

Réveille ton corps !

Catégories	: Teambuilding & Empowerment; Corps, Mouvement & Sens
Matériel	: Aucun
Type d'exercice	: oral
Durée	: 15 min.

Objectifs

- L'apprenant.e peut intégrer et pratiquer le vocabulaire des parties du corps.
- L'apprenant.e peut intégrer et pratiquer le nom des couleurs.

Préparation

- L'apprenant doit être familier avec le vocabulaire du corps et des couleurs.
- L'étape trois de l'activité demande certains contacts physiques. Il est conseillé d'introduire cette activité avec une activité brise-glace.

Instructions

Etape 1

- Invitez les participant.e.s à former un cercle.
- Dites aux participant.e.s qu'ils.elles vont devoir réveiller des parties de leur corps quand celles-ci seront nommées, de la façon qu'ils.elles décident : en les touchant, en les frottant, en les remuant...
- Donnez un exemple du type : "*Je réveille mes doigts*".
- Les participant.e.s peuvent réveiller leurs doigts en les secouant ou en les montrant, etc.
- Invitez un.e apprenant.e à nommer une autre partie du corps.
- Et ainsi de suite, jusqu'à ce que chaque participant.e ait nommé une partie du corps.

Etape 2

- Annoncer une partie du corps et une couleur. Par exemple : "*Je réveille mon nez ; jaune*". Les participant.e.s doivent maintenant marcher dans la salle et toucher un objet jaune avec leur nez.
- Invitez un.e apprenant.e à nommer une autre partie du corps et une couleur.

- Et ainsi de suite, jusqu'à ce que chaque participant.e ait nommé une partie du corps et une couleur.

Etape 3

- Annoncer une partie du corps du type "*je réveille mon coude*". Les apprenant.e.s forment des paires et doivent se toucher avec cette partie du corps.
- Invitez un.e apprenant.e à nommer une autre partie du corps.
- Et ainsi de suite, jusqu'à ce que chaque participant.e ait nommé une partie du corps.

/!\ Choisissez des parties du corps qui ne sont pas trop intimes. Si certain.e.s participant.e.s ne se sentent pas à l'aise, cela doit être respecté. Chaque personne est libre de faire l'activité ou non.

Variantes

Pour un groupe plus avancé, vous pouvez choisir un vocabulaire plus compliqué.

Clôture

- Le.la formateur.rice se tient au milieu et reprend tous les mots qui ont été prononcés.
- Laissez le temps aux participant.e.s de prononcer chaque mot. Reprenez la prononciation si nécessaire.
- Ecrivez le nom des parties du corps et des couleurs sur le tableau et laissez les participant.e.s recopier.

En savoir plus grâce à notre manuel : www.alternativeways.eu

Compétences linguistiques

- Compréhension orale
- Production orale
- Production écrite

Connaissances linguistiques

- Vocabulaire
- Mémoire

Compétences socio-émotionnelles

- Plaisir
- Rapport à l'intimité du corps de chacun