

Jeux pour améliorer l'écoute et l'attention

Jeux rituels

Jeux de concentration, d'écoute, d'attention qui ne nécessitent aucun matériel (ou un matériel très simple), et peuvent se faire dans n'importe quel lieu (classe, salle de jeu..) et à n'importe quel moment (en début ou fin de journée, entre deux activités, pour commencer ou terminer une séance...)

Volets fermés

C'est un exercice de perception de son corps et de concentration. Il prépare à la détente

Debout, yeux fermés "rentrer chez soi" "fermer les volets"

Se centrer sur l'inspiration; respirer le plus bas possible.

Planter ses racines, silence, yeux fermés, sentir son corps intérieurement, observer.

« Une attention sans tension ».

Ouvrir les yeux, regarder au loin, garder la sensation de soi intérieure. Bien être

Le centre de gravité :

Les élèves et le maître sont debout sur les deux pieds sans s'appuyer sur une chaise, une table, un mur

Planter sa plante des pieds dans le sol, (prendre l'image de l'arbre ou de la plage). Laisser les bras ballants le long du corps. Sentir, imaginer ses pieds s'enfoncer dans le sol meuble. Fermer les yeux.

Quand on est bien ancré, se pencher légèrement en avant, sans trébucher. Revenir au centre. Puis légèrement en arrière, revenir au centre, sur un côté, sur l'autre côté. Revenir chaque fois au centre et apprécier le confort de cette position centrale. Terminer en tournant légèrement et tranquillement autour de ce centre de gravité, dans un sens puis dans un autre. Se masser la plante des pieds. Revenir au centre et ouvrir les yeux

Jeu de la TELEVISION ou du MIROIR

Dans le silence complet ou sur une musique. calme, coulante, liée le groupe ; en position chorale, fait face au meneur et effectue les mêmes gestes en miroir. Les élèves sont, face au meneur. Le meneur ne donne, pendant le jeu, aucune consigne orale.

Gestes pour la concentration. Réveil du corps, détente, étirements, ouverture, positions, expressions de visage, travail du regard.

On étire un bras, on le lâche. L'autre bras. Les deux, on lâche. On monte une épaule, l'autre, on lâche. On tourne les épaules, l'une après l'autre, ensemble. On tourne le cou, on le penche d'un côté, de l'autre

On se masse le front, les yeux, le menton. On détend le visage. Les joues, on les pince, on les malaxe, on les tapote.

La bouche, les lèvres, on les tire on les malaxe

On masse le cou, les épaules, on garde l'énergie dans le visage. On baille, on s'étire.

On prend une expression et une attitude molle et désœuvrée. On prend une expression et une attitude tonique, ouverte, plantée sur les deux pieds, du soleil et du sourire dans les yeux.

On allume le projecteur sur le sternum

On écoute le corps des autres pour être ensemble.

Jeu d'écho rythmé

Jeux rythmé avec les souffles, la voix, le corps. Le meneur donne un modèle, le groupe répète. Sur quatre temps sans ruptures

Clap, clap, clap clap dans les mains ou sur le corps

Ch- ch- ch - ch»/ ff- ff- ff- ff /SS-SS-SS-SS/ K-K-K-K/RR-RR-RR-RR, etc...

Br-br-br-br/ bl-bl-bl-bl /vvv- vvv- vvv- vvv, etc...

Ha- ha- ha- ha dans les graves /Hi- hi- hi- hi dans les aigus

Hééé-Hééééé- hop- Hop/ hé-ho-hé-ho...

Ts-Ts-Ts-Ts/ Ft- Ft-Ft-Ft/pfuit- pfuit- pfuit- pfuit....

Tap-tap-tap-tap sur le corps etc....

En écho toujours

Voix parlée, chuchotée, murmurée, criée....

