

Collégium arts, lettres, langues
Faculté des arts, département de musique

Institut national supérieur du professorat et de l'éducation

Camille Burlotte
22009817

LA PLACE DU CORPS DANS L'ENSEIGNEMENT

Quel rôle le corps peut-il jouer en éducation musicale ?

**Mémoire de recherche en vue de l'obtention du master
Métiers de l'enseignement, de l'éducation et
de la formation (2nd degré)**

*Parcours « Pédagogie musicale et enseignement »
Option : B*

Préparé sous la direction de M. Pierre-Emmanuel Lephay

Session de mai 2024

Jury : M. Pierre-Emmanuel Lephay
Mme. Grazia Giacco

ANNÉE UNIVERSITAIRE 2023-2024

ATTESTATION D'AUTHENTICITE

Ce document rempli et signé par l'étudiant(e) doit être inséré dans tous les documents soumis à évaluation, après la page de garde.


Je, soussigné(e) : (nom et prénom) ... BURLOTTE Camille

Etudiant(e) de : (Formation et année) ... Master MEEF Education musicale ^{1^{ère} année}

- certifie avoir pris connaissance du « Guide du Mémoire » de Master de l'INSPÉ et en particulier des pages consacrées au plagiat,
- certifie que le document soumis ne comporte aucun texte ou son, aucune image ou vidéo, copié sans qu'il soit fait explicitement référence aux sources selon les normes de citation universitaires.

Fait à ... Strasbourg ... le 31/05/2024

Signature de l'étudiant(e) :



Tout plagiat réalisé par un étudiant constitue une fraude au sens du décret du 13 juillet 1992 relatif à la procédure disciplinaire dans les Établissement public à caractère scientifique, culturel et professionnel (EPSCP). La fraude par plagiat relève de la compétence de la section de discipline de l'Université. En général la sanction infligée aux étudiants qui fraudent par plagiat s'éleve à un an d'exclusion de tout établissement d'enseignement supérieur.

TABLE DES MATIÈRES

Introduction	4
1. La dimension corporelle dans l'éducation	
1.1 Le corps du professeur	6
1.1.1 Prise de conscience	6
1.1.2 L'importance de la posture	8
1.1.3 Langage non verbal: outil de communication	10
1.1.4 Le corps dans l'espace et l'effet miroir	13
1.2 Le rapport de l'adolescent à son corps	15
1.2.1 L'adolescence: une phase de bouleversements	15
1.2.1 Puberté et culte du corps parfait	16
1.2.2 Quête de sensation et quête d'identité	17
1.2.4 Lien avec le réel	18
2. Oser le geste	
2.1 Le geste artistique dans l'apprentissage	19
2.1.1 Importance de la sensation et de la respiration	19
2.1.2 L'équilibre corporel	21
2.1.3 L'écoute active	23
2.2 Prendre connaissance de l'aspect artistique de son corps	24
2.2.1 La dimension artistique du corps dans les programmes	25
2.2.2 Passer du geste au geste musical	27
3. Exemples concrets mis en oeuvre	
3.1 Mettre son corps au service d'un apprentissage musical	30
3.2. Illustrer une musique avec son corps	34
Conclusion	38
Remerciements	39
Bibliographie/Sitographie	40

INTRODUCTION

Au collège, là où l'enfant est au cœur de sa croissance, et où son ancrage, l'appropriation et le développement de son corps sont des choses essentielles, la place qu'occupe la dimension corporelle au sein de l'enseignement est quelque chose de fondamental, qui suscite un grand questionnement quant à sa mise en place, son efficacité et ses bénéfices. De nombreux travaux de recherches ont été faits et continuent à se faire sur ce sujet, avec comme idée commune celle que le travail autour du corps est indispensable à traiter dans le cadre de l'enseignement, notamment dans l'enseignement artistique : « La thématique corporelle inspire toutes les sciences humaines, tous les sports, ainsi qu'un grand nombre d'activités artistiques telles que le mime, la danse et le théâtre. »¹ Pourtant, bien que cette pensée paraisse évidente, et que la plupart des enseignants la partagent, il y a encore trop peu de choses qui sont concrètement mises en place dans les salles de classe.

Le problème majeur réside dans le fait que bien que l'idée d'utiliser le corps comme outil pédagogique et artistique soit entendue, les enseignants ne savent pas réellement comment le mettre en place ni comment s'y prendre pour le transmettre aux élèves. Ce n'est donc pas tant la volonté qui manque, mais plutôt l'absence de moyens, d'idées et d'exercices concrets, c'est pourquoi il nous a semblé intéressant en tant que futurs pédagogues de choisir ce sujet de recherche.

Si dans des disciplines telles que les mathématiques ou l'histoire il peut paraître difficile d'envisager une dimension corporelle, il y a un cours, hormis l'éducation physique et sportive que les élèves suivent, et où l'expérience qui passe par le corps est la bienvenue : le cours d'éducation musicale. En effet, l'élève, à la rencontre de la musique, découvre sa dimension sensible et acquiert des facultés aux niveaux sensoriel, corporel et créatif. La dimension corporelle concerne également les enseignants qui sollicitent leur corps toute la journée, et plus particulièrement ceux qui enseignent l'éducation musicale, amenés à chanter et à bouger leur corps à travers diverses activités artistiques.

Si le corps joue un rôle dans l'apprentissage, comme le précisent certains ouvrages, par exemple celui de Claire Lavédrine, professeure d'éducation

¹ HOPPENOT Dominique, *Le violon intérieur*, Editions Van de Velde, 1981, p. 29

musicale qui dit que « Nous devrions prendre davantage en compte le corps de l'élève (et celui de l'enseignant) dans les mécanismes d'apprentissage. »², il est également un excellent outil pour accéder à une dimension artistique, chose que nous pouvons exploiter au cœur d'un cours d'éducation musicale, qui se base d'ailleurs sur ces éléments, en ayant au programme un champ de compétences à acquérir par les élèves, celui de la perception musicale. Voilà pour l'élève l'occasion de s'épanouir à travers diverses expériences sonores mais aussi vocales ou instrumentales, qui l'obligent à solliciter son corps. Il est d'autant plus intéressant de savoir, en tant que futurs enseignants en éducation musicale, comment bien le solliciter, avec quels outils, dans quel but, de quelle manière ?

Lors de l'étude de ce sujet, il sera question de réfléchir à la problématique suivante : Quel rôle le corps peut-il jouer en éducation musicale ? Les éléments de réponse seront organisés en trois parties, avec dans un premier temps, l'étude de la dimension corporelle du professeur mais aussi le rapport de l'adolescent avec son corps. Dans un second temps, nous nous intéresserons à la place du corps dans les apprentissages ainsi qu'à son potentiel artistique. Dans la troisième et dernière partie, nous mettrons les éléments étudiés en lien avec deux expériences qui ont été testées et analysées dans des classes d'éducation musicale au collège, au cours d'un stage de première année de master.

² LAVEDRINE Claire, *Assumer son autorité et motiver sa classe*, Editions De Boeck Supérieur, 2018, p.279

1. La dimension corporelle dans l'éducation

1.1 Le corps du professeur

1.1.1 *Prise de conscience*

Dans le domaine de l'enseignement, tous les professeurs ne semblent pas mesurer l'importance de l'aspect corporel car ils n'ont eux-mêmes pas conscience de leur propre corps et de la place qu'il occupe au cœur de leur métier. En effet, le professeur est formé sur la matière qu'il a choisi, de manière à la maîtriser et à l'enseigner aux élèves, et en général sa formation s'arrête là. Pourtant, il y a tout un aspect du professeur qui mérite tout autant d'intérêt, celui de son corps. La première chose à laquelle les élèves sont attentifs, c'est à quoi ressemble le professeur, et non pas à la matière qu'il enseigne. Le professeur se distingue donc avant tout par l'image qu'il renvoie, c'est là où l'importance de la dimension corporelle prend tout son sens, « Car après tout, qu'est-ce qu'un professeur ? Un corps en mouvement dans l'espace et dans le temps et le premier visage de l'institution scolaire. Physique et symbolique. Quand le corps défaille, l'institution déraile. Le corps surjoue ce que le professeur transmet [...] Avant même la prise de parole, le professeur se sert du corps comme d'un objet. » (Poirot, 2019) Face à une classe, le corps du professeur est donc la première chose à laquelle les élèves s'intéressent, et cet intérêt influence également l'intérêt pour la matière enseignée, d'où l'importance de faire bonne impression. Si l'on aime le professeur, on aime ses cours et donc la matière enseignée, et inversement :

« Quel jeune professeur pourra raconter qu'il a traversé sereinement la cour de son établissement au premier jour de sa première rentrée ? Traverser un établissement scolaire, être vu, être scruté, c'est entrer en scène comme l'objet de curiosité du jour. Le corps est ce qui fait barrage et ce qui accueille à la porte d'une salle. Or, on ne regarde pas le professeur (sa matière, son cours, son savoir), mais d'abord ce qu'il est, c'est-à-dire un corps. » (Poirot, 2019)

Il est donc nécessaire pour le professeur d'avoir conscience du pouvoir de son corps et de l'influence directe qu'il exerce sur les élèves, pour travailler dans de bonnes conditions et s'épanouir dans son métier d'enseignant. Cette prise de conscience, bien qu'elle soit essentielle n'est pas encore suffisamment prise en compte, puisqu'elle n'est pas enseignée dans les formations du professeur, au même titre que les connaissances qu'il se doit de maîtriser : « Or il est surprenant que toute cette dimension corporelle soit si peu exploitée dans la communication scolaire (à moins de formations spécifiques, peu nombreuses et très vite surchargées). Et si tous les enseignants s'interrogent sur ce qu'ils vont dire, leur langage non verbal est quant à lui, la plupart du temps inconscient. Quant aux diverses techniques gestuelles ou posturales au sein de sa classe, elles sont souvent méconnues de la majorité. » (Lavédrine, 2018, p.256)

Outre l'importance de la prise de conscience, il est également important d'avoir à l'esprit qu'avant tout le corps est un outil de travail pour l'enseignant, et qu'il faut donc en prendre soin. En effet, au cours de sa journée, le professeur sollicite en permanence sa voix, en maintenant un volume suffisant élevé pour garder l'attention de son auditoire. A cela s'ajoute le fait d'être une grande partie de sa journée debout, et donc de puiser dans ses ressources physiques. L'importance d'énergie que dépense le professeur au cours de ses années d'enseignement est souvent sous-estimée, et n'est encore une fois pas assez prise en compte dans sa formation initiale et dans sa carrière, c'est donc à lui-même d'avoir conscience de ce que son corps endure et d'y faire attention, au risque sinon d'être épuisé et de tomber malade. « A cela le professeur doit remédier sans savoir, s'éduquer à la fois dans ses gestes, son phrasé, son habillement, en apprenant l'endurance, le positionnement physique, l'apparence. Sans donner des cours de physiologie ou des cours de maintien dans les Écoles supérieures du professorat et de l'éducation (ESPE), il y aurait déjà là un chantier pour le ministère à créer des conditions un peu plus optimales. Si on ne gère pas cette constante, le corps, en favorisant la vaccination antigrippale, le suivi au-delà de la seule visite d'entrée dans la fonction publique, en remédiant aux difficultés de la médecine professionnelle dans l'éducation nationale, gare à ce qu'un corps sollicité ne soit irrémédiablement un corps souffrant. » (Poirot, 2019)

