

Sensibilisation au « bien-être » pour les élèves du lycée Honoré de Balzac

Dans le cadre de leur semaine de stage « Education à la santé », les élèves de 1^{ère} Professionnelle « Technicien-Conseil en Vente Produits de Jardin » du lycée Honoré de Balzac de Castelnau-le-Lez ont réalisé un atelier sur le thème du corps comme moyen d'expression, animé par une artiste chorégraphe de l'association Accord.

Ensemble, ils ont réfléchi à l'utilisation de l'espace dans la classe, c'est à dire comment ils percevaient les choses en fonction de la place qu'ils occupaient dans la salle ou de leur de leurs déplacements dans celle-ci.

A travers divers exercices, seul ou en groupe, ils ont pris conscience qu'ils pouvaient communiquer sans la parole mais seulement avec les yeux et les mouvements.

Ils ont également réfléchi à ce que le « bien-être » représente pour eux, dans quelles circonstances ils l'éprouvent et quelles émotions ils ressentent.

Un peu déstabilisés par cette nouvelle forme d'apprentissage, les élèves se sont vite prêtés au jeu. Leur témoignage sur cet atelier a été très positif : cela a été pour l'un d'entre eux « une réelle découverte ! », un autre ajoute « ce n'est pas du tout ce à quoi je pouvais m'attendre, on a rarement ce type de cours en collège et lycée ! », un autre élève conclut qu'il s'est rendu compte que « la danse peut faire passer des émotions ».

Isabelle Leoncini
Professeur de Biologie-Ecologie