

MAÎTRISER LA LANGUE ET PRENDRE CONSCIENCE DE SON CORPS AVEC LE YOGA

Cycles 1 et 2

À quoi ça sert ?

Cette ressource propose d'utiliser l'apprentissage des postures de yoga comme support pour développer des compétences langagières, découvrir et lire des écrits fonctionnels, mieux connaître son corps.

15 postures basées sur des vidéos avec de courts scénarios, permettent aux enfants de découvrir et imiter des postures liées au monde animal ou aux éléments naturels.

Elle vise un **double objectif** :

- tirer bénéfice de l'apprentissage du yoga pour amener les élèves à **se concentrer, se détendre**, canaliser leur énergie mais aussi augmenter leur **capacité d'écoute**, d'observation
- **développer des compétences** des programmes en français



Comment ça marche ?

À travers les **parcours proposés**, les élèves utilisent l'oral pour apprendre, en participant à des **tâches langagières collaboratives** pour **décrire, argumenter, justifier, expliquer, raconter...**

Ils comprennent et **mémorisent du vocabulaire, structurent leur syntaxe.**

Ils se trouvent également confrontés à des écrits fonctionnels permettant, pour les plus jeunes, d'en découvrir **la fonction et l'usage** et, pour les plus âgés, d'**exercer la lecture et l'écriture.**

Les élèves liront aussi des écrits documentaires pour connaître leur corps ou pour être sensibilisés aux notions d'hygiène et de santé.

Par qui ?

Les auteurs sont des enseignantes formatrices chevronnées, spécialistes des apprentissages premiers.