1.1.2 L'importance de la posture

« Aussi, pour modifier votre état, agissez sur votre posture »³ nous dit Claire Lavédrine, professeur en éducation musicale. Si le corps occupe une grande place dans le quotidien du professeur, c'est sa posture qui est la plus révélatrice de son état. Sa posture reflète ce qu'il est à l'intérieur de lui, et le rend perceptible pour les autres. Il est donc nécessaire pour lui d'accorder sa posture en fonction du message qu'il souhaite envoyer à son auditoire, et d'avoir conscience de son pouvoir. En effet, un professeur qui à l'intérieur de lui n'est pas investi dans ce qu'il fait pourra être trahi par sa posture, en se tenant avachi, sans tonicité. A l'inverse, un professeur se sentant impliqué et heureux d'être ici montrera une posture bien plus dynamique et droite. Et dans les deux cas, le message que son corps enverra aux élèves est parfaitement perceptible par ces derniers. Le corps a donc, à travers la posture une qualité révélatrice qu'il ne faut pas négliger. « Ainsi notre corps révèle notre état. Il communique ce que nous ressentons, ce que nous vivons. Et avant même que vous ayez prononcé un mot, votre façon de vous tenir, de regarder, d'accueillir les élèves et de circuler en classe est déjà révélatrice de la place que vous leur attribuez et de celle que vous vous accordez. » (Lavédrine, 2018, p.267) Aussi, pour le professeur, maîtriser sa posture c'est aussi maîtriser le climat au sein d'une classe. Un professeur faisant preuve d'une posture tonique et énergique incitera davantage ses élèves s'investir. La posture est également un facteur d'autorité, et donc, très utile pour gérer une classe. Le professeur faisant preuve d'une posture droite, ancrée et stable n'enverra pas le même message de discipline que le professeur dont la posture est relâchée, signe d'une plus grande tolérance au débordement puisque n'étant pas elle-même cadrée. La qualité du cours et l'attitude des élèves sont d'ailleurs souvent des éléments révélateurs de la posture du professeur.

En revanche, rien n'empêche le professeur de varier sa posture, en fonction du message qu'il souhaite faire passer. Il s'agit de ne pas rester bloqué dans une seule et unique posture, en l'adaptant selon le contexte, qui peut varier pendant le cours. Le professeur, bien que garant d'autorité et de connaissance doit en permanence s'adapter et ne pas rester figé, tout en gardant sa personnalité et en restant fidèle à ce qu'il met en place. C'est cet

³LAVEDRINE Claire, *op.cit.* p. 260

idéal d'équilibre entre stabilité et mouvement auquel tout enseignant aspire, qui peut être mis en avant grâce à différentes postures.

Dans son livre, Claire Lavédrine nous parle de deux formes de posture : « la posture haute » et « la posture égalitaire »⁴. Ces différentes postures n'envoient pas le même message aux élèves et sont donc intéressantes à adopter pour le professeur, en fonction de ce qu'il souhaite exprimer. La posture haute se rattache davantage à un marqueur d'autorité, plaçant le professeur au-dessus de l'élève, lui rappelant qu'il doit lui obéir : « Établir sa position haute consiste donc, en quelque sorte, à se placer au-dessus des autres. Autrefois les enseignants montaient sur l'estrade pour affirmer leur autorité. »⁵ Comment concrètement adopter une posture haute qui envoie un message suffisamment clair à l'élève ? Claire Lavédrine nous en donne un exemple : « Mais si vous êtes face à un élève particulièrement pénible, le simple fait de vous déplacer dans sa direction et de vous positionner, debout à côté de lui, qui reste en position assise, vous permet d'affirmer de manière subtile votre position haute. »⁶

La posture égalitaire quant à elle vise plutôt à mettre l'élève et le professeur sur le même niveau, et non pas marquer de différence entre leurs deux postures. Pédagogiquement elle est très intéressante à mettre en place, visant à casser l'image traditionnelle du professeur supérieur à ses élèves. « Pendant le travail rythmique, je viens m'asseoir sur une chaise parmi eux et montre l'exemple qu'ils répètent alors. Dans cette posture, identique à la leur, j'apparais alors comme étant sur un pied d'égalité avec l'ensemble du groupe. Je ne les domine pas. Le rapport de subordination professeur - élève s'estompe. » (Lavédrine, 2018, p.274) De manière plus ou moins consciente, les élèves se sentent donc respectés et mis en valeur, et témoignent en échange également du respect à ce professeur. Cette posture semble donc bénéfique à un bon climat au sein de la classe, et paraît être celle qu'il est recommandé d'adopter la plupart du temps. Comme pour la précédente posture Claire Lavédrine nous donne plusieurs exemples concrets : « Adoptons au contraire une posture égalitaire. Lorsque les élèves sont debout, vous pouvez vous lever par exemple et lorsqu'ils sont assis, vous

⁴ LAVEDRINE Claire, *op.cit.* p. 274

⁵ LAVEDRINE Claire, *op.cit.* p. 272

⁶ LAVEDRINE Claire, *op.cit.* p. 273

asseoir. Ainsi, en début d'heure, comme eux je reste debout pendant le temps du salut, et lorsque je les invite à s'asseoir, j'en fais de même. » (Lavédrine, 2018, p.315)

Si la posture du corps est un outil pour l'autorité face à une classe, elle permet aussi au professeur d'être charismatique, et donc de susciter davantage d'intérêt de la part des élèves pour la matière enseignée, puisqu'avant la matière il y a le professeur, donc si le professeur fascine, la matière fascine aussi, et inversement : « Notre voix n'est pas le seul atout de notre charisme. Notre corps est lui aussi déterminant quant à notre capacité à séduire ou à envoûter ou non notre auditoire. »⁷ Le corps apparaît ici comme un outil dont l'enseignant peut se servir, en ayant par exemple « Le torse bombé vers son auditoire », « Les épaules en arrière », « Les bras ouverts », « La tête droite et le cou détendu », « La mâchoire relâchée », « Le regard franc et direct », « Les jambes écartées ou les pieds écartés avec les talons collés », « L'ancrage au sol », « Les mouvement amples et fluides »⁸

Car c'est avant tout l'enveloppe corporelle du professeur qui est exposée en premier au regard élèves, et qui fait directement bonne ou mauvaise impression, puisque « Être professeur, c'est être visible. »⁹

1.1.3 Langage non verbal : outil de communication

Le corps est également un excellent outil de communication, tout autant que la parole, voire plus. Le chercheur Albert Mehrabian qui s'intéresse à ce sujet nous dit que « les mots correspondaient à 7% de la communication, le ton, le timbre de la voix à 38% et le langage corporel à 55%. »¹⁰ Cette importance de pourcentage nous indique que la communication faite par le corps, et donc le langage non verbal est à prendre absolument en compte dans les rapports professeurs - élèves, tant son taux est élevé. Il a également été prouvé concernant la communication que le geste pouvait être bien plus juste que la parole : « L'efficacité du geste comme moyen de communication a été démontrée dans les travaux de McNeill (1992 et 2005) sur le langage. Cet auteur souligne que si l'être humain fait souvent des erreurs de langage, il fait rarement des erreurs de gestes. Par exemple, en donnant une indication

⁷ LAVEDRINE Claire, *op.cit.* p. 366

⁸ LAVEDRINE Claire, *op.cit.* p. 366

⁹ POIROT Thibaut, "Le corps du professeur est un instrument de travail", *Le Monde*, 2019

¹⁰ LAVEDRINE Claire, *op.cit.* p. 191

routière, une personne peut dire à son interlocuteur de tourner à gauche, alors que sa main indique spontanément la droite, c'est-à-dire la bonne direction »¹¹

On peut avoir tendance à penser que la communication passe seulement par la parole, sans prendre en compte le fait que notre corps parle aussi, et quelquefois il est bien plus révélateur que nos mots : « Si notre voix est le vecteur de nos émotions, de notre intention et de notre parole, notre corps n'en est pas moins un puissant outil de communication. Que ce soit à travers notre posture, comme nous l'avons étudié, ou par l'intermédiaire de notre gestuelle, intrinsèquement liée à notre parole. » (Lavédrine, 2018, p.296)

Pour un professeur, il est indispensable d'avoir conscience de ce paramètre-là, et du pouvoir qu'il peut exercer sur sa classe. En effet, les élèves sont davantage sensibles aux signaux envoyés par le corps qu'à ceux de la parole, car la perception n'est pas consciente et se fait malgré eux. Par son corps, le professeur trahit son état intérieur et le communique aux élèves. Ce qui peut être quelque chose de formidable si le professeur est enjoué et sûr de lui, mais plus problématique s'il est anxieux ou dispersé. La puissance du langage non verbal est donc souvent sous-estimée car peu conscientisée : « Certains professeurs mal à l'aise, anxieux ou terrorisés par le groupe de classe communiquent clairement leur état par leur simple position et par leur attitude physique. S'ils réalisaient la teneur de cette communication, ils changeraient d'attitude, ils seraient attentifs à leurs mouvements et mimiques. Mais pour la plupart des gens, ce langage n'est pas identifié, donc non contrôlé. » (Lavédrine, 2018, p.256)

Au sujet de la communication entre l'élève et le professeur, si le corps en dit long sur l'état du professeur, le corps de l'élève envoie également de nombreux signaux perceptibles par le professeur. Le langage du corps de l'élève communique tout autant que celui du professeur, et c'est cette communication non verbale et non conscientisée qu'il est intéressant de prendre en compte, car si nous pouvons dire ce qu'il nous plait avec des mots, notre corps lui ne peut pas mentir, il est révélateur, et donc très utile dans le cadre d'un cours: « Ainsi, si le corps de l'enseignant est un outil de communication fabuleux, celui de l'élève n'en est pas moins un puissant

¹¹ HÉROUX Isabelle, FORTIER Marie-Soleil, "Le geste expressif dans le travail d'interprétation musicale", *Quand la musique prend corps*, Presses de l'Université de Montréal, 2014, p.21-44

indicateur de son état et de sa psychologie. En observant les réactions de nos élèves, nous pouvons directement mesurer l'impact de ce que nous communiquons. » (Lavédrine, 2018, p.276)

