



Centre de ressources – Activités, jeux et chansons

Vaillant

Fiche d'activité

Veillée : *Massage étoilé*

Lien avec l'élément : **T** **E** **A** **F** **Es**

Durée : 45 minutes – 1h15

Nombre d'enfants : 10 minimum

Nombres d'adultes : 1 minimum

Objectif(s) de la Proposition de Branche – annexe 1 :

P1 : savoir utiliser ses sens pour approfondir l'exploration du monde extérieur

D1 : apprendre à apprécier d'être en contact avec la nature

Matériel :

Rien

A noter :

Les massages peuvent se faire assis ou allongé.

Les massages entre garçons-filles peuvent être gênant à cet âge-là, soyez attentifs.

Le temps de massage / discussion est à estimer en fonction du calme de votre groupe pour cette veillée et le besoin d'échange

But du jeu :

Observer le ciel et faire un massage à l'autre puis discuter ce qu'on a vécu en petit et grand groupe

Déroulement :

- 1) Proposez aux Vaillants de se mettre par groupe de deux
- 2) Chaque binôme doit décider qui est numéro 1 / numéro 2
- 3) Invitez le groupe à s'asseoir dos à dos par binôme et à regarder le ciel (les étoiles, la lune, les nuages, la luminosité...). Vous pouvez les guider ou les laisser, en silence, contempler le ciel quelques minutes
- 4) Le Vaillant numéro 1 de chaque binôme choisit une partie du ciel qui lui est plaisante, la fixe avec attention et la mémorise (intensité des étoiles, distances, nombres...). Pendant ce temps, l'autre continue à regarder le ciel...
- 5) Le Vaillant numéro 1 vient ensuite effectuer un massage sur le dos et/ou la main de son partenaire de la partie du ciel qu'il aura mémorisé. Rendez-le attentif à sa manière de toucher : faire des pressions de différentes intensités, sa vitesse, les endroits qu'ils touchent...
- 6) Inverser les rôles : se remettre assis dos à dos, le Vaillant numéro 2 choisit un espace du ciel qui lui plaît, le mémorise et vient le reproduire sur le dos/main de son partenaire
- 7) Se remettre assis dos à dos. Chacun imagine où pourrait être le massage qu'il a reçu, dans le ciel

Centre de ressources – Massage étoilé

- 8) Les binômes changent : c'est reparti pour une nouvelle session de massage !
- 9) Après un certains temps de calme, posez la question aux Vaillants : Comment avez-vous vécu le temps d'observation du ciel ? Comment c'était de masser ? De se faire masser ? Comment vous sentez-vous ? Comment c'était de chercher son massage dans le ciel ?
- 10) Chaque binôme se murmure oreille contre oreille pour partager ce qu'ils ont vécu
- 11) Les Vaillants se mettent ensuite par quatre en pour échanger
- 12) Rassemblez-vous ensuite tous ensemble en cercle pour conclure cette veillée

Fin du jeu :

- 13) Chacun pour soi, s'allonge sur le sol et regarde le ciel. La veillée étoilée se termine tranquillement

Pour aller plus loin :

Vous pouvez approfondir les aspects du massage : vous pouvez proposer aux Vaillants des « techniques » de massage en lien avec le thème des étoiles. Par exemple : le balayage comme des étoiles filantes, les tapotements comme des météorites, le roulement comme des poussières d'étoiles...



Concernant le débat :

Un lien peut être fait entre les éléments de la nature et notre corps humain :

Nous sommes constitués des mêmes éléments que la nature, de matières vivantes comme notre corps : l'élément eau (les liquides corporels), le feu (notre vitalité, notre énergie), l'air (notre respiration), la terre (notre ancrage au sol, notre matière, muscle, os...)

Imaginaire possible :

Certains théoriciens en astronomie nous expliquent que notre origine directe provient des étoiles. Nous serions des fragments d'étoiles :

<http://www.telerama.fr/monde/nous-sommes-tous-des-poussières-d-etoiles-et-autres-chooses-a-savoir-sur-le-cosmos,100813.php>

[\(Voir p.6 : Poussières d'étoiles\)](http://www.hubertreeves.info/documents/dcv4.pdf)

Cette idée peut être support à imaginer notre histoire : d'où on vient, notre lien avec les étoiles, l'interdépendance entre nous et la nature.