

# Musique inspirante

*Activité*

**Ressource:** Idées pour passer à l'action

## Qu'est-ce que c'est ?

Choisir des chansons qui sont inspirantes et motivantes pour les faire jouer en salle de classe aux moments appropriés.

## Pourquoi le faire ?

La musique est un excellent moyen pour exprimer des sentiments et promouvoir la résilience et l'optimisme. Écouter des paroles édifiantes pour faire le plein d'énergie ou réduire le stress durant la journée.

## Comment s'y prendre ?

Les élèves dressent une liste de chansons inspirantes et motivantes.

En collaboration avec les élèves, les élèves animateurs choisissent une chanson pour débiter chaque journée. Faire jouer la chanson chaque matin à l'arrivée ou durant les pauses (p.ex. dîner, pauses entre les cours).

Encourager les élèves à réfléchir et à se reconnaître dans les paroles. Que signifient ces mots pour eux ? Comment se sentent-ils en écoutant cette musique ?

Inviter les élèves à proposer d'autres chansons qui ont une signification personnelle et à partager leur histoire avec la classe.

## De quoi avez-vous besoin ?

- Équipement audio
- Musique

## Comment faire preuve de créativité ?

Demander aux élèves d'écrire leurs propres paroles inspirantes.

Afficher les paroles de chansons inspirantes populaires à divers endroits dans l'école.