Le langage corporel n'est pas aussi évident à déchiffrer que le langage verbal, et bien souvent, ce que le corps révèle n'est pas ce qu'on imagine. Il est donc important pour le professeur de s'informer sur le sujet en lisant des recherches et de ne pas conclure des choses par lui-même, car avant tout, le langage corporel est complexe. Dans son livre, Claire Lavédrine nous parle de cette contradiction entre les signaux du corps et leur signification, en prenant l'exemple du regard : « Voilà la dure réalité : un élève qui vous regarde ne vous écoute pas forcément. Et inversement, un élève qui ne vous regarde pas peut très bien être totalement concentré sur vos propos. »¹²

En plus du regard, il y a dans la communication non verbale une partie de notre corps grandement révélatrice de notre état intérieur : nos jambes. « Ainsi pour le psychologue Peter Collett, spécialiste du non verbal, “les jambes sont particulièrement bavardes dans la mesure où elles sont associées à l'impulsion primitive de la fuite. »¹³ Et les différentes positions que peuvent avoir nos jambes n'envoient pas du tout le même message, aussi il est important de bien connaître chaque signification. Claire Lavédrine analyse chez les élèves quatre positionnements de jambes, et nous en donne l'interprétation : « Il a les jambes croisées ? C'est une position passive, l'élève écoute de manière soumise. Il semble s'appuyer sur une jambe, ou l'une des deux jambes est placée vers l'avant, dans la position de la marche ? C'est le signe qu'un élève ne désire qu'une seule chose : sortir de la salle. [...] C'est aussi le cas lorsque l'élève s'appuie simultanément d'un pied sur l'autre. Il a les jambes parallèles et les pieds rapprochés ? C'est qu'il n'est pas plus intéressé que cela par vos propos mais ne manifeste pas non plus le désir d'être ailleurs. Enfin il a les jambes parallèles mais les pieds éloignés cette fois ci ? C'est le signe qu'il est bien présent et actif, il n'a pas l'intention de partir. » (Lavédrine, 2018, p.281)

Pour le professeur, il est donc judicieux d'observer la manière dont les jambes de ses élèves sont positionnées pour savoir dans quel état ils se trouvent. Ainsi, cela lui permet d'adapter sa position et la dynamique de son

¹² LAVEDRINE Claire, *op.cit.* p. 277

¹³ LAVEDRINE Claire, *op.cit.* p. 281

cours en fonction de ce qu'il observe, sans le verbaliser. Le corps est ici un excellent outil de diagnostic, très utile en cas de doute sur l'efficacité du cours donné.

1.1.4 Le corps dans l'espace et l'effet miroir

Il y a un autre paramètre du corps que le professeur doit intégrer, celui du corps en mouvement. Un corps qui communique se doit de ne pas être statique, à l'image d'un discours verbal qui n'est pas monotone, et qui avec du relief suscite davantage l'intérêt de son auditoire. Ainsi, le professeur, au sein de sa classe se doit de bouger, de s'approprier l'espace, de mettre son corps en mouvement pour communiquer correctement et rendre son discours corporel perceptible pour les élèves. Claire Lavédrine recommande au professeur de mettre en action cette notion, en y expliquant tous les avantages : « Occuper l'espace c'est être présent. Alors n'hésitez pas à circuler dans la salle et à prendre possession des lieux. C'est aussi une manière de se rapprocher des élèves, de les approcher et de leur manifester notre intérêt. (Marcher dans la classe peut aussi permettre aux jeunes enseignants d'évacuer leur stress). De plus, en vous déplaçant vous délimitez votre espace. C'est non seulement faire acte de présence mais c'est aussi affirmer votre autorité. Par notre corps, notre gestuelle ou nos expressions, nous établissons une hiérarchie. Aussi ne restons pas figés derrière le bureau. » (Lavédrine, 2018, p.268)

Si la stabilité et le calme sont des facteurs bénéfiques à la concentration et au bon déroulement d'un cours, il est montré que le mouvement, qui pourrait être perçu comme un élément perturbateur, associé à la déconcentration et au fait d'être dispersé, ne l'est pas forcément. Tout comme ce qui concerne le regard, le message qu'envoie le corps peut être contradictoire quant à son interprétation. Et concernant le mouvement, un corps animé est davantage le signe d'un corps actif, dont les sens sont sollicités et à l'écoute de ce qui se passe, qu'un corps impassible, calme et immobile. Ainsi, le mouvement au sein d'une classe n'est pas forcément quelque chose de négatif, au contraire : « Pourtant nous avons tendance à penser que si un élève bouge, c'est nécessairement qu'il se disperse. Or il peut ainsi avoir besoin de mobiliser son corps pour comprendre ou se concentrer davantage sur ce que vous dites. Et peut-être vous arrive t'il vous aussi de

gribouiller, par exemple, lors d'un échange téléphonique alors que vous vous concentrez pourtant sur la conversation. » (Lavédrine, 2018, p.278)

Dans la classe, le corps du professeur et celui des élèves sont donc en mouvement, en communication constante et en réception des signaux qu'ils s'envoient mutuellement. D'un point de vue pédagogique, il est nécessaire que le professeur sache dans quelle mesure il peut entrer en contact avec un élève, et les limites à ne pas dépasser. Cette notion d'espace personnel à respecter et dans lequel ne pas s'introduire s'applique également hors du contexte d'une classe, dans la vie de tous les jours, avec n'importe quelle interaction entre deux individus. On parle alors de bulle proxémique, qui se divise en quatre zones : « La bulle proxémique varie d'un individu à un autre, selon l'âge, la personnalité, le milieu social ou le pays. L'anthropologue Edward T. Hall a mis toutefois en évidence quatre catégories de distances proxémiques : la zone intime (entre 15 et 45 cm), la zone personnelle (entre 45 et 135 cm), la zone sociale (entre 1, 20 et 3,70 m) pour les amis et les collègues, et la zone publique (supérieures à 3,70 m) réservée au groupe. » (Lavédrine, 2018, p.269-270) Dans le rapport professeur - élève, il nous semble donc recommandé de varier notre distance avec l'autre entre la zone publique et la zone sociale, la zone personnelle étant à manier avec précaution, tant que l'on ne sait pas ce que peut ressentir la personne en face de nous vis à vis d'une intrusion dans sa bulle proxémique.

Mais avant tout, pour le professeur, l'importance de conscientiser et de bien maîtriser son langage corporel et son corps dans l'espace réside dans le fait que tout ce qu'il fait, de manière consciente ou inconsciente, se répercute immédiatement sur l'élève, tel un effet miroir. Par son corps, le professeur communique son état à l'élève, ce dernier imitant ce qu'il voit et ressent en face de lui. Si le professeur est dynamique, vif, avec un débit de parole rapide et beaucoup d'énergie, les élèves manifesteront d'une manière ou d'une autre cet état. Si au contraire le professeur est calme, avec un volume de voix peu élevé et un débit lent, une attitude et une gestuelle posée, le climat de la classe sera bien différent de la première fois. Donc, pour un professeur, observer ses élèves, c'est s'observer lui-même : « L'attitude des élèves est le reflet direct de notre enseignement, c'est pourquoi nous pouvons apprendre énormément de ces derniers. » ¹⁴

¹⁴ LAVEDRINE Claire, *op.cit.* p. 13

1.2 Le rapport de l'adolescent à son corps

1.2.1 L'adolescence : une phase de bouleversements

Au cours de sa scolarité, entre l'âge de douze et dix-huit ans environ, l'enfant entre dans une nouvelle période de sa vie : l'adolescence. Connue pour être particulièrement compliquée, cette période, pleine de changements pour l'adolescent, le plonge dans une crise : la crise d'adolescence. Cette crise remet en question tout ce qu'il a construit jusque-là et le transforme malgré lui : « Si l'existence toute entière est une succession de crises d'identité, de métamorphoses intimes, le moment de l'adolescence en est sans doute la plus aiguë. Il accompagne la quête de différenciation et d'autonomie du jeune au regard de ses parents et, surtout, la recherche d'un sens et d'une valeur à sa vie. » (Le Breton, 2017, p.5) Le corps de l'adolescent est le premier touché par cette crise. Ce dernier voit son corps d'enfant grandir et se transformer, sans qu'il ne puisse rien n'y faire. Cette transformation pour certains et certaines fait peur, tant elle est soudaine et incontrôlable : « Le corps en tant que source de changement est perçu comme soi et autre, motif d'anxiété car il devient insaisissable et contraint à l'assomption d'une identité personnelle et sexuelle, alors que pour certains rien ne vient appuyer moralement cette métamorphose. »¹⁵

Au cours de cette crise, tous les paramètres qui englobent le corps sont concernés, avec le ressenti, les sensations nouvelles, les émotions, et c'est pour l'adolescent un réel facteur de perturbation. Face à tant de fragilité intérieure, il lui faut un cadre rassurant et stable pour équilibrer cette perte de repère, et bien souvent, l'influence des éléments extérieurs sur l'état intérieur de l'adolescent est très importante, surtout s'ils sont perturbateurs. Des études montrent l'importance d'un cadre familial stable pour le bon développement de l'adolescent : « L'adolescence est un long moment de tourments, de questionnements. Surtout si les tensions familiales alimentent encore l'incertitude et le doute. [...] Comme toute période liminaire, l'adolescence est semée d'épreuves difficiles à ritualiser, particulièrement pour les jeunes

¹⁵ LE BRETON David, *Corps et adolescence*, Fabert Eds, 2017, p.5

confrontés à des difficultés affectives au sein de leur famille ou leur vie personnelle. » (Le Breton, 2017, p.18) Comment l'adolescent extériorise son ressenti intérieur ? Par le corps. Son corps est pour lui le moyen d'exister au milieu des autres et son enveloppe corporelle définit son identité face au regard d'autrui : « Lors de ce passage le jeune utilise son corps comme un outil d'exploration et une scène pour se présenter aux yeux des autres. »¹⁶ C'est pourquoi beaucoup d'adolescents sont préoccupés par leur apparence, par leur look, avec parfois l'envie de se tatouer ou de se teindre les cheveux. Leur corps est un outil pour représenter ce qu'ils veulent être, au cours des différents questionnements et changements qu'ils rencontrent pendant cette phase.