Takatakatakatakatakata

Chatachatachatachatacha

Vatavatavatavatavatava

fatafatafatafatafatafa

Jeu d'écho rythmé en canon

Le maître donne le modèle, les élèves répètent pendant que le maître donne le modèle suivant

Jeux de rythmes (avec baguettes chinoises)

Jeux de rythmes avec un instrument (baguettes chinoises). Le meneur donne un modèle, le groupe répète. Sur quatre temps sans ruptures.

Jeux de reconnaissance de rythmes connus

A partir de chansons ou comptines connus de tout le groupe, on se fait un petit répertoire. Le groupe va s'entraîner à frapper les rythmes de la première phrase.

« j'ai du bon tabac », « Pomm' de reinette et pomm' d'api » « une souris verte » bateau sur l'eau, la rivière la rivière ».

A partir de ce répertoire, le maître frappe des rythmes ; les élèves cherchent à les reconnaître. (réponse orale, réponse sur ardoise, réponse avec étiquette)

Jeu de kim sonore

Ardoise, cloches, instruments, objets sonores (papier, bouteille, objet métallique)..

Le meneur dispose de 3 (4-5) objets sonores ou instruments. Il joue successivement de ses 3 (4-5) instruments. Les enfants, sur ardoise doivent dessiner (écrire) les trois instruments ou objets sonores qui ont été joués.

Selon l'âge, l'habileté des élèves ce jeu est fait à vue ou de manière cachée.

En petit groupe, après le modèle du maître, un élève propose l'ordre des sons en actionnant à son tour les objets sonores ou instruments.

Pulsation, tempo et écoute

Le groupe est assis en cercle ou chacun à sa place.

Assis, dans le silence total des voix, frapper les cuisses, trouver un tempo commun

En s'écoulant accélérer, décélérer

De + en + fort, de – en - fort

Même chose sans le regard, on se retourne afin de ne plus se regarder

Jeux d'écoute à pratiquer en salle d'évolution

Jeux de concentration, d'écoute, d'attention qui nécessitent d'avoir de l'espace, qui mobilisent le corps, la voix. Peuvent se faire lors d'une séance de musique, ou en début ou fin d'une séance de danse ou d'EPS...

Roméo et Juliette :

Le groupe est assis en cercle ou en dispersion dans la salle d'évolution.

Un enfant a les yeux bandés et doit localiser sa Juliette qui l'appelle .

Le gardien du trésor :

Un enfant désigné est assis dans un coin de la salle d'évolution, derrière lui est posé « son trésor ».

L'enfant ,yeux bandés, doit désigner les personnes qui veulent prendre son trésor derrière lui (jeu dans le silence complet)

A la recherche du prénom chuchoté

Le groupe se met en cercle, un élève sort et rentrera yeux fermés ou bandés. Chaque élève chuchote son propre prénom de manière répétée. Un élève chuchote le prénom de l'élève qui est sorti. Celui-ci est au centre, yeux fermés et doit tenter de désigner l'élève qui chuchote son prénom.

Variante possible avec un corpus de mot de la classe (noms de pays, noms de ville, noms de personnages d'un roman, noms d'animaux) l'élève désigné pour chercher doit avoir été préalablement prévenu du nom recherché par l'écoute

Jeux pour améliorer l'écoute et l'attention

A la recherche de la note la plus forte

Le groupe est en cercle. Un enfant est au milieu les yeux bandés.

Chaque élève du cercle émet un son sur une voyelle ou une consonne, le même pour tout le monde. L'élève aux yeux bandés doit pointer son doigt dans la direction de celui qui chante le plus fort et qui est désigné à l'avance par le groupe ou le maître. Le reste du groupe doit émettre un son piano.

Ecoute attentive et paramètre sonore : l'intensité d'un son

Qui a la voix la plus forte ?

