FICHE PRATIQUE

CÉLÉBRER LE CORPS, LE CŒUR ET L'ESPRIT

ENJEU / FAIRE DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE ET DU SPORT EN ÉTANT À L'ÉCOUTE DE SON CORPS ET DE SON CŒUR :

Dans le cadre du challenge Sport / Santé des écoles ou tout autre évènement sportif : créer du lien entre **le souffle** qui nous permet de respirer, **l'Esprit Saint** qui nous porte, notre cœur qui bat et **l'amour de Dieu**.

Relier par la notion de santé au cœur de la manifestation **l'activité des enfants et ce Dieu de vie**, qui les a créés à son image. Ce Dieu qui souhaite qu'ils soient heureux, bien dans leur corps et dans leur cœur.

Proposer un temps pastoral pour célébrer la vie, la joie, le bonheur et pour grandir en prenant soin de soi et des autres.

« Le sport permet à tous d'améliorer santé et bien-être, d'apprendre à travailler en équipe, à savoir gagner et aussi à savoir perdre. C'est pourquoi il est important que tous puissent participer aux activités sportives »

Pape François – Octobre 2016

MISE EN ŒUVRE

/ UNE CÉLÉBRATION POSSIBLE À DIFFÉRENTS TEMPS (20')

1. Pour un temps d'accueil

Pour permettre aux jeunes d'entrer dans la démarche :

- Prévoir un temps de présentation des différentes générations participantes (par tranches de 10 ans).
- Créer du lien des plus petits (maternelles) aux plus anciens (grands-parents) – chorégraphie corporelle et gestuelle.
- Relever le défi du plus de minutes d'activités ensemble (trophée du challenge).

2. Pour un temps à midi

Prévoir un temps, un espace avant le moment du repas pour percevoir le sens du repas : partage, ressources, convivialité...

- Susciter l'envie d'entrer en relation avec l'autre, de communiquer.
- Inviter les participants à constituer des groupes hétérogènes et à mettre en commun leur repas.
- Proposer aux jeunes des repas équilibrés sur le plan nutritionnel.

3. Pour un temps de conclusion

Exprimer ses ressentis, ses émotions sur les rencontres vécues, mettre en mots le mouvement :

- Organiser un temps de calme, de « respiration », prendre le temps d'écouter son corps.
- Donner l'occasion à chacun de participer à des ateliers d'écriture, d'expression de soi.
- Rédiger des prières de remerciements et rendre grâce à Dieu pour sa santé.

4. Pour un fil rouge conducteur

Définir un geste, une posture, un jingle, un refrain selon les 3 thématiques : le corps, le cœur et l'esprit

- Associer les minutes d'activités avec le temps de la vie, le sens de la vie.
- Réaliser une fresque à partir d'éléments graphiques symboliques après chaque type d'activités.

DES CLÉS DE RÉUSSITE

Inclure le temps de célébration autour de la thématique du challenge :

a/ Le choix d'un chant entraînant sur les bienfaits du souffle et du cœur pour mettre de l'enthousiasme et le reprendre à différents moments de la journée :

- Fais jaillir la vie *(Hubert Bourel et Marie-Louise Valentin)*
- Souffle imprévisible *(Laurent Grzybowski)*
- Aimer passer sa vie à aimer *(Pierre Klinguer)*

b/ Concevoir une expression corporelle sur un chant pour le vivre pleinement avec son corps.

c/ Proposer un temps de prière à la fin de l'évènement avec la mise en œuvre d'une flashmob : gestes qui expriment le souffle, cœur qui bat, gestes d'amitié envers son voisin...

d/ Choisir un texte biblique court, quelques phrases bibliques ou un texte de prière avec des paroles porteuses de sens... :

- Mc 12, 28-31 *(aimer : 1er des commandements...)*
- 1 Co 6, 19-20 *(votre corps : temple de l'Esprit...)*
- Mt 5, 13-15 *(sel de la terre et lumière du monde...)*
- Mère Térésa *(La vie est la vie...)*

e/ Organiser un lâcher de colombes (symbole de l'Esprit Saint).

DES POINTS DE VIGILANCE

Que le temps pastoral soit bien préparé en amont pour prendre tout son sens dans le déroulement du challenge et ne pas être juxtaposé sans fondement.

Il ne doit pas se limiter à des lectures ou un discours, mais doit intégrer une participation active des jeunes avec leur cœur, leur corps et leur esprit.

Veiller à proposer un éveil des sens pour ce temps de partage à l'ensemble des participants.

« Votre corps est le temple de l'Esprit saint »
1 Corinthiens 6, 19

POUR ALLER PLUS LOIN

Le projet d'animation pastorale et toutes les fiches sont **téléchargeables sur : www.ugsel.org**

Pour vous aider à la mise en œuvre de cette animation pastorale, vous trouverez dans une base de données à votre disposition, des exemples de chants, de textes bibliques par thème, de prières, de textes de réflexions, de témoignages de sportifs de haut niveau, de propositions par sport, de fiches pratiques mises en œuvre sur :

www.egliseetsport.fr/UGSEL/pastorale.html

Pensez à nous faire partager vos réalisations, vos productions !