1.2.2 Puberté et culte du corps parfait

A l'adolescence, le phénomène de puberté vient jouer un grand rôle dans les différentes perturbations liées au corps, et le regard qu'y porte l'adolescent. Au-delà d'un simple bouleversement physique, la puberté remet en questions plusieurs paramètres de son ressenti vis à vis de lui-même, au niveau de la relation avec son corps et de la représentation qu'il s'en fait: « Le processus de la puberté engage en effet l'adolescent dans un triple remaniement : de la relation avec son propre corps : le bouleversement somatique lui impose un corps « étranger » et nécessite un travail de reconstruction de la représentation du corps ; la représentation du corps perdu de l'enfance n'est plus cohérente avec l'événement advenu. » (Birraux, 2013, p.31)

Annie Birraux, spécialiste de la psychologie de l'adolescent nous explique le lien entre la puberté et l'adolescence. Elle souligne le fait que la puberté influence grandement l'état de l'adolescent, au niveau de son corps mais aussi de son rapport à son identité ainsi que sa perception de lui-même et des choses: « L'adolescence n'est pas la puberté ; mais bien que leurs définitions engagent des éléments spécifiques, il me paraît nécessaire de garder à l'esprit l'idée que les deux phénomènes sont connexes : la biochimie du changement pubertaire n'affecte pas seulement le corps de l'enfant, sa morphologie ; elle modifie aussi son monde interne, ses représentations, ses affects, ses émotions, l'image de son corps et la place qu'il lui fait dans sa relation au plaisir [...] Ce n'est pas dire pour autant que l'adolescence est

¹⁶LE BRETON David, *op.cit.* 59

réductible au processus pubertaire, mais c'est insister sur le fait que le changement s'organise essentiellement autour du corps pubère et de la relation que le sujet peut créer avec lui. » (Birraux, 2013, p.17)

L'adolescent est également confronté à l'image d'un corps parfait que la société lui impose, notamment à travers les réseaux sociaux auxquels il est de plus en plus tôt exposé. Dans un article consacré au lien entre le corps et l'adolescence, David Le Breton nous parle d'un corps objetisé, qui doit correspondre aux normes de beauté pré établies, qui conditionnent l'adolescent à atteindre un idéal : « Les adolescents d'aujourd'hui n'auront, en vieillissant, aucune prévention à recourir aux techniques d'embellissement et de rajeunissement ; ils ont grandi dans le sentiment que le corps est un objet révocable dont l'apparence doit produire des effets spéciaux adéquats. »¹⁷ L'adolescent, à la recherche du corps parfait tel qu'il lui est représenté, peine à se sentir bien dans ce corps qu'il habite et qu'il tente d'apprivoiser. C'est à travers l'image qu'il renvoie qu'il vit et qu'il existe au regard des autres. Il cherche avant tout à être dans la norme. Le corps devient objet, et à travers lui l'adolescent s'exprime, souffrant de ses défauts qui deviennent des complexes et refusant la différence.

1.2.3 Quête de sensation et quête d'identité

Face à tant de questionnements et de bouleversements, l'adolescent est perdu et cherche à se sentir exister. Pour cela, passer par la sensation lui permet de sentir qu'à travers son corps, il est vivant. Beaucoup d'adolescents se passionnent pour le sport, et à travers une pratique intensive repoussent leurs limites et se connectent au réel, avec le corps en action, dont la transpiration et les courbatures témoignent de l'effort effectué : « Ces activités physiques et sportives des jeunes générations sont des manières de se sentir enfin réels, à travers les efforts physiques, la fatigue, la douleur, le pressentiment du danger. »¹⁸ En sollicitant son corps à travers un effort physique, l'adolescent gagne en confiance et s'ancre, laissant son conflit intérieur et ses préoccupations émotionnelles de côté. C'est son corps qui le rattache au concret et lui permet de se valoriser, grâce à la performance.

¹⁷LE BRETON David, *op.cit.* p.15

¹⁸LE BRETON David, *op.cit.* p.28

Si la pratique du sport est quelque chose de sain, bien que pratiquée à trop forte dose elle devienne dangereuse, l'adolescent peut être aussi amené à maltraiter son corps, toujours à la recherche de sensations pour se sentir exister. L'adolescence est connue pour être une phase de grande souffrance pour les jeunes, avec entre autres des troubles du comportement alimentaire, des dépressions, des scarifications...La relation de l'adolescent à son corps est donc sensible et conflictuelle.

Cette quête de sensation rejoint une quête d'identité, le jeune cherchant à savoir qui il est. La difficulté pour lui repose dans le fait d'accorder son intérieur avec son extérieur, et tant qu'il est dans cette phase pleine d'instabilité, de doute et d'expérimentation, il lui est difficile de trouver une réponse véritable. A cheval entre l'enfance et le monde des adultes, l'adolescent se retrouve dans un conflit identitaire, qu'il manifeste par le biais de son corps : « Le corps est le lieu du conflit interne, c'est le corps qui est le représentant, le témoin du conflit. C'est contre lui que vont se mettre en œuvre toutes les défenses dont dispose le jeune, dans une tentative de maîtrise du changement qui exprime la peur de grandir et le désir inconscient de rester enfant. » (Birraux, 2013, p.59)

1.2.4 Lien avec le réel

Au cours de cette phase, l'adolescent peut ressentir le fait d'être déconnecté du réel, tant ses sensations et ses émotions intérieures le coupent de ce qui l'entoure. Face à cette difficulté, il est nécessaire pour lui de trouver un moyen de rétablir le contact avec la réalité, et de s'y ancrer. Le travail de l'ancrage peut se faire au collège, notamment en cours d'éducation musicale, avec différents exercices corporels, que nous aborderons par la suite. C'est donc par le biais de son corps que l'adolescent peut retrouver cette connexion-là. Lorsqu'il maltraite son corps, notamment au niveau des atteintes à sa peau, c'est qu'il est dans cette recherche de lien avec le réel : « La peau est aussi un recours pour s'agripper au réel et ne pas sombrer. Quand tout se dérobe autour de soi, il ne reste que le corps pour ne pas disparaître [...] Les attaques à son égard (scarifications, abrasions, brûlures, coups, etc.) ou les quêtes de sensations souvent brutales sont des moyens de continuer à s'arrimer au réel, à le ressentir via le corps puisqu'il ne se donne pas par le sens. » (Le Breton, 2017, p.44)

2. Oser le geste

2.1 Le geste artistique dans l'apprentissage

2.1.1 Importance de la sensation et de la respiration

Pour solliciter son corps de la bonne manière et accéder à une dimension artistique, il est nécessaire d'aborder le sujet de la sensation. Nous avons vu précédemment qu'au cours de la phase de bouleversements physiologiques que traverse l'adolescent, ce dernier est à la recherche de sensations, qui pourraient le rattacher au réel. Le travail autour de la sensation artistique que nous pouvons lui proposer lors d'un cours d'éducation musicale est donc l'occasion de l'aider dans cette quête, et d'acquérir l'ancrage et la connexion au concret qui peuvent lui manquer.

Chantal Grosléziat, musicienne et pédagogue spécialisée dans la petite enfance s'intéresse à notre rapport à la sensation, qui est présente en nous depuis toujours, même avant notre naissance : « Déjà *in utero*, le bébé perçoit les rythmes physiologiques du corps de sa mère. Son propre rythme cardiaque bat plus vite et résonne en contrepoint de celui du cœur maternel. Des sons externes le renseignent sur l'alternance du jour et de la nuit. Les voix, les musiques émaillent son univers quotidien. [...] Au rythme ressenti par les mouvements de son propre corps, gestes des mains, balancements ou rebondis de son corps dès que la station assise le lui permet, il associe toutes sortes de sons vocaux, intonations, murmures, bruitages expressifs. Le son produit n'est jamais séparé du corps, tant au niveau de la perception que de la production. Le bébé entend les sons et en perçoit physiquement les vibrations.» (Grosléziat, 2010, p.89) Ainsi, les études nous montrent que la sensation est quelque chose de naturel, présent chez chacun de nous, et que notre connexion aux vibrations et aux rythmes de ce qui nous entoure se fait donc de manière innée.

D'un point de vue pédagogique, lorsqu'on a à disposition une matière comme la musique, qui passe essentiellement par les sens, avec les oreilles mais avec aussi notre pied qui va prendre la pulsation, ou bien notre tête qui va se balancer au rythme de ce qu'on entend, il paraît judicieux de l'utiliser pour aider les adolescents à prendre conscience de leur corps et de son potentiel artistique. Au-delà de ça, l'expérience de la sensation est également bénéfique au niveau de l'apprentissage, et génère des progrès dans le travail musical, comme le dit Dominique Hoppenot: « Une sensation juste et parfaite peut *dans l'instant* provoquer le résultat positif que des années de travail n'avaient pas réussi à obtenir et ouvrir la voie à d'infinis progrès. »¹⁹

La question est maintenant de savoir comment accéder à cette sensation, et comment en tant que pédagogue la transmettre de la bonne manière aux élèves, car la chose est plutôt abstraite et leur dire "écoutez vos sensations" ne suffira pas à les amener là où on le souhaite. La chose est délicate puisque cela se rattache à l'intimité, à la vision personnelle et individuelle de percevoir et ressentir les choses, il n'existe pas de sensation universelle. Dominique Hoppenot, pédagogue et musicienne s'intéresse à cette question et propose l'idée des images mentales comme aide à trouver la sensation juste pour chacun et chacune : « La sensation se trouve par des images mentales : Celui qui parvient à *vivre* des sensations doit savoir les retrouver et les solliciter à tout moment, les connecter librement aux images mentales correspondantes. A la simple évocation d'une image mentale issue du "stock" qui s'est constitué surgira alors la sensation qui lui est reliée, à la manière d'un réflexe : il faut réussir à créer les circuits où chaque image mentale appelle une ou plusieurs sensations, de façon immédiate. Les sensations peuvent désormais se combiner, s'affiner, et former des synthèses de plus en plus complexes donnant naissance à une sensation plus globale, concernant le corps tout entier dans toutes ses facultés. » (Hoppenot, 1981, p.79)

Cette idée d'image mentale semble pertinente à mettre en place dans une classe d'enfants ou d'adolescents, en raison de son côté ludique et de la place qu'elle laisse à l'imagination de chacun. Supposons que nous souhaitons au cours d'un travail d'expression par le corps exprimer le sentiment de joie. Il sera alors préférable d'inviter les élèves à penser chacun à quelque chose qui leur inspire ce sentiment plutôt que de proposer une image générale, qui ne parlera sans doute pas à tout le monde. D'autant plus que l'élève sera

¹⁹ HOPPENOT Dominique, *Le violon intérieur*, Editions Van de Velde, 1981, p. 70

davantage impliqué dans l'exercice si les choses lui parlent et s'il s'investit personnellement.

Si l'étape de la sensation est nécessaire pour accéder à la dimension artistique du corps, un autre élément est à prendre absolument en compte, celui de la respiration. Essentielle, elle est souvent non consciente tant elle est naturelle, et pourtant elle a un grand impact sur notre état, et donc sur l'état de l'élève : « Si la respiration est intérieure, profonde et calme, elle est le ressort d'une énergie vitale intarissable. Si en revanche elle est courte, mal placée ou inhibée, elle perturbe le métabolisme, paralyse le mouvement, bloque la relation entre le bas et le haut du corps et nous prive donc d'une communication réelle avec la richesse créative de notre inconscient. » (Hoppenot, 1981, p.165) Ceci souligne l'importance de mettre en place un travail autour de la respiration avec les élèves, dans le but de la conscientiser et de la maîtriser, en sachant que la gestion de sa respiration peut être d'une grande aide dans des situations stressantes tel que par exemple l'oral du brevet, auquel est confronté l'adolescent à la fin de son année de troisième.

Selon Suzanne Martinet, la respiration est essentielle à prendre en compte dans le travail artistique car elle est perçue comme un moyen d'expression : « La musicalité d'un artiste, qu'il soit danseur, peintre ou musicien, s'exprime à travers la respiration. »²⁰ De plus, le travail autour de la respiration a également d'autres bienfaits, notamment au niveau de la concentration, comme l'indique Dominique Hoppenot: « L'une des conséquences immédiates de la décontraction et de la bonne respiration est de nous permettre l'accès à la concentration. »²¹

2.1.2 L'équilibre corporel

Comment se définit l'équilibre corporel ? D'après Dominique Hoppenot, « L'équilibre, lui, est "l'état de repos d'un corps, soumis à des forces égales et contraires", comme le précise Littré. Cet état, d'où sont absentes l'agitation, la tension et la nervosité, est rarement le résultat d'un hasard, mais le fruit d'une profonde connaissance des lois qui régissent le corps. » (Hoppenot, 1981, p.34)

Si notre idée est d'amener les élèves à utiliser leur corps, il faut que ce dernier soit bien mis en place et bien positionné. L'idée d'équilibre corporel

²⁰ MARTINET Suzanne, *La musique du corps, expression par le mouvement*, Lausanne, 1991, P.87

²¹ HOPPENOT Dominique, *op.cit.* p. 174

implique donc d'être vigilant à ce que le corps ne soit ni trop relâché et détendu, ni trop crispé, car dans les deux cas il ne serait pas dans de bonnes conditions pour démarrer une activité artistique. Avant de commencer tout exercice avec des élèves, il est donc nécessaire de faire en sorte de les amener à cet équilibre, en passant entre autres par des exercices de respiration et la prise de conscience du corps dans l'espace ainsi que de son ancrage dans le sol. Les disciplines telles que le yoga, la méditation ou encore le tai-chi, qui se basent sur un travail lent et conscient du geste avec notamment l'aspect de visualisation, sont également intéressantes à mettre en place dans une classe, dans l'idée d'amener les élèves à découvrir la dimension artistique de leurs gestes.

Pour trouver cet équilibre corporel, il y a des endroits clés de notre corps, comme par exemple nos pieds : « L'équilibre se crée en premier lieu à partir des pieds. Ils prennent une part essentielle dans le juste accord de notre corps. On oublie parfois que ce sont les pieds qui portent le corps et lui donnent son élan et non le corps qui repose sur les pieds. Ceux-ci doivent prendre contact avec le plancher sur toute leur surface, de l'extrémité du talon à celle de l'avant - pied, en particulier grâce aux muscles des métatarses qui, par synergie, sont en relation avec tous les muscles du corps. » (Hoppenot, 1981, p.36) Pour prendre conscience des pieds, voilà un exemple d'exercice que nous pouvons proposer aux élèves, qui vise à mesurer si la distance entre les deux pieds est correcte : « On évalue parfaitement la distance entre les pieds à la façon dont on peut se balancer spontanément de l'un sur l'autre, sauter, et surtout marcher tout en conservant la stabilité générale du corps. »²²

Dominique Hoppenot nous parle également de cette importance d'être droit, en lien avec la notion d'ancrage que l'on peut avoir grâce aux pieds, et d'avoir ce fil invisible qui nous tient droit en verticale et qui est d'ailleurs la position recommandée pour les chanteurs : « Que nous jouions debout ou assis, notre équilibre se crée dans les deux cas à partir de la verticale du corps. Notre premier objectif sera d'établir un axe solide allant de la tête aux pieds. Un précepte japonais donne à mon propos sa véritable dimension : "Lorsque la verticale du corps est solidement fixée, l'esprit l'est également. C'est là que prennent leur essor le calme exempt de passion et la force intrépide". La fixation de la verticale n'est pas le résultat d'une immobilisation mais d'une

²² HOPPENOT Dominique, *op.cit.* p. 36

activité orientée sur des points très précis. » (Hoppenot, 1981, p.36) Une autre partie de notre corps joue un rôle essentiel dans cet équilibre : le dos. « Il est donc essentiel de rendre le dos aussi *présent*, aussi vivant, aussi souple que le reste de notre corps. Nous n'estimerons jamais assez son importance. C'est lui qui porte non seulement nos bras, mais aussi nos mains et les objets que nous tenons. » (Hoppenot, 1981, p.41) La prise de conscience du dos peut se mettre en place dans la classe avec déjà le fait de se redresser, et de faire des exercices par deux ou individuels qui consistent à placer la paume de la main au centre du dos, pour bien sentir cette verticale.

Si le fait de se tenir correctement et d'avoir le corps bien positionné sont des conditions favorables pour s'ouvrir à une dimension artistique dans le travail du geste, des études ont également montré l'importance de l'influence du corps sur l'aspect psychologique de la personne. En effet, corps et esprit sont liés et déteignent l'un sur l'autre, d'où l'importance d'une bonne position pour un bon état mental : « De plus, je l'ai observé à maintes reprises, une attitude consciente et tonique influence très favorablement le psychisme: le premier signe de dépression et de lassitude, tout comme la vieillesse, est le relâchement du dos. »²³ Cette information nous intéresse dans le cadre de l'enseignement, puisque grâce à un travail corporel nous pouvons contribuer à améliorer l'état intérieur des adolescents en face de nous. De plus, la notion de maîtriser son geste et d'avoir conscience de ses pieds qui assurent l'ancrage ainsi que de son dos qui joue sur la verticale du corps permet à l'adolescent de maîtriser sa posture et son langage non verbal lors de l'oral du brevet, mais aussi dans sa vie de tous les jours.

2.1.3 L'écoute active

Dans les classes d'éducation musicale, en plus du travail autour du projet musical qui demande aux élèves une participation vocale ou instrumentale, le travail autour de l'écoute de différentes musiques les invite également à solliciter leurs corps, avec ce qu'on appelle l'écoute active. L'idée est d'impliquer non seulement leurs oreilles mais leur corps tout entier dans le processus d'écoute, pour un meilleur apprentissage et une meilleure intégration des éléments sonores et rythmiques. Il y a de nombreuses activités

²³ HOPPENOT Dominique, *op.cit.* p. 42-43

que l'on peut mettre en place, comme par exemple frapper sur ses cuisses un certain rythme, lever la main quand on entend un motif qui revient, se lever de sa chaise quand on entend une certaine famille d'instruments... Ceci rejoint l'importance de la sensation que nous avons citée précédemment, en insistant sur le fait qu'un enfant mais aussi un adolescent a besoin de bouger et ne peut pas rester assis sur une chaise toute la journée, c'est pourquoi il est nécessaire dès que nous le pouvons de l'inviter à solliciter son corps.

Concernant l'efficacité de l'apprentissage, il s'avère que passer par le corps permettra à l'élève un meilleur apprentissage, car la notion est ancrée en lui. Elle n'est pas seulement apprise intellectuellement, elle est vécue. Par exemple, pour faire comprendre à un élève le principe du rythme du "*trecio cubano*" que l'on peut rencontrer dans une séquence sur la musique argentine, avec par exemple le *Libertango* d'Astor Piazzolla, il est plus judicieux de lui faire frapper le rythme plutôt que de lui expliquer que les deux premiers temps sont plus longs que le troisième. Il est d'ailleurs vivement conseillé de passer par l'expérience avant l'explication théorique. Si nous souhaitons leur faire comprendre la notion d'ostinato, il serait préférable de leur en faire frapper un, en même temps qu'une musique ou même sans, et leur expliquer ensuite : "Vous voyez ce que vous venez de frapper, ça s'appelle un ostinato." Ceci rend d'une part le cours plus vivant, et facilite l'apprentissage. Il est d'ailleurs intéressant de noter que dans l'apprentissage d'un chant ou d'un rythme, le geste du professeur suffit pour communiquer, il n'y a pas besoin de parole telle que "Répétez après moi" pour que les élèves imitent ce que le professeur est en train de faire. Par exemple, si le professeur commence à frapper un rythme avec ses mains en boucle, les élèves vont faire de même, sans qu'ils ne communiquent avec des mots.

Claire Lavédrine évoque dans son livre les différents mécanismes de perception, qui ne sont pas les mêmes pour tous les élèves. Si certains sont plus sensibles au niveau visuel et d'autres au niveau sonore, d'autres seront réceptifs à tout ce qui se rapporte au toucher, à la sensation. Il s'agit du profil kinesthésique : « (Ainsi, comme vous pouvez le constater, le profil kinesthésique englobe tout ce qui touche au ressenti, à la sensation et au corps d'une manière générale.) »²⁴ Pour ces élèves-là, l'écoute active est un formidable outil d'apprentissage, qui leur permet de concrétiser leur perception sonore à travers des gestes. Le cours d'éducation musicale est donc l'endroit idéal pour mettre le corps au service des apprentissages et des

²⁴ LAVEDRINE Claire, *op.cit.* p. 89

perceptions musicales, à travers l'écoute et la production sonore mises en lien avec des gestes.

2. Prendre connaissance de l'aspect artistique de son corps

2.2.1 La dimension artistique du corps dans les programmes

Au collège, la discipline qui est par définition amenée à solliciter le corps est le cours d'éducation physique et sportive. Dans les programmes, le travail autour du corps se retrouve dans les différentes compétences des cycles 3 et 4, avec par exemple le fait de « Développer sa motricité et apprendre à s'exprimer en utilisant son corps »²⁵ Mais au-delà de la simple dimension sportive, cette discipline met également en avant l'aspect artistique du corps et cherche à l'exploiter, à travers des compétences telles que « Utiliser le pouvoir expressif du corps de différentes façons » ou encore « Mobiliser son imaginaire pour créer du sens et de l'émotion, dans des prestations collectives. »²⁶ Ainsi, le cours d'éducation physique et sportive valorise le potentiel artistique du corps en proposant aux élèves des activités telles que la danse, la gymnastique ou encore les arts du cirque.

Cette approche artistique va encore plus loin, en proposant des projets interdisciplinaires avec entre autres le cours d'éducation musicale, permettant aux élèves d'expérimenter et d'approfondir les paramètres artistiques de leur corps, en lien avec la musique ou d'autres arts, dans le but de les rendre attentifs à leurs sensations et leur rapport à l'expression artistique. On retrouve dans les programmes du brevet des exemples de projets qui ont vu le jour grâce à ce genre d'alliance : « Corps et mouvement : arts du spectacle vivant (Street Art, danse, l'évolution du cirque, du traditionnel au contemporain) »²⁷ En lisant les programmes, nous avons pu observer qu'en plus du cours d'éducation physique et sportive, on accordait une grande place à la dimension corporelle dans le cours d'éducation musicale. Les deux grands

²⁵ Bulletin officiel de l'Éducation nationale, "Programme d'enseignement du cycle de consolidation (cycle 3) *Bulletin officiel n°31 du 30 juillet*, 30 Juillet 2020, p. 65

²⁶ Bulletin officiel de l'Éducation nationale, *op.cit.* p.53

²⁷ Bulletin officiel de l'Éducation nationale, "Programme d'enseignement du cycle des approfondissements (cycle 4), *Bulletin officiel n°31 du 30 juillet*, 30 Juillet 2020, p. 69

champs de compétences du cycle 3 et 4, à savoir la perception et la production musicale, mènent l'élève à travailler des compétences qui sollicitent son corps : « Toute activité musicale engage le corps, à la fois transmetteur et récepteur de musique. Le geste, vecteur de l'expression sensible, est mobilisé en permanence, qu'il s'agisse d'investir le champ de la production ou celui de la perception. »²⁸

A travers les diverses activités d'écoute, de création et d'interprétation musicale, l'élève sollicite son corps grâce au travail de recherche de sensations et d'écoute du son. Cette sollicitation peut se faire de manière consciente, mais il arrive que l'élève ne conscientise pas le fait d'utiliser son corps, ni tout le travail qu'il développe si l'on ne l'y rend pas attentif. Mais que le phénomène soit conscient ou non, les programmes nous montrent son importance: « Essentiel, ce lien entre corps et musique est systématiquement convoqué dans l'ensemble des pratiques musicales : pratiques vocales : chant, jeux vocaux (voix parlée, voix chantée) ; pratiques rythmiques, notamment en percussions corporelles ; pratique d'écoute : sollicitation du geste, du graphisme ; pratiques instrumentales : jeu sur de petites percussions ou des corps sonores ; mises en mouvement plus globales : déplacements, danses collectives, expression corporelle. » (Ministère de l'éducation nationale, 2016, p.1)

Avant tout, les programmes du cours d'éducation musicale insistent sur le fait que le corps est un outil essentiel à mettre au service de l'expression musicale, l'élément d'expression étant quelque chose que les professeurs tiennent à faire acquérir à leurs élèves, à travers les domaines de compétences du cycle 3 et 4 : « La qualité du geste vocal ou instrumental repose sur l'efficacité de la mobilisation corporelle. Celle-ci suppose un état de disponibilité physique et mentale, condition indispensable à l'expression musicale. »²⁹

Mais en plus de son rapport à l'expression, l'utilisation du corps nous amène encore plus loin concernant la pédagogie, en favorisant un élément indispensable quant à la qualité du cours et à l'épanouissement de l'élève : sa motivation. En effet, associé à quelque chose de ludique, amusant et agréable, l'utilisation du corps sous forme de jeu vocal ou d'écoute active permet à l'élève une expérience différente, qui favorise son enthousiasme. En plus de son pouvoir sur la motivation de l'élève, les programmes nous montrent que

²⁸ Ministère de l'Éducation nationale, (s.d.). *En éducation musicale, la mobilisation corporelle au service du geste musical*, p. 1

²⁹ Ministère de l'Éducation nationale *op.cit.* p. 2

la mobilisation du corps dans les cours d'éducation musicale contribue également à un meilleur apprentissage des notions. A travers l'action et la sensation, l'élève intègre bien plus concrètement les choses puisqu'il les vit, et son corps les mémorise : « Appréhender par la mobilisation corporelle les notions relatives, par exemple, à la dynamique, à la durée, au tempo, à l'organisation musicale, permet d'en assurer une intégration intériorisée et durable. »³⁰ L'importance de la sollicitation du corps est donc mise en évidence dans les textes officiels, puisqu'elle contribue également à l'épanouissement et au développement personnel de l'élève, chose indispensable à prendre en compte dans un contexte d'enseignement : « Toute situation d'éducation musicale doit ainsi privilégier l'engagement du corps, lequel participe en outre à la construction globale de l'enfant. »³¹

2.2.2 Passer du geste au geste artistique

Commençons par définir la notion de geste : « Pour ce qui est du geste, le grand dictionnaire terminologique de l'Office de la langue française (1997) le définit comme un mouvement du corps, de la tête, des membres ou des mains ayant une signification symbolique, comme le geste d'au revoir de la main. Bien que le geste soit aussi visible que le mouvement ou l'action, il a la particularité d'être expressif, tout comme le langage duquel il se différencie fondamentalement. Ainsi, McNeil (1992) affirme que si le langage est linéaire, segmenté et qu'il s'étend dans le temps, le geste, lui, est global, synthétique et spontané. » (Héroux, Fortier, 2014, p.22) Retenons la notion de spontanéité qui nous intéresse pour comparer cette définition à celle du geste artistique : « Ainsi, entendu dans ce sens, le terme de geste musical fait référence à l'intention ou à la direction musicale. »³² Voilà ce qui nous permet de distinguer le geste du geste musical, ce dernier est réfléchi et porte une intention, en lien avec la musique qu'il souhaite exprimer. Dans un livre consacré au geste musical, Claire Renard aborde le sujet du lien entre le geste et le son, et propose un exercice que nous pouvons mettre en place dans des classes au collège pour faire comprendre aux élèves le sens de faire comprendre aux élèves le sens du geste musical : « Les enfants sont debout,

³⁰ Ministère de l'Éducation nationale *op.cit.* p.3

³¹ Ministère de l'Éducation nationale *op.cit.* p. 3

³² HÉROUX Isabelle, FORTIER Marie-Soleil, "Le geste expressif dans le travail d'interprétation musicale", *Quand la musique prend corps*, Presses de l'Université de Montréal, 2014, p.22

en rond ; ils s'envoient l'un à l'autre, une balle imaginaire, une balle de son. En même temps qu'ils font un geste, ils font un son correspondant à la trajectoire de la balle. »³³ Mettre ainsi en lien le geste et le son permet d'insister sur le fait qu'ils sont non seulement reliés mais qu'ils ont une influence l'un sur l'autre, en effet : « La qualité du son dépend donc de la qualité du geste. »³⁴ Lors de la mise en place d'un travail artistique avec les élèves, il est donc important de faire ressortir cet élément, avec un travail précis et appliqué sur les gestes qui rendront la production sonore meilleure.

Pour explorer davantage cette notion de geste, nous pouvons mettre en place des exercices qui permettent aux élèves d'utiliser uniquement leur corps comme moyen d'expression, ceci leur permettant de prendre conscience de son pouvoir. Dans son livre consacré à l'expression par le mouvement, Suzanne Martinet propose une expérience intéressante que nous pouvons mettre en place dans une classe. Se rapprochant du mime, l'idée est qu'un élève, portant un masque, fasse deviner aux autres un sentiment (tristesse, joie, peur...) uniquement avec son corps, le masque cachant son visage et donc son expression faciale. Mais le corps peut également se mettre au service de la musique et contribuer à son expression. La dimension artistique du geste peut se concrétiser davantage avec la mise en place d'activités de création telles que le chant signe, que l'on peut associer au texte d'une chanson, et dont les gestes vont illustrer la musique, à l'image d'une chorégraphie.

Ce genre d'activité offre deux paramètres intéressants à exploiter au niveau artistique, celui de la réflexion avec la création de gestes associés aux mots, et celui de la réalisation avec le travail de répétition et de mémorisation, qui sont les deux phases de la mise en œuvre du chant signe. Ce genre de réalisation permet à l'élève de développer des capacités au niveau de la coordination avec l'importance de faire les bons gestes au bon moment, et d'être ensemble, afin d'obtenir un résultat qualitatif et artistique. Si le travail est correctement mis en place et que les élèves s'appliquent, le rendu peut faire beaucoup d'effet visuellement. Il y a une certaine beauté dans la synchronisation des mouvements, qui apportent quelque chose en plus à la musique et peuvent rendre la performance davantage émouvante. Le chant signe est quelque chose de fréquemment mis en place dans les classes de

³³ RENARD Claire, *Le geste musical*, Tours, Van de Velde, 1982, p.40

³⁴ RENARD Claire, *op.cit*, p.85

collégiens, que ce soit dans le cadre d'un exercice ou bien dans la réalisation d'un spectacle. A travers cette expérience, les élèves peuvent utiliser leur corps au service d'un projet artistique, qui leur fait travailler la rigueur et la précision, mais aussi la souplesse et la grâce. C'est également une manière de leur faire vivre quelque chose d'inhabituel, qui les sort de leur quotidien et les valorise, au regard d'eux-mêmes mais aussi des autres qui les voient sur scène. L'expression corporelle est donc un fabuleux outil pédagogique, puisqu'elle favorise à la fois « Le développement de la personne, le développement mental, le développement artistique. »³⁵

³⁵ MARTINET Suzanne, *op.cit*, p.20

3. Exemples concrets mis en oeuvre

3.1 Mettre son corps au service d'un apprentissage musical

Au cours d'un stage effectué dans le cadre de notre première année de Master, nous avons pu approfondir ce questionnement sur la place du corps dans l'enseignement artistique en allant dans les classes d'éducation musicale d'un collège, avec comme projet d'expérimenter plusieurs aspects de la mise en pratique de la relation de l'élève à son corps. Tout d'abord dans un but pédagogique, afin d'observer comment un élève réagit lorsque son corps est sollicité, et surtout comment l'appréhender pour qu'il se sente en confiance et qu'il trouve sa place parmi les autres. Ce fût aussi l'occasion d'aborder l'aspect artistique de cette démarche, avec la mise en avant de la créativité et de l'imaginaire, chose que le cours d'éducation musicale permet de faire. L'aspect ludique de cette démarche et la manière dont elle a été présentée aux élèves a permis à ces derniers d'aborder cette expérience sous forme de jeu, avec comme consigne de trouver des gestes qui pourraient illustrer les paroles d'une chanson, avec à la clé le défi en un seul cours de monter quelque chose et de le filmer à la fin, ceci mettant donc les élèves naturellement en action, avec la volonté d'aller au bout de l'expérience et de réussir ce défi. Il a été important de prendre en compte l'âge de ces élèves, et d'adapter le projet en conséquence. En effet, plus l'élève est jeune, plus il est susceptible d'être réceptif à l'aspect ludique d'une expérience qui pourrait au premier abord le mettre mal à l'aise puisqu'il s'agit de solliciter et de mettre en mouvement son corps. Il est donc important de bien penser la manière dont l'activité est présentée, et de la rendre attractive pour déguiser le côté difficile et expérimental de la chose.

