

L'Art de la Résilience

Arts Appliqués & Design · Classe de Seconde · Novembre – Décembre

1. Identité de la séquence

Discipline	Arts appliqués & design
Niveau	Classe de Seconde
Période	Novembre – Décembre
Durée totale	5 séances (7 heures)
Thème central	La résilience, la santé mentale et l'art comme outil d'expression et de régulation émotionnelle
Lien chef-d'œuvre	Portfolio d'expression : évolution graphique, sensibilité artistique, culture visuelle
Logiciel utilisé	Figma (outil de PAO numérique – format A3 paysage)
Livrable final	La Planche Catharsis – composition graphique numérique personnelle

2. Problématique

Comment des artistes ont-ils transformé leur souffrance intérieure en œuvre d'art, et comment puis-je, à mon tour, utiliser le langage graphique pour explorer et réguler mes propres émotions ?

3. Savoirs & notions mobilisés

Histoire de l'art & culture artistique

- Différencier démarche d'artiste (intention, pourquoi créer) et mouvement artistique
- Caractéristiques de l'Expressionnisme (Van Gogh) et de l'Art Brut (Séraphine de Senlis)
- Évolution de la représentation du corps et de l'identité dans l'art moderne et contemporain
- Références : Frida Kahlo, Lucian Freud, Zhang Xiaogang, Chiharu Shiota

Arts appliqués & design

- Planche d'analyse comme outil de communication visuelle
- Pouvoir expressif des éléments plastiques : colorimétrie (couleurs chaudes/froides, contrastes), nature de la ligne (nerveuse, fluide), texture (matière, hachures, motifs répétitifs)

Numérique

- Environnement Figma : Frame, calques, outils vectoriels, typographie (Adobe Fonts / Google Fonts)
- PAO et composition A3 paysage

4. Objectifs pédagogiques

Compétence	Sous-compétences	Activité concrète
CI – Investiguer	CI.1 Rechercher & collecter CI.2 Sélectionner & classer	Collecter des œuvres en décodant les choix plastiques de l'artiste
CR – Réaliser	CR.1 Opérer des choix pertinents CR.2 Ajuster & finaliser	Tester des combinaisons graphiques inspirées du corpus d'artistes
CE – Expérimenter	CE.2 Proposer des pistes variées CE.3 Exploiter des références	Explorer les 3 pistes graphiques (Séraphine, Van Gogh, Frida)
CC – Communiquer	CC.2 Établir un relevé CC.3 Analyser graphiquement CC.4 Traduire graphiquement	Composer la Planche Catharsis sur Figma et la verbaliser à l'oral

5. Compétences psychosociales (CSP)

 Cognitives	Conscience de soi Identifier, nommer et transposer ses propres émotions via un médium graphique et numérique. Annoter ses pensées de façon critique. Pensée créative Transformer une contrainte ou une émotion complexe en production visuelle apaisante.
 Émotionnelles	Gestion du stress & de la frustration Canaliser son attention par des pratiques graphiques répétitives (mandalas, motifs). Accepter l'erreur et surmonter la frustration face à l'apprentissage de Figma, avec ou sans tablette graphique.
 Sociales	Collaborer efficacement en îlots bonifiés lors de la Séance 1 pour mener une investigation commune sur un artiste. Écouter activement et respecter la sensibilité et les productions de ses pairs lors de la restitution finale.

6. Déroulement des séances

Séance 1 – (2 h) L'investigation : santé mentale & démarche de l'artiste

Organisation : Travail en îlots bonifiés

Objectif : Investiguer et décoder les choix plastiques d'un artiste (couleurs, gestes, textures).

Fin de séance : Synthèse orale collective + distribution de la fiche repère culturelle.

Livrible : *Fiche d'enquête complétée sur l'espace Figma partagé de l'îlot.*

Séance 2 – (1 h) Face au logiciel : initiation Figma

Organisation : Travail individuel

Objectif : Expérimenter les outils numériques de PAO et s'approprier son espace de création.

- 30 min : Apport culturel sur l'hyperréalisme social (Denis Peterson).
- 30 min : Prise en main de Figma (importation d'images, tracés vectoriels, calques, typographie).

Livrible : *Frame individuel validé, typographie artistique choisie, premiers tests graphiques.*

Séances 3 & 4 – (3 h) La Planche Catharsis

Organisation : Travail individuel en autonomie guidée

Objectif : Réaliser une composition graphique numérique équilibrée, cohérente et personnelle.

- Piste Apaisante (Séraphine / Shiota) : structures répétitives & motifs géométriques.
- Piste Paysage Mental (Van Gogh / Peterson) : colorimétrie thérapeutique & dégradés.
- Piste Écriture & Symboles (Frida / Zhang) : superpositions, mots-clés & typographies.

Livrible : *Planche graphique A3 finalisée sur Figma, prête pour l'export.*

Séance 5 – (1 h) Verbalisation & co-évaluation

Organisation : Collectif – mise en commun

Objectif : Communiquer et justifier ses choix artistiques à l'oral avec le vocabulaire technique adéquat.

Fin de séance : Projection des planches sur écran / espace Figma commun. Restitution orale rapide (1–2 min/élève).

Livrible : *Grille d'évaluation sommative (auto-évaluation élève + évaluation enseignant).*

7. Corpus & références artistiques

Artiste / Pôle	Axe thématique	Piste graphique Figma
 Van Gogh – L'écorché vif	Santé mentale, art pour survivre, expressionnisme	Paysages Mentaux : lignes de force, dégradés de couleurs
 Séraphine de Senlis – L'instinctive	Création instinctive, art-thérapie, Art Brut	Nature & Structures Répétitives : motifs végétaux, mandalas
 Frida Kahlo – La survivante	Corps, identité, résilience, féminisme	Corps & Symboles : autoportrait, mots-clés, fils rouges
 Lucian Freud – Le psychologue	Vérité psychologique, corps sans filtre, réalisme	Observation & Humanité : chair, défauts, vulnérabilité
 Chiharu Shiota – La tisseuse	Art-thérapie, mémoire, installation contemporaine	Réseau & Espace : fils, connexions, objets symboles

Artiste / Pôle	Axe thématique	Piste graphique Figma
 Zhang Xiaogang – Le gardien de la mémoire	Mémoire collective, cicatrices, identité	Fils rouges, taches, typographies expressionnistes

8. Articulation des évaluations

Type	Situation en classe	Compétence académique	CSP évaluée
Diagnostic	Nuage de mots partagé sur "résilience"	Analyser & Définir	Empathie d'écoute
Formative	Auto-évaluation du carnet de bord	Expérimenter / Chercher	Conscience de soi
Sommative	Production finale + présentation orale	Réaliser & Argumenter	Conscience de soi

9. Le carnet de bord plastique

En parallèle de la Planche Catharsis numérique, les élèves tiennent un carnet de bord papier comme pratique réflexive intime, mobilisant trois techniques :

- **Mandalas personnels**

Recentrage cognitif et apaisement par la répétition géométrique.

- **Paysages contemplatifs**

Transcription de la sérénité par le dégradé et les formes sinueuses.

- **Écriture en images**

Intégration de mots-clés poétiques cachés dans la composition visuelle.