Le groupe se met en cercle et entonne un chant. Une personne est au centre, yeux fermés. Le meneur désigne successivement certaines personnes du groupe qui doivent chanter plus fort que les autres. La personne au centre doit percevoir qui chante plus fort. Si elle n'y parvient pas, le groupe doit progressivement chanter moins fort pour que la voix du « soliste » s'entende plus clairement. *Ecoute attentive et paramètre sonore : l'intensité d'un son*

A la recherche de la note la plus grave (ou plus aiguë)

Le groupe se déplace dans la pièce. Chaque joueur émet un son, celui qui lui convient le mieux, tout en écoutant les sons émis par les autres. Chacun doit repérer qui joue un son plus grave et s'accorder avec lui afin d'obtenir le même son. A la fin tout le groupe chante à l'unisson. (de même avec le plus aigu).

Autre variante, tout le monde s'accorde sur un chanteur désigné par le meneur de jeu

Le voyage du silence

Les élèves sont assis en cercle serré, chacun donne la main à ses voisins (Les mains sont derrière les dos)

Le meneur par une pression de la main fait passer un courant électrique « silencieux » à l'un de ses voisins. Qui va faire passer la pression à son tour. Le « silence » doit donc faire le tour du cercle et revenir au meneur. Tout ceci se fait dans la plus grande concentration.

Le son qui passe

Les élèves sont assis en cercle d'abord tournés vers le centre, dans un deuxième temps tournés vers l'extérieur.

Chaque élève à un objet sonore dans les mains (papier, cuillères, caillou)

Le meneur commence à produire un son avec son objet. Dès qu'il l'entend, son voisin produit un son à son tour. (le premier joueur cesse alors). De voisin en voisin le son passe.

Variante : accumulation des-accumulation le son passe, mais les joueurs ne cessent pas leur son (accumulation)

Le « passeur de bruit »

Les participants sont en cercle. Il faut un ballon mou ou une balle

Le meneur de jeu passe le ballon à son voisin de gauche en proposant un bruit mmmmmhhhhh , bbbrrrrrrrrr , sssssssssshhh, ououououuhhhh, ffffffffff . Le voisin prend le ballon et « prend » aussi le son. Il passe le tout à son tour à son voisin.

Le son est tuilé, il n'y a pas d'interruption.

Le « passeur de son » ou le bol tibétain

Les participants sont en cercle. Il faut un ballon mou ou une balle

Le meneur, seul émet un son sur une voyelle à une hauteur médium en formant un petit bol avec ses mains (ou en tenant un ballon). Il fait passer ce son à son voisin en faisant le geste de passer le bol de ses mains ou en passant le ballon). Le voisin en « attrapant » le son l'émet à son tour et le passe à son voisin. Ainsi de suite. Le son passe « de main en main » en tuilage, sans coupure.

Pour garder la justesse des notes, on peut soutenir le son qui passe avec la voix ou avec une lame sonore.

Le voyage du son –

Flûte à coulisse, imiter le voyage du son, avec la voix, avec le geste

Les enfants sont devant le maître qui a une flûte à coulisse. Celui ci joue devant eux en montant et descendant la coulisse. Le son monte et descend. Les enfants imitent le son-sirène avec la voix avec un geste de tout le corps ou de la main associé.

Même chose avec la flûte cachée. Le maître enchaîne des sons ascendants et descendants, les enfants imitent avec la voix et le geste.

Le téléphone arabe musical :

Le groupe est assis en cercle serré.

Le meneur de jeu ou un élève pense à une chanson connue par l'ensemble du groupe. Sans rien dire, il donne le rythme de la première phrase, en tapant sur le dos de son voisin. De même, celui-ci transmet le rythme qu'il a senti. Le rythme doit revenir au premier joueur.

A la recherche des chansons

Préparer des petits papiers : un par personne et écrire (coder) les titres de trois chansons connues (Frère Jacques ; J'ai du bon tabac ; Meunier tu dors ou les chants au répertoire de la classe et connus de tous).

