

LE CORPS LA VOIX

Outils de l'enseignant

1

Métier ENSEIGNANT ou ACTEUR à plein temps ?

- L'enseignant est en représentation.
Il entre dans la classe, son corps, sa voix sont exposés...toute la journée.
- Voix professionnelle et corps professionnel différent de la voix privée conversationnelle et du corps personnel
- Comment trouver sa voixE?

Gestes professionnels

- Posture, voix, regard, tout participe à l'acte de faire apprendre aux élèves.

Travailler son corps

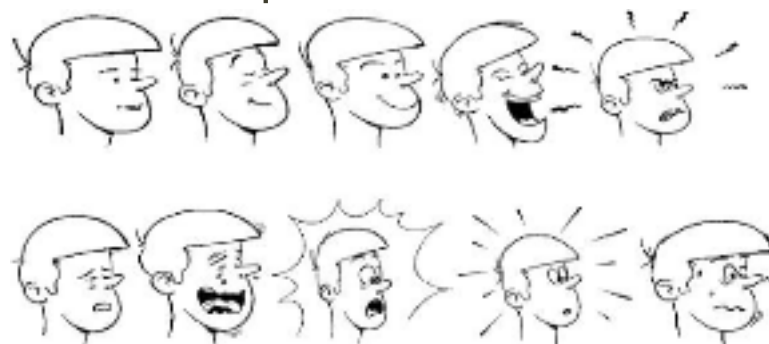
- Le regard, premier instant de la relation
 - les mimiques
 - l'attitude
 - le placement
 - la distance à l'autre, la proximité.
- Communication non verbale

Autant d'éléments corporels sur lesquels l'enseignant peut agir.

Ce que l'on peut faire

Contact visuel: regarder les élèves directement dans les yeux, varier les contacts invite, menace, méprise, stimule ,agresse, regard d'autorité, regard bienveillant.

- Expressions du visage : sourires, expression de surprise de déception donnent des « feeds back » faciles à interpréter par les élèves



- Posture : montrer du doigt un élève, ponctuer les paroles de gestes, ajoute du sens mais il faut en être conscient
- Espace physique: la distance sociale que l'enseignant maintient avec l'élève à moduler selon ses intentions
 - *éloigné et face à la classe : consignes, échanges collectifs*
 - *très proche et voie basse pour soutien, encouragement, remontrance...*



- Prendre soin de son corps:
son tonus, sa verticalité,
Avec des exercices de « récupération
active » pendant le temps de travail
en classe (par la respiration, la
baisse du tonus musculaire, le placement
du dos).



- Respiration ventrale et non thoracique
- Gérer l'air pour ne jamais être en apnée.
- Haut du corps détendu, épaules basses, alors que les abdominaux sont en tension à l'émission et jusqu'au dernier souffle.

La voix dépend également des résonateurs : alors on cherche à résonner, bouche ouverte, maxillaire en bas, relâché. Il s'agit de trouver sa voix professionnelle....

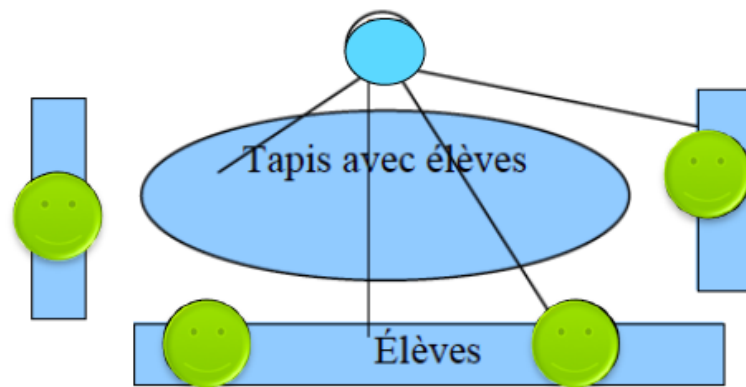
Tous les matins avant entrée en classe :

→ *Echauffement des résonateurs : Dire « Roberto, la belle eau, horrible »)*

→ *Se moucher (altitude, pollution*

Posture et déplacement dans la classe en maternelle

Cette disposition est adaptée lorsque vous racontez, lisez une histoire, donnez des explications

