











FICHE DE SEANCE	PÉRIODE 5	LA PULSATION
-----------------	-----------	--------------

FICHE DE SEANCE

 PLACE DU PROFESSEUR	Face au groupe classe, assis puis debout.
 PLACE DES ÉLÈVES	En binômes, bien face à face. Tenter d'harmoniser les binômes en associant un élève naturellement performant avec un élève en difficulté.
 POSTURE DU CORPS	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	Supports audios fournis et une enceinte connectée.
 DURÉE DE L'ATELIER	Entre 5 et 15 minutes
  MISE EN OEUVRE	<p>Lancer le fichier audio (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) DEBOUT FACE A FACE EN BINÔMES (choisir entre les 2 supports indifféremment) Etape1 : moteur et verbal en même temps Etape2 : chuchoter le verbal Etape3 : sans le verbal Etape4 : faire 2 groupes (par exemple les filles & les garçons, un tour chacun).</p>
 ACTIONS VISÉES 	AUDITIF – VERBAL – ATTENTIONNEL Les enfants doivent se synchroniser sur la pulsation. Il y a là un entrainement à la hiérarchisation des tâches : d'abord rester accrocher à la diffusion sonore du rythme, ensuite chaque enfant peut hiérarchiser selon ses capacités.
 ASTUCES	Qui est à associer un enfant qui est à l'aise avec un enfant qui peut être en difficulté, essayer d'harmoniser les tailles des enfants, s'assurer que les enfants sont bien ancrés dans le sol et que seul le buste est mobilisé.