



Travailler avec de la musique

Sport des enfants

Jeu des statues et du corps humain

Au son de la musique, les enfants doivent se déplacer dans la salle. Quand la musique s'arrête, faire une statue immobile et silencieuse. Proposition du moniteur : faire une statue avec un pied et deux mains au sol/2 pieds, 2 mains et le bout du nez/ 1 main, 1 coude et 1 genou/...

Possibilité de varier les modes de déplacements (marche, course en avant, course en arrière, galop, pas chassés,...).

Improvisation guidée

Le réveil

Se réveiller avec l'accompagnement de la musique → imiter le réveil du matin (s'étirer dans son lit, s'habiller, déjeuner, se brosser les dents, aller à l'école).

Alterner « vite/lentement » + « légèreté/mouvements saccadés »

Au signal du moniteur, se mouvoir vite ou lentement (comme une souris ou comme un escargot). Idem en faisant les bulles d'air ou les robots.

- Dans le même espace, les filles se déplacent lentement et les garçons vite/ les personnes qui ont les cheveux clairs font les robots et les personnes aux cheveux foncés bougent comme des bulles d'air, etc. Varier les indications qui déterminent le type de déplacement.
- Aller tirer une image (robots-bulles d'air-souris-escargot) et se déplacer selon ses propriétés.

Bouger selon l'inspiration de la musique

Se déplacer dans la salle de gym et imitant ou en faisant comme ... (ex : musique de fanfare, musique de cirque,...). Cela peut aussi se faire en collaboration à un support visuel.

Possibilité de mettre un cerceau en dehors de la zone de danse → zone d'observation.



Apprentissage d'une chorégraphie

Prