Module 1 : Faciliter les percussions corporelles auprès des publics vulnérables

Parce qu'il est plus facile d'apprendre avec du plaisir et de la joie, cette formation mise sur la force du jeu, de l'écoute et de la créativité partagée.

Créer du lien social par la musique, c'est aussi **agir concrètement pour une société plus inclusive**.

Une formation inclusive pour créer du lien par la musique

Cette formation invite à explorer les percussions corporelles, vocales, et la musique avec les objets comme outils d'expression, de connexion et de médiation. Elle vise à favoriser la rencontre, l'inclusion et l'accompagnement des personnes vulnérables à travers des pratiques musicales simples, ludiques et accessibles à toutes et tous.

🎵 **Apprendre à animer des ateliers musicaux auprès de différents publics :**

- Jeunes enfants et adolescents (à partir de 3 ans)
- Jeunes ou adultes en situation de fragilité sociale ou de handicap

👫 **PUBLIC CONCERNÉ**

- Adultes de tous âges et de tous horizons
- **Accessibilité :** personnes en situation de handicap, nous contacter pour en discuter

🎵 **PRÉ-REQUIS**

- **Aucun prérequis musical**
- Ouvert à **toute personne curieuse** de découvrir les percussions corporelles

📘 **Supports pédagogiques fournis**

- Un **carnet de bord complet**, regroupant le contenu de la formation
- Des **tutoriels vidéo** accessibles à tout moment, pour continuer à pratiquer en autonomie

🎯 Objectifs de la formation

- **Transmettre des techniques de jeux de percussion corporelle**, adaptables à une grande diversité de publics : personnes valides ou en situation de handicap.
- **Constituer un répertoire de jeux musicaux variés**, incluant :
  - Des jeux de connexion et de brise-glace
  - Des sons et mouvements corporels
  - De la musique créée avec des objets du quotidien
- **Développer la qualité relationnelle** des participant·es avec leurs élèves, résidents ou patients, en utilisant la musique corporelle comme outil de lien, d'écoute et de présence.

✅ À l'issue de la formation, les participant·es seront capables :

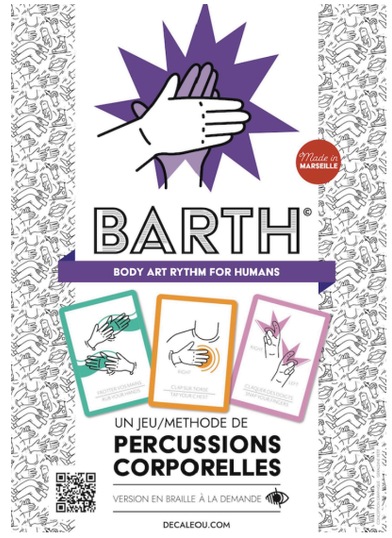
- **D'animer des ateliers de percussions corporelles, vocales et musicales** auprès de publics vulnérables (enfants, adolescents, adultes en difficulté ou en situation de handicap)
- **D'utiliser des jeux rythmiques simples et ludiques** comme leviers de lien, d'écoute et de stimulation sensorielle
- **De favoriser la créativité, l'expression et les compétences rythmiques** des participant·es, à travers des pratiques musicales accessibles et adaptées à leurs besoins spécifiques
- **De proposer des temps collectifs bienveillants** qui renforcent la cohésion, l'estime de soi et la relation à l'autre par la musique corporelle

🎯 Objectifs généraux de la démarche pédagogique

Les **percussions corporelles** sont une forme d'expression musicale consistant à produire des rythmes ou des mélodies **avec le corps comme instrument**. Cette pratique met en valeur la **dimension rythmique du mouvement**, transformant les gestes du quotidien en **langage musical**.
Elle permet de développer des **ressources internes précieuses** :

- 🎯 Concentration
- 👐 Coordination
- ↔️ Latéralisation
- 👁️ Focalisation de l'attention
- 🌟 Confiance en soi & lâcher-prise
- 💛 Respect de soi (écoute du corps, respiration, douceur).
- 😊 Joie et plaisir de jouer avec son corps

🎁 Chaque participant·e repart avec un exemplaire de *Barth le Jeu*, un outil ludique et pédagogique pour animer des ateliers de percussions corporelles



🗓️ Programme de la formation

Jour 1

Outils essentiels pour une transmission confortable et ludique

🎵 Stimuler l’écoute de soi, du groupe, et le plaisir d’être ensemble

🤝 Développer l’écoute du partenaire, la réactivité, la confiance et la complicité

🌀 Comprendre les bases musicales : pulsation, cycles, rythmes, contretemps

🧠 Travailler la dissociation des mouvements (haut / bas du corps)

👣 Ressentir les mesures et structurer une perception globale du rythme

📄 Créer une partition simple à partir des sons corporels et d’objets sonores

🔍 Explorer les sons corporels essentiels et le potentiel musical des objets du quotidien

🎨 Encourager la prise de conscience du potentiel créatif des publics

Jour 2

Outils évolutifs et adaptables à différents publics

🔗 Expérimenter des jeux de connexion rythmique et apprendre une partition collective

🎶 Approfondir l’apprentissage d’une séquence rythmique structurée

💬 Favoriser le lien, la complicité et l’interaction entre les participant·es

👂 Renforcer l’écoute, la concentration et le plaisir de jouer ensemble

🔄 Acquérir un support adaptable pour inventer des rythmes pairs et impairs

⚖️ Travailler la latéralité, la posture et les appuis au sol

🧩 Construire une séance musicale adaptée à son public

🗣️ Transmettre une partition mêlant voix, percussions corporelles et interactivité

📚 Consolider ses outils pédagogiques pour mieux transmettre