Chaque élève se promène dans l'espace en chantant sa chanson. En se croisant, tout en chantant, s'il entend un autre chanter la même chanson que lui, il reste avec lui. A la fin du jeu, tous les enfants qui chantent la même chanson sont regroupés.

A la recherche des p'tites boîtes

Préparer des boîtes à pellicules photos opaques remplies par deux ou trois ou quatre de matériaux identiques (graines, riz, pâtes, flocons d'avoine, coton, eau, farine, vide...). Deux exemplaires au moins de chaque sorte.

Chaque personne a une boîte qu'elle agite dans la pièce. En écoutant la musique des boîtes, se regrouper par groupe de boîtes qui produisent le même son. Le maître vérifie grâce à un numéro discret inscrit sur les boîtes..

Le chemin des sons :

Matériel : la voix du maître

On répartit les enfants trois groupes : un groupe par son. Chaque groupe se met au bout de la salle. Le chef d'orchestre est à l'autre extrémité.

Le maître propose trois sons : « le son qui parle » ; « le son qui chuchote » ; « le son qui chante », chaque groupe avance « à pas de fourmi » sur son « chemin des sons quand il entend le son de son groupe.

Si on est plusieurs adultes, on peut proposer plusieurs sons en superposition. On le fait d'abord à vue, puis caché.

1, 2, 3 mon bruit :

Matériel : trois instruments à percussion (pour démarrer deux ou trois très différents)

On répartit les enfants en deux (ou trois) groupes : un groupe par instrument. Chaque groupe se met au bout de la salle. Le chef d'orchestre est à l'autre bout avec les instruments.

A vue, puis en se cachant, il joue d'un instrument tour à tour. Chaque fois que le groupe de joueurs reconnaît son instrument il avance sur son chemin des sons « à pas de fourmi » .

Les deux instruments :

Matériel : divers instruments à percussion, au moins une dizaine de sortes différentes avec deux de chaque sorte

Les enfants sont assis en cercle, dans un premier temps, face à la ronde, dans un deuxième temps dos à la ronde. Ils possèdent chacun deux instruments différents, dans la ronde les instruments sont représentés deux fois. Au signal du maître un des enfants propose un rythme sur 4 temps avec son instrument. L'enfant qui a le même instrument doit le reconnaître, reproduire le rythme entendu puis proposer avec son deuxième instrument un autre rythme pour le suivant.

(Dans un premier temps, ou pour les plus petits, on n'exige pas la reproduction du rythme, ou on impose une pulsation simple sur 4 temps)

Activités d'écoute à pratiquer en lien avec la danse

Jeux de concentration, d'écoute, d'attention qui nécessitent d'avoir de l'espace, qui mobilisent le corps,

Définitions

Pulsation : battement régulier avec lequel on peut accompagner une pièce musicale (la pulsation se marque spontanément par la marche, le balancement, les frappés corporels).

Tempo : c'est la vitesse de la pulsation, donc la plus ou moins grande rapidité d'exécution d'un morceau.

Rythme : c'est la façon dont les sons sont ordonnancés selon leur durée et les silences (le rythme se retrouve spontanément quand on frappe les paroles des chansons syllabes par syllabes).

Pulsation, tempo et écoute corporelle

Le groupe est en dispersion dans l'espace.

Les élèves marchent dans l'espace chacun à son rythme. Le silence des voix doit être complet: Chacun écoute les bruits de pas du groupe. Est-ce qu'on entend une pulsation commune ?

- Trouver une pulsation commune, s'arrêter, reprendre
- Marcher avec un tempo, accélérer, décélérer
- Marcher sur un tempo, de + en + fort, de – en-fort

Pulsation d'une musique

Le groupe est en dispersion dans l'espace.

Le meneur propose une musique à la pulsation marquée. Les élèves marchent dans l'espace « en se mettant d'accord avec le cœur qui bat de la musique »

Sur place.

Les élèves battent la pulsation sur les cuisses, dans les mains, sur le corps.

En marchant ou sur place.

