

## Activité de transition – de rupture

### Qu'est-ce qu'une activité de transition – de rupture ?

*« Les activités de transition sont habituellement des activités simples et courtes qui servent de lien et de tampon entre deux activités plus longues. Il s'agit d'intermédiaires régulateurs qui ponctuent la journée.*

*Une bonne transition doit servir de lien entre les activités ; elle respecte le plus possible le rythme des enfants en plus d'être facile à mettre en place. Elle requiert peu ou pas de matériel tout en encourageant la participation de l'autonomie des enfants en fonction de leur stade de développement. La transition sert à maintenir l'harmonie dans l'enchaînement des activités. En planifiant adéquatement et en agrémentant les temps de flottements, on limite le désordre et l'excitation dans le groupe des enfants. »<sup>1</sup>*

Il existe différents types d'activités de rupture<sup>2</sup>. Pour vous les présenter, nous les avons classés d'après leur objectif principal : dynamiser la classe, apaiser la classe et enfin reconcentrer la classe. Rien n'empêche d'imaginer d'autres catégories visant d'autres objectifs, par exemple : renforcer la cohésion du groupe classe, renforcer l'estime de soi des élèves, etc.

### Activité de rupture visant à dynamiser la classe

Lors d'une journée de cours, il arrive que certains élèves, voire même la classe tout entière, sombre progressivement dans une douce torpeur. Dans une telle situation, il est vain de poursuivre les apprentissages. Afin de retrouver une classe disponible, fraîche et dispose, une activité de rupture dynamisante s'impose ! Pour réveiller les élèves, rien de tel qu'une activité qui les mobilise physiquement. Voici quelques exemples d'activités. Cette liste est bien sûr non-exhaustive.

- Proposer un rythme et demander à la classe de le reproduire, changer les rythmes du plus fort au moins fort et vice versa.
- Thérapie par le rire : mettre une musique et les enfants se promènent librement dans la pièce. Lorsque la musique s'arrête, ils doivent dire bonjour à quelqu'un en lui serrant la main ou en le prenant dans les bras tout en riant de façon bruyante.

---

<sup>1</sup> MALENFANT, N., *Routines et transitions en services éducatifs*, Les presses de l'Université Laval.

<sup>2</sup> COLOGNESI, S., MOINET, V., *syllabus technique de gestion de groupe*, ENCBW.

## **Activité de rupture visant à apaiser la classe**

Il est difficile, voire impossible, de se concentrer sur un apprentissage lorsque l'on est habité par des émotions fortes ou lorsque l'on est stressé. Dans une telle situation, il est judicieux de proposer une activité de rupture apaisante. Voici quelques exemples d'activités. Cette liste est bien sûr non-exhaustive.

- Coup de poing dans la cible : mentalement, enfermer dans un sac ses difficultés, ses peines, les événements pénibles (pas de personnes). Frapper ensuite dans la cible en maîtrisant sa respiration.
- Fermer les yeux et voir dans sa tête le nom de chaque partie du corps dictée par l'adulte. Respirer profondément et relâcher/détendre chaque partie du corps indiquée.
- Mettre ses deux poings au creux des reins, s'étirer, sentir son dos qui devient dur, relâcher, répéter plusieurs fois.

## **Activité de rupture visant à reconcentrer la classe**

Entre deux leçons, il est toujours positif de vivre une activité de rupture visant à regagner la concentration de la classe. Ce genre d'activité prend peu de temps et permet d'en gagner encore par la suite car les élèves, plus concentrés, entrent mieux dans le nouvel apprentissage. Voici quelques exemples d'activités. Cette liste est bien sûr non-exhaustive.

- Jeu du diable (ou de la sorcière) : les élèves récitent un texte ou chantent et le maître de l'activité essaye de les embrouiller en racontant ou en chantant autre chose.
- Ouvrir la fenêtre, être attentif à l'environnement sonore, identifier et retenir les bruits perceptibles.
- Jeu de l'aveugle : guider un élève à travers la pièce. Celui-ci a les yeux bandés.
- Faire passer entre les élèves un trousseau de clé ou autre objet qui a tendance à faire du bruit lorsqu'on le passe de main en main. L'objectif est de le faire sans bruit.