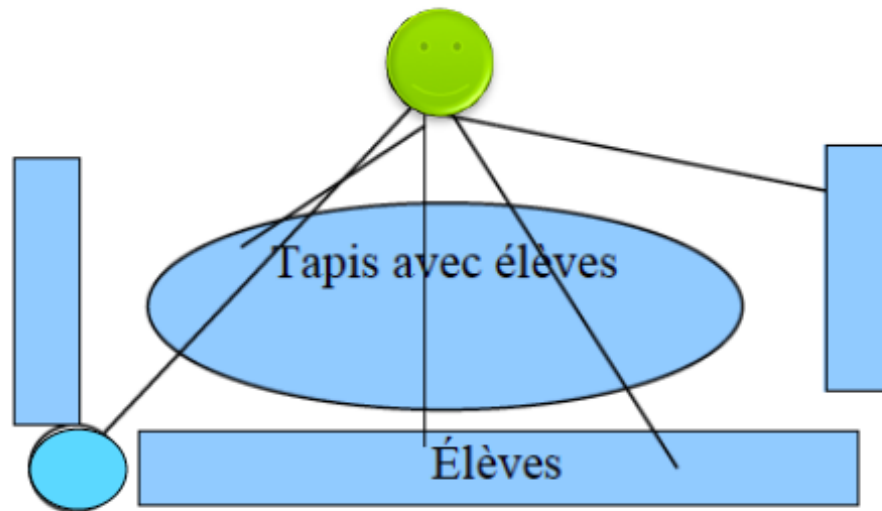


élève



enseignant

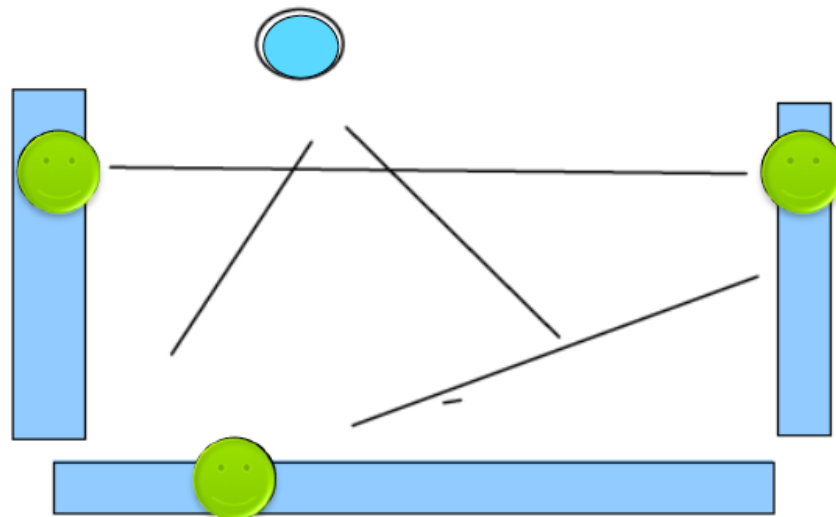
La disposition ci dessous permet à l'élève de venir présenter un atelier, il vous regarde, parle plus fort car vous êtes éloigné(e) de lui. Les autres élèves se sentent impliqués. Tous les élèves regardent leur camarade.



