



# Semaine du Cerveau

## Musique au Lycée

publié le 28/03/2025

### Descriptif :

Du 27 au 31 janvier 2025, la musique a résonné dans tout le lycée.

La Semaine du Cerveau, organisée du 27 au 31 janvier au lycée des Métiers Le Verger, a permis aux élèves et au personnel de découvrir les liens fascinants entre la musique et le cerveau à travers diverses activités et expositions.

Deux expositions de l'Espace Mendès France de Poitiers, "Choyez votre cerveau" et "Le cerveau à tous les âges", ont été installées au sein du lycée. "Choyez votre cerveau" abordait l'importance d'un mode de vie sain pour préserver ses capacités cognitives, tandis que "Le cerveau à tous les âges" explorait les différentes étapes de son développement, de l'enfance à la vieillesse, mettant en lumière les mécanismes de la mémoire et de l'apprentissage. Ces expositions interactives ont offert aux élèves des clés de compréhension sur le fonctionnement du cerveau, son développement et son entretien au quotidien.

\*Comment se nourrir pour prendre soin de son cerveau \*Pourquoi bouger \*Comment faire travailler ses neurones  
\*L'importance du sommeil

Tout au long de la semaine, des ateliers ont permis aux élèves d'explorer le rôle de la musique sur le cerveau et ses bienfaits cognitifs. Par exemple, un atelier dirigé par Solène Péréda a invité les élèves à écouter différents types de musique et à analyser leurs effets sur la concentration et les émotions. Un autre atelier interactif sur les rythmes musicaux a permis d'observer leur impact sur leur propre état d'esprit et leur capacité de mémorisation. La concertiste Solène Péréda a partagé son expertise et son expérience musicale, engageant les participants dans une réflexion sur les effets de la musique sur la mémoire, l'émotion et la concentration. Antoine, intervenant spécialisé, a animé des séances interactives, mettant en lumière les aspects techniques de la machine, 300 kg, qui a servi à transporter le piano 3/4 queue d'une demie tonne. Un concert fédérateur Le jeudi après-midi, un concert a été organisé dans le hall du lycée, rassemblant plus de cent élèves, enseignants et personnels autour d'un moment musical convivial.

Le programme comprenait des morceaux classiques interprétés par Solène Péréda, ainsi que des compositions modernes. Elle a également présenté le Conservatoire de Châtellerault, invitant les élèves à s'y intéresser. Le public a réagi avec enthousiasme, certains sont venus voir la concertiste à la fin pour avoir davantage d'informations, créant une atmosphère chaleureuse et participative.

Ce concert a illustré de manière vivante l'impact de la musique sur les émotions et le bien-être.

Le jeudi en début d'après-midi, des ateliers de relaxation en musique, encadrés par Mme Bodin et Mme Wouters-Ollivier, ont permis aux participants d'expérimenter les effets apaisants des sons et des rythmes à travers des exercices de respiration, de méditation sonore et d'écoute active. Ces séances ont mis en avant l'importance de la musique dans la gestion du stress et l'amélioration de la concentration.

Un espace d'expression et des instruments à disposition Un mur d'expression a été installé pour permettre aux élèves de répondre à la question "C'est quoi pour toi, la musique ?", favorisant ainsi le partage de leurs perceptions et émotions. Tout au long de la semaine, des intermèdes musicaux et des pauses musicales ont ponctué les journées, apportant une atmosphère apaisante et stimulante. De plus, des instruments de musique ont été mis à disposition dans le hall du lycée ainsi qu'au CDI, offrant aux élèves l'opportunité d'expérimenter librement différentes sonorités et de s'initier à la pratique musicale. Un bilan positif et retombées Cette édition de la Semaine du Cerveau

sur le thème de la musique a été un véritable succès, favorisant une meilleure compréhension du cerveau et du rôle essentiel de la musique dans son développement.

"J'ai découvert à quel point la musique influence notre mémoire et nos émotions, c'était fascinant !" témoigne un élève de première. Un enseignant ajoute : "Ces activités ont permis aux élèves d'expérimenter la musique sous un angle technique tout en s'amusant."

L'ensemble des participants a apprécié la diversité des activités et la richesse des échanges, faisant de cet événement un moment fort de la vie du lycée, avec des projets possibles. La musique visiblement touche fortement les lycéens.

Mme Wouters-Ollivier, documentaliste.

## Portfolio



Académie  
de Poitiers

Avertissement : ce document est la reprise au format pdf d'un article proposé sur l'espace pédagogique de l'académie de Poitiers.

Il ne peut en aucun cas être proposé au téléchargement ou à la consultation depuis un autre site.