Il semble évident que face à un élève, il est nécessaire d'y aller doucement, de l'appivoiser, surtout sur un sujet aussi sensible qu'est sa relation avec son corps, afin de ne pas le braquer. Plutôt que d'annoncer de manière linéaire et académique le déroulement du processus, il est préférable de faire croire à une certaine spontanéité, et de faire croire à la classe que les idées du projet viennent au fur et à mesure, ceci rejoignant l'idée d'un jeu, et rendant la chose davantage simple et fluide : "Tiens, voilà un chant amusant

que nous pourrions chanter. Regardons les paroles, tiens comment pourrait-on illustrer par des gestes les mots suivants ?”

Afin de commencer en douceur, il a donc été question dans un premier temps de chanter, tous ensemble “*L’inspecteur mène l’enquête*”. De nature amusante et légère, ce chant permet d’aborder l’expérience de manière agréable et de susciter l’enthousiasme des élèves. Un accompagnement au piano enjoué et jazzy ajoute à ceci davantage de légèreté. Après avoir abordé la notion de geste et de création, les élèves ont semblé dans un premier temps quelque peu inquiet, avec comme première question “On devra le faire devant tout le monde ?” Cette première réaction a confirmé l’idée que dès que le corps est sollicité, l’élève peut ressentir un certain malaise ou une certaine crainte face au regard des autres. La chanson comportant trois couplets, ce fut l’occasion pour les élèves de travailler en trois groupes, chacun s’occupant d’une partie. Deux choses furent intéressantes à observer à partir de là. Tout d’abord au niveau des premières réactions face à l’activité proposée : tandis que certains élèves se sont lancés avec enthousiasme dans l’action, avec déjà des idées et des directives, d’autres se sont montrés plus en retrait et dans la retenue. Il est également intéressant d’observer que les élèves ont organisés eux-mêmes les groupes, se répartissant par affinités mais également sans se mélanger, les filles d’un côté, les garçons de l’autre.

Une fois l’activité lancée, il a été surprenant de constater de manière générale beaucoup d’enthousiasme de la part des élèves à faire ce qu’il leur était demandé, mais également une grande facilité à trouver des gestes adaptés aux paroles de la chanson. Claire Lavédrine, que nous avons cité en première partie, parle de l’importance du mouvement dans les apprentissages, en insistant sur le fait que l’enfant a besoin de bouger : « Bouger peut-être un atout, cela ne devrait pas toujours être considéré comme un frein. Or nous cherchons souvent à contenir le corps de l’enfant qui doit rester le plus possible immobile. »³⁶ Ainsi, proposer à un élève une activité qui lui permet d’être en action sera forcément bénéfique, compte tenu de ses besoins.

Après les premières idées qui fusaient, c’est lors de la conception et de l’organisation des gestes que les premières difficultés sont apparues, ceci mettant en évidence la difficulté de travailler en groupe, et pour chaque élève de trouver sa place quand on est à plusieurs. Là aussi, les différents caractères des élèves se sont davantage révélés, certains donnant des directives et s’important tant dans leur enthousiasme de bien faire qu’il fut parfois difficile

³⁶ LAVEDRINE Claire, *op.cit.* p. 279

de s'entendre. Le professeur à ce moment-là s'est révélé indispensable pour coordonner les idées et intervenir dans les groupes pour éclaircir les malentendus et résoudre les difficultés rencontrées, avec comme rôle celui de médiateur, laissant la parole à chacun à tour de rôle pour que tout le monde puisse être entendu.

S'il y a eu des difficultés qui sont apparues lors de la mise en place du travail, elles se sont résolues et dissipées lors de la mise en action. En effet, dès lors que les élèves ont sollicité leurs corps et sont sortis de la réflexion, les choses se sont avérées plus fluides. Le fait de passer par l'expérience du corps et de laisser de côté l'action intellectuelle pure s'est avéré bénéfique quant à la gestion de conflits dus à des traits de caractère.

Les élèves se sont mis en cercle pour apprendre les gestes et ensuite les exécuter tous ensembles. Les choses ont avancé assez vite en raison d'une conduite dynamique de l'apprentissage, toujours dans un esprit ludique, et les élèves faisant preuve d'enthousiasme n'ont rencontré aucune difficulté à se prêter au jeu et mettre son corps au service de la chanson. Si la pratique du chant en début de séance s'était avérée discrète, en raison de la timidité de certains élèves, il a été surprenant et réjouissant de voir que lors de la chorégraphie, les élèves chantaient, certains sans s'en rendre compte, même s'il ne leur avait pas été donné comme consigne de chanter. A première vue, il a semblé que le fait de chanter les aidait à retenir les gestes. En effet, lors de l'élaboration de la chorégraphie, ils s'étaient basés sur le texte, et le fait de les restituer lors de l'exécution des gestes montrait que consciemment ou inconsciemment, ils avaient associé les deux. Il a été aussi surprenant de constater qu'ils avaient rapidement appris le texte par cœur, lors de la répétition et l'apprentissage des gestes. Était-ce les gestes qui les avaient aidés à apprendre le texte, ou l'inverse ? En tout cas, il a été frappant de voir la facilité et la fluidité de cet exercice.

Cette expérience nous montre que rajouter des gestes à un texte ou une chanson ne rend pas la chose plus difficile. En effet, il peut paraître naturel de se dire que rajouter des éléments dans l'apprentissage de quelque chose complique tout, en raison de l'addition des consignes et des éléments à enregistrer pour l'élève. Mais il nous a été ici démontré qu'au contraire, associer des gestes ne complique en rien la tâche, cela la rend plus facile. Si les élèves n'ont pas conscientisé le processus en se rendant compte de ce qu'ils faisaient, ils ont pu voir avec du recul qu'en quarante-cinq minutes ils ont appris par cœur une chanson et une chorégraphie, de quoi booster leur estime vis à vis d'eux-mêmes et leur donner confiance quant à leurs capacités.

Si les premières réactions des élèves ont été de l'appréhension face à un tel défi, il en est ressorti une grande fierté à la fin, avec comme envie de montrer ce qu'ils avaient réussi à faire aux autres.

Si la mise en place d'éléments corporels au service d'un chant aide à son apprentissage, il en est ressorti un autre élément, cette fois-ci bien plus lié à l'élève ainsi qu'à sa relation à lui-même et aux autres. En effet, dans le contexte d'un collège, il est important de prendre en compte l'élève en tant qu'individu, sa personnalité, ses faiblesses, et d'être attentif à la place qu'il occupe au sein d'un groupe. Face à un tel exercice, il a été montré que tous les élèves n'ont pas réagi de la même manière, pourtant les choses se sont équilibrées au fur et à mesure et ils ont avancé de manière égale dans le projet, avec une certaine homogénéité et complémentarité, les points forts de certains compensant les points faibles d'autres. Le mot "collectif" a pris tout son sens, avec chaque élève et sa personnalité au service d'un projet commun. D'un point de vue plus personnel, cette expérience semble avoir poussé chaque élève à se dépasser, voir à se révéler pour certains, avec une élève extrêmement timide qui a osé participer et se faire entendre pour la première fois, un élève d'habitude perturbateur et bavard qui s'est montré irréprochable, sage et moteur, ou encore un élève mal dans sa peau, qui d'habitude reste dans son coin s'est montré heureux de faire l'exercice et surtout content. Il semble que cette expérience du chant et du geste ait apporté beaucoup de bénéfices quant à la relation de l'élève avec lui-même, ce qui est une chose essentielle dans le domaine éducatif.

La mise en pratique du corps au cours de cette expérience a également eu un grand rôle à jouer concernant l'aspect artistique de la démarche. Par le biais du corps, l'élève a pu développer son imaginaire et sa créativité, dans le but d'arriver à une performance artistique finale. A l'image d'une chorégraphie de danse, il a cherché à bouger en synchronisation et à accorder ses mouvements avec ceux des autres élèves. La volonté d'obtenir un résultat final de qualité a poussé l'élève à travailler ses mouvements et les répéter jusqu'à ce qu'il en soit satisfait. Cette exigence ajoute à l'expérience une qualité artistique qui porte également ses bénéfices sur la qualité du chant, puisque comme nous avons pu le voir à travers les précédents ouvrages, le lien entre le geste et la voix est étroit, et donc la qualité corporelle engendre une qualité vocale : « Prendre conscience de sa voix c'est nécessairement prendre conscience de son corps. Les deux sont intrinsèquement liés et ce que

votre corps communique, votre voix le communique aussi. »³⁷ Ainsi, dans n'importe quel cours d'éducation musicale, il semble judicieux de solliciter le corps dans le travail du projet musical.

A travers le chant, l'écoute de l'autre, le geste et la coordination, éléments qui se rattachent aux deux grands domaines de compétence du programme d'éducation musicale, à savoir percevoir et produire, l'élève peut mûrir sa relation à son corps, aux autres, gagner en confiance et accéder à une dimension artistique. Voilà donc ici la preuve que le corps a bien un rôle à jouer dans l'éducation, qu'il est complémentaire et sa mise en pratique est essentielle.

3.2 Illustrer une musique avec son corps

Ce stage fut également l'occasion pour nous d'expérimenter un autre travail autre du corps, cette fois-ci avec une classe d'élèves plus âgés. Souhaitant faire une toute autre activité que ce que nous avons réalisé précédemment, l'expérience fut proposée à des quatrièmes, l'intérêt étant également d'observer la différence de réaction face à la mise en pratique du corps entre des élèves encore enfants et des adolescents. Ainsi, il leur a été demandé de se diviser en quatre groupes et de faire deviner une musique aux autres, uniquement avec des gestes. Étant conscients de la difficulté de l'exercice, il nous a semblé nécessaire de conserver l'aspect ludique que nous avons déjà utilisé lors de l'expérience précédente, et de présenter cette activité sous forme de jeu, avec l'objectif d'arriver à faire deviner à quel groupe correspondait chaque musique. Nous leur avons proposé des musiques bien différentes les unes des autres (une reprise acapella du *Claire de lune* de Debussy, le final du film *Babylon* dont la musique a été écrite par Justin Hurwitz, *l'Étude no.2 op 76* de Jean Sibelius, *La marche funèbre* de Frédéric Chopin reprise par une harmonie) avec des caractères distincts (rêveur et paisible, dynamique et proche de la techno, vif et léger, dramatique et lent) pour qu'ils n'aient pas trop de difficulté à trouver des idées de gestes, et surtout que les gestes ne se ressemblent pas. Nous avons ajouté un cinquième extrait *Take five* de Dave Brubeck pour qu'ils ne devinent pas par déduction

³⁷ LAVEDRINE Claire, *op.cit.* p. 255

avec quatre musiques associées à quatre groupes, mais qu'ils se concentrent bien sur les gestes.