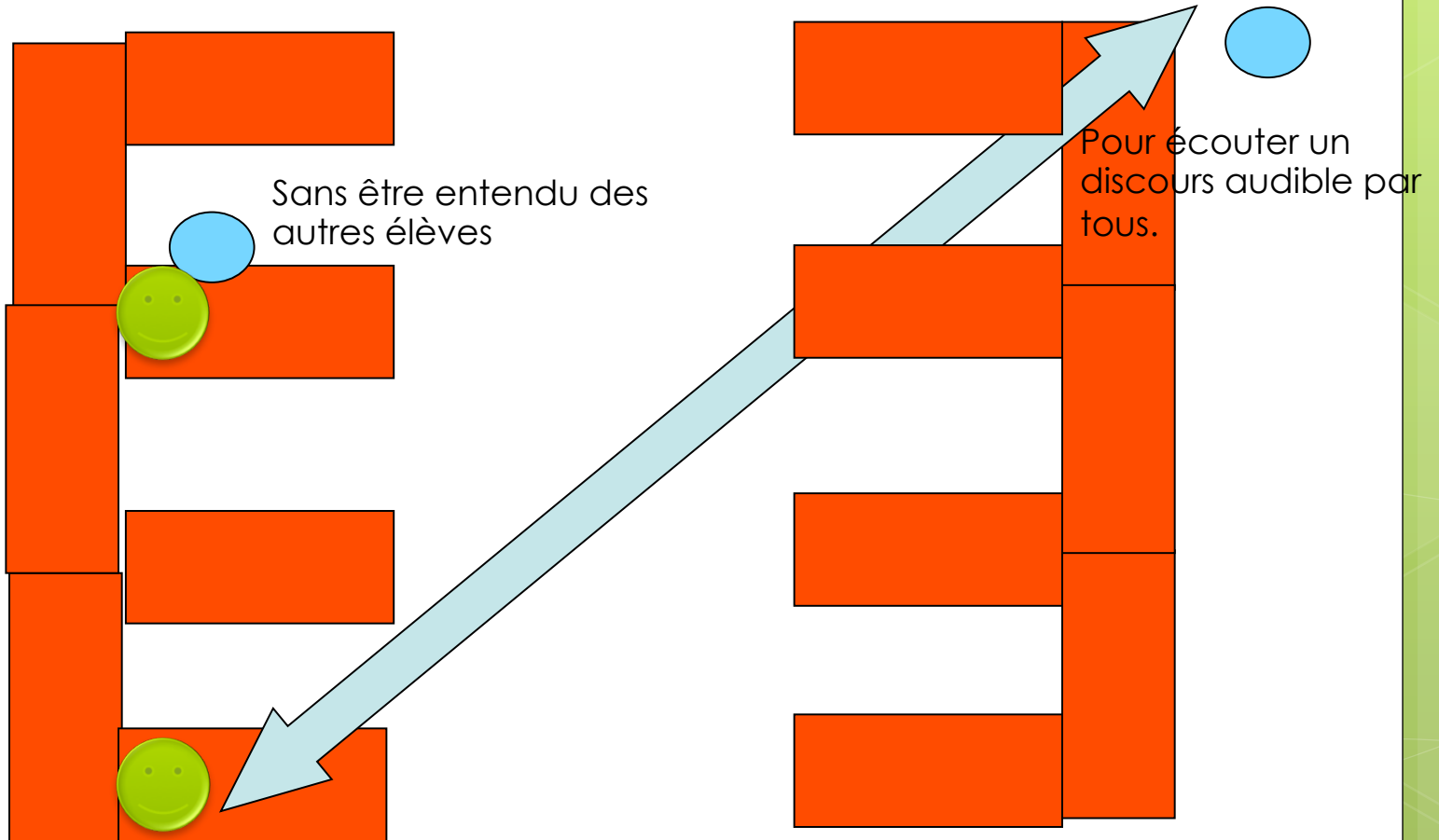
Cette autre disposition permet une communication efficace entre les élèves et l'enseignant(e) : débat, expérience à partager, quoi de neuf, exposé...

→ Ajout bancs, de petites chaises

→ → vous asseoir à hauteur des élèves pour parler, passer les consignes

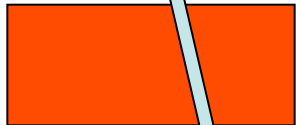
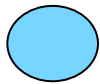


Posture et déplacement en élémentaire

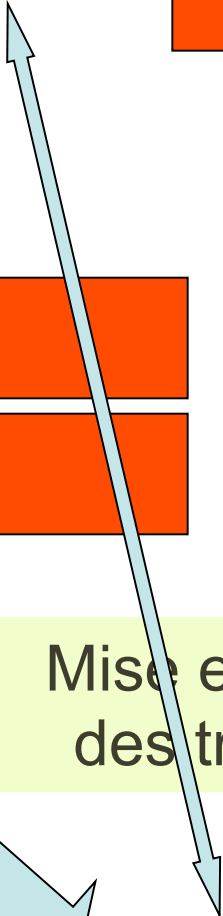
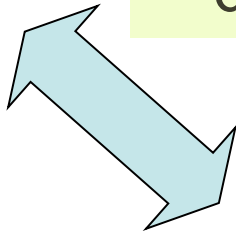


* Quelle que soit la disposition des tables choisie

13



Mise en commun suite à des travaux de groupe



TABLEAU

Travailler sa voix, celle de



Une classe tranquille, apaisée

○ Parler à voix basse

C'est un travail sur soi quelquefois difficile pour certains qui ont naturellement le verbe « haut ».