Les élèves cherchent les différents niveaux de pulsation.

Jeux sur la pulsation : le chef d'orchestre, le relai, les machines... (voir fiche jeux sur la pulsation)

Avec les plus grands, la plupart des jeux sur la pulsation peuvent être pratiqués, dans la classe, assis avec des baguettes chinoises

Musique/ silence

Le meneur propose une musique à la pulsation marquée. Les élèves marchent dans l'espace en accord avec la pulsation de la musique. Quand le maître arrête la musique, les élèves se figent : « statue »

Pulsation et changement de tempo

Le meneur propose des musiques avec des variations de tempo. Les élèves adaptent leur déplacement au changement de tempo. Dans les silences intermédiaires, ils se figent.

Accélération / décélération du tempo

Le meneur propose une musique avec accélération ou ralentissement du tempo. Les élèves adaptent leur déplacement à l'accélération ou au ralentissement du tempo.

Avec les plus grands, ces jeux sur la pulsation peuvent être pratiqués, dans la classe, assis avec des baguettes chinoises.

Musiques surprises- Mouvements et changement de caractère

Les musiques surprises : c'est un montage audio qui propose sur une même plage de CD plusieurs extraits musicaux à caractères et styles différents qui se succèdent de manière aléatoire- Il est possible de trouver les musiques surprises notamment dans le répertoire des CPEM de Bourgogne. Il est aussi possible de fabriquer les musiques surprises de son choix à l'aide du logiciel gratuit Audacity.

Le meneur propose une musique surprise (3 extraits différents). Les élèves après écoute, cherchent pour chaque extrait un mouvement, un geste, un déplacement correspondant au caractère ou au style de la musique. Ils reproduiront de mouvement, chaque fois qu'ils réentendront l'extrait qui correspond.

Variante : pour une musique surprise à 3 extraits, 3 groupes sont formés. Chaque extrait est attribué à un groupe. Ce groupe ne se déplacera, ne produira son mouvement qu'à l'écoute de l'extrait qui lui a été attribué.

Ceci peut être fait dans un premier temps collectivement puis En deux groupes : acteurs/spectateurs

Ecoute d'une phrase musicale

Donner le choix, pas chassés et marche sur place

Le groupe est en dispersion dans l'espace.

Sur un extrait à l'organisation régulière (ex : phrase A, phrase B, phrase A phrase B). extraits faciles à trouver dans la musique traditionnelle, marcher sur la pulsation et changer de direction au changement de phrase musicale

OU

Faire un pas sur la phrase A (pas chassés), un autre pas sur la phrase B (sauts sur place) OU

Un groupe marche sur la phrase A, l'autre groupe marche sur la phrase B

OU

En cercle, on se fait passer un ballon sur la pulsation lente. On change de sens au changement de phrase musicale.

Ou

Danser la danse codée qui correspond à l'extrait

Dans la classe, assis, se lever et faire un geste dans l'espace pour chaque phrase, en deux groupes

Biblio

- Tout ouïe. J'écoute et j'invente (maternelle) Nathan
- Ecouter autrement. Premiers repères sonores à l'éc maternelle CRDP - Paris
- 50 activités d'éducation musicale à l'école élémentaire. CRDP - midi-pyrénées
- Musique au quotidien au cycle II CRDP- Bourgogne
- 100 jeux musicaux . G Storms Van de Velde
- Danse, écoute et chante (plusieurs volumes) CRDP- Bourgogne

Adresse

PEP 21 (CRDP de Bourgogne) 28 rue des Ecayennes 21000 Dijon 03 80 76 63 11

Pour commander les répertoires « musique au quotidien au cycle II » ; « Danse, écoute et chante », « Musicabrac » ; « Polyphonies au quotidien »

Sites

Eduscol, écoute en maternelle : beaucoup de conseils très valables pour l'élémentaire

<http://eduscol.education.fr/D0101/ecoute.pdf>