La réaction et l'attitude des élèves face à cette expérience fut bien différente de celle des 6èmes. Nous avons pu clairement constater qu'entre l'enfant et l'adolescent, le rapport à son corps et au regard des autres n'était pas du tout le même. Si l'enfant va plus naturellement solliciter son corps au service de l'exercice, se concentrant plus sur l'objectif et l'aspect ludique que sur son rapport au corps en lui-même, l'adolescent lui se verra d'emblée freiné dans l'action par la gêne d'exposer son corps aux yeux des autres. En ayant conscience de la difficulté que pouvait représenter cet exercice pour certains, nous avons choisi d'utiliser l'élément du groupe comme un soutien et non comme un obstacle, en insistant sur le fait qu'être à plusieurs pour faire cet exercice rendait le passage devant les autres moins difficile, l'adolescent n'étant pas seul face aux autres. Dans son livre consacré à l'expression par le mouvement, Suzanne Martinet insiste sur les bienfaits du travail en groupe : « Le groupe permet de se situer par rapport aux autres, de prendre conscience de ses besoins et de ses rythmes intérieurs. Il sert de miroir et de vérification par rapport à ce que l'on cherche à exprimer. »³⁸

Malgré l'appréhension du regard des autres, les élèves ont fait preuve d'enthousiasme et de motivation face à ce qui leur était demandé. Nous avons pu observer que les différents groupes n'ont pas avancé dans le travail à la même vitesse, certains bloqués par le fait de passer devant les autres, d'autres par la difficulté à trouver des gestes. Lors de l'élaboration du travail et de la présentation devant la classe, il nous est apparu le fait qu'il était compliqué pour ces adolescents d'utiliser leur corps dans sa totalité. En effet, ils ont pour la plupart utilisé leurs mains, ou bien imité les instruments qui étaient entendus dans la musique, par exemple le piano ou la trompette, certains ont même imité l'orchestre qui jouait avec le chef d'orchestre. Ceci nous a montré qu'il était plus facile pour eux de passer par les choses concrètes que leur suggérait la musique, plutôt que par les sensations ou les émotions qu'elle pouvait transmettre à travers son caractère.

Le bilan de l'expérience fut très positif, avec un bel esprit d'équipe et une entraide entre chacun, les plus assurés entraînant les plus timides. Les idées de gestes ont été cohérentes et intéressantes et visiblement bien pensées puisque les élèves ont réussi à deviner quasiment toutes les musiques à travers les performances.

³⁸ MARTINET Suzanne, *op.cit*, p.269

Il nous fut pertinent de demander un retour sur l'activité aux différents groupes, et les réponses variées nous ont montré l'importance de la diversité au sein d'une classe et la différence de vécu face à la même expérience : « C'était malaisant. » « C'est une activité créatrice et ludique. » « C'est une expérience utile qui nous permet de développer notre sens de réflexion et de coopération. » « C'est une activité qui sort de l'ordinaire et ça c'est cool ! Mais c'était compliqué. » « C'était facile et très bien. C'était drôle et sympa. Nous avons trouvé cet exercice amusant et éducatif sur la musique. » « On a eu une chanson plutôt calme qui nous fait penser à des vagues. La musique nous a bercé et donné envie de dormir. »

Cette expérience nous a permis de faire le lien avec des éléments énoncés précédemment, notamment concernant le rapport de l'adolescent à son corps. Les travaux de David Le Breton et Annie Birraux nous alertaient déjà à propos du malaise présent à l'adolescence, de la difficulté à prendre possession de ce corps en plein changement et d'affronter le regard des autres. Le langage corporel dont nous avons souligné l'importance précédemment a ici joué un grand rôle révélateur de l'état intérieur des adolescents. Le malaise et l'appréhension qu'ils ont pu ressentir se sont traduits à travers leur corps, déjà par leur posture qui manquait d'ancrage et de calme, par leur regard fuyant et quelque fois baissé, mais aussi par des rires nerveux ou l'envie de se cacher derrière les autres. Certains au contraire, ont fait preuve d'une attitude corporelle stable et ancrée, témoin d'un état intérieur serein.

Si le paramètre de la difficulté du rapport de l'adolescent à son corps est ressorti dès le départ, cette expérience a néanmoins prouvé qu'elle pouvait conduire à un dépassement de cet état intérieur en procurant à l'adolescent un sentiment de fierté d'être allé jusqu'au bout et d'avoir osé. Comme nous avons pu le voir auparavant à travers différents ouvrages et ici avec cette expérience, le corps est un merveilleux outil qui aide à évoluer, mais également à développer l'imaginaire, à affronter le regard des autres, à travailler en groupe et se coordonner. Sa mise en place est un moyen ludique de conduire l'adolescent à se positionner dans l'espace, d'exister au regard des autres, mais également de se découvrir autrement et de gagner en confiance. C'est également l'occasion d'ouvrir un accès à la culture musicale, avec la découverte de nouvelles musiques étudiées de façon originale, à travers l'utilisation du corps. Tous ces éléments observés au cours de l'expérience correspondent à ce qui est dit dans le programme d'éducation musicale, où il est rappelé l'importance de la mise en place du corps dans les cours, ainsi que tous les bienfaits sur les élèves qu'elle procure : « Bien

souvent, la pratique vocale et, plus largement, toute mobilisation corporelle procurent un sentiment de satisfaction et de réussite. Le plaisir du geste répété et progressivement mieux maîtrisé contribue à l'épanouissement de l'enfant, engendrant bien-être émotionnel, aisance corporelle, confiance en soi. Ainsi se créent les conditions d'une motivation renouvelée qui favorise la construction des apprentissages, l'enrichissement de la motricité et l'engagement dans l'expérience artistique. » (Ministère de l'Éducation nationale, 2016, p.3)

CONCLUSION

A travers ce mémoire, nous nous sommes penchés sur la question de la place du corps dans l'enseignement, et plus particulièrement dans les classes d'éducation musicale. L'exploration des différents paramètres pédagogiques et artistiques que possède le corps nous a permis de constater qu'il a bien un rôle à jouer dans le domaine éducatif, à condition d'être correctement mis en place. Il nous a semblé nécessaire de consacrer une partie de ce mémoire à l'étude du corps de manière générale, avec ses différents mécanismes de perception et de communication avant d'aborder la dimension artistique. Nous nous sommes particulièrement intéressés au corps du professeur et à celui de l'élève, pour comprendre comment la dimension corporelle existe au sein d'une classe, et comment elle peut être sollicitée. Dans le cadre de notre problématique qui se penchait sur la place du corps dans le cours d'éducation musicale, il a été fondamental d'élargir nos recherches et de s'intéresser à la dimension artistique, avec l'étude du geste musical et de la mise en place d'expériences corporelles à visées artistiques. Ces recherches nous ont permis de constater qu'à travers la mise en place du corps dans le milieu scolaire, l'élève peut non seulement découvrir son potentiel artistique et gagner en confiance en lui, mais également se réconcilier avec un corps qu'il peut avoir du mal à reconnaître et à habiter, ainsi que gagner en facilité dans l'apprentissage musical fait en classe. Ces éléments apportent à l'élève l'occasion de se dépasser, de mûrir, et lui donnent des outils dont il pourra se servir toute sa vie, notamment au niveau de la maîtrise de sa posture et de la conscience de son langage corporel.

REMERCIEMENTS

Je tiens à remercier Monsieur Pierre-Emmanuel Lephay pour son encadrement bienveillant et pour ses conseils tout au long de la phase de travail, qui m'ont permis d'adopter une réelle réflexion pédagogique et artistique dans la démarche de recherche

Je remercie également mes tuteurs de stage, Monsieur Guillaume Burgmeier et Madame Muriel Courtot grâce à qui j'ai pu mettre en place des expériences en lien avec mon sujet de mémoire avec les élèves du collège Saint André à Colmar. Merci également pour les nombreux temps d'échanges enrichissants qui ont nourri mon travail.

Un grand merci à mon entourage pour la relecture, les conseils et le soutien tout au long de l'année.

BIBLIOGRAPHIE

- BIRRAUX Annie, L'adolescent face à son corps, Editions Albin Michel, 2013 Boeck Supérieur, 2018
- GROSLÉZIAT Chantal « Le corps en musique », *Spirale*, 2010, n°56
- HÉROUX Isabelle, FORTIER Marie-Soleil, « Le geste expressif dans le travail d'interprétation musicale », *Quand la musique prend corps*, Presse de l'université de Montréal, 2014
- HOPPENOT Dominique, *Le violon intérieur*, Editions Van de Velde, 1981
- LAVEDRINE Claire, *Assumer son autorité et motiver sa classe*, Editions De Boeck Supérieur, 2018
- LE BRETON David, *Corps et adolescence*, Fabert Eds, 2017
- MARTINET Suzanne, *La musique du corps, expression par le mouvement*, Lausanne, Signal, 1991
- RENARD Claire, *Le geste musical*, Tours, Van de Velde, 1982.

SITOGRAPHIE

- Bulletin officiel de l'Éducation nationale, « Programme d'enseignement du cycle de consolidation (cycle 3) » *Bulletin officiel n°31 du 30 juillet 2020*
https://cache.media.education.gouv.fr/file/31/88/7/ensel714_annexe2_1312887.pdf
- Bulletin officiel de l'Éducation nationale, « Programme d'enseignement du cycle des approfondissements (cycle 4) » *Bulletin officiel n°31 du 30 juillet 2020*
https://cache.media.education.gouv.fr/file/31/89/1/ensel714_annexe3_1312891.pdf
- Le coeurdonnier de Soprano, en langue des signes, consulté le 28 Mai à 16h
https://www.youtube.com/watch?v=-BogcKh2lxY&ab_channel=PolévocalVictorhugo

Ministère de l'Éducation nationale, de l'Enseignement supérieur et de la
Recherche, *En éducation musicale, la mobilisation corporelle au
service du geste musical*, Mars 2016
<https://eduscol.education.fr/document/14296/download>

POIROT Thibaut, « Le corps du professeur est un instrument de travail », *Le
Monde* 2019 [https://www.lemonde.fr/education/article/2019/03/04/le-
corps-du-professeur-est-un-instrument-de
travail_5431255_1473685.html](https://www.lemonde.fr/education/article/2019/03/04/le-corps-du-professeur-est-un-instrument-de-travail_5431255_1473685.html)

Une chorégraphie Originale par Sadeck Waff, consulté le 28 Mai à 16h00
https://www.youtube.com/watch?v=Gy431WuEQ_U&ab_channel=