- Mais le ton de la voix influence le comportement de vos élèves. Parler bas, à mi-voix ce n'est pas ne pas se faire entendre des élèves, ni les endormir. C'est réellement rendre la classe plus paisible.
- Les élèves nous imitent. L'accueil du matin compte aussi. Ne pas démarrer sur les chapeaux de roues, prendre le temps du « bonjour », du programme de la journée. Toujours sur un ton posé et serein.
Pourquoi pas l'histoire du matin...
- C'est à se rappeler toute la journée.
- Le sourire aussi!

La voix

- **Une voix monocorde fait baisser notre attention.**

Une personne qui module le timbre de sa voix peut nous captiver.

- **La voix se module en fonction du contexte.**

Dans une situation où le calme est nécessaire, parlez plus gravement. Au contraire, dans une situation où vous souhaitez manifester votre joie (ou votre agacement), parlez d'une voix plus aiguë.

Débit verbal et articulation

- **Quelqu'un qui parle trop vite est perçu comme anxieux**
- **Quelqu'un qui parle trop lentement, quant à lui, peut perdre l'attention de son interlocuteur, et risque de l'irriter.**
 - Vous devez donc surveiller votre débit verbal, et le maîtriser.
 - Pour vous y aider, exercez-vous à bien articuler.
- **Une bonne articulation permet généralement de parler avec un débit adapté à une bonne communication. Plus encore en contexte bilingue et avec de jeunes élèves**
- Une meilleure articulation permet de prononcer les mots distinctement, donc de communiquer plus efficacement.
- **Une mauvaise articulation fait perdre de la clarté à notre message.**
 - Adoptez ce principe : chaque mot prononcé doit être un mot compris par votre interlocuteur.

Le paradoxe du silence chez l'enseignant

- CHUT!

ou le syndrome de la cocotte minute



ET MAINTENANT : QU'EST-CE QU'ON POURRAIT FAIRE ?

Préserver sa voix à l'école

- Ne pas chercher à augmenter l'intensité de sa propre voix pour couvrir un bruit de fond.
- Eviter si possible les raclements de gorge, notamment avant de prendre la parole. Ils n'aident pas à éclaircir la voix, au contraire, ils irritent les cordes vocales et entraînent des problèmes vocaux.
- Eviter de parler à la classe en tournant le dos, cela a pour effet d'augmenter l'intensité de la voix sans que cela soit nécessaire.
- Eviter de parler aux enfants et d'écrire au tableau en même temps. Cette façon de faire engendre une mauvaise posture (torsion du cou) pour la production de la voix.

<http://voixli-voxlou.pagesperso-orange.fr/index.htm>

Préserver sa voix

- Préférer parler avant ou après avoir écrit au tableau.
- Se mettre à hauteur des enfants pour leur parler en veillant à garder l'alignement du tronc, du cou et de la tête.
- Ainsi, pour échanger avec les enfants en temps d'exercices ou d'activités en classe, préférer la position accroupie à leur hauteur qui respecte plus votre verticalité, au lieu de la position courbée.
- Ne pas parler trop vite et avoir une articulation précise et souple (attention de ne pas sur-articuler), cela rend la parole plus intelligible et plus confortable.

Ressources

- **Cahier pédagogique le corps à l'école
N°497 2012**

Isabelle Jourdan

Enseignante d'EPS en collège et en lycée,
formatrice à l'IUFM Midi-Pyrénées
(université Toulouse 2 Le Mirail)

- **Edward Twitchell Hall**

Le langage silencieux (théorie des systèmes de communication non verbaux)

- **La voix de l'enseignant** Eduscol 2007

- **Pratiques de classe...**

<http://voixli-voixlou.pagesperso-orange.fr/index.htm>