objectif de l'exercice qui est de ressentir l'énergie du partenaire. Les 2 partenaires ne forment qu'un corps qui se déplace au travers d'un circuit d'énergie : paume, corps, pied.</p>	
  ACTIONS VISÉES	AUDITIF – ATTENTIONNEL – KINESTHÉSIQUE – SENSORIEL – MOTEUR	
  ASTUCES	<p>Cet atelier est destiné particulièrement à exercer les capacités de synchronie de la marche et du corps avec la musique et avec le partenaire. Il se réalise dans son état final en binômes face à face, les deux bras levés en demi-flexion, paume contre paume. On conseille aux enfants de ne pas "sauter", d'avancer (ou reculer) sans bouger la tête, le but étant de ressentir le mieux possible l'énergie de l'autre. Évidemment, obtenir la concentration optimale des élèves est une condition nécessaire au bon déroulement de l'atelier Le but final à atteindre serait de faire comprendre aux élèves que le rôle du leader est de transmettre son énergie à travers les paumes jusqu'aux pieds du follower, et celui du follower de recevoir cette même énergie et la laisser passer jusqu'à ses pieds. On est en général frappés de constater combien, après quelques séances seulement, les enfants parviennent remarquablement bien à réaliser cette tâche complexe, et surtout qu'ils y prennent un plaisir évident. On peut s'appuyer sur le verbal en comptant à haute de voix (1.2.3.4) ou (1.2.3.4.5.6.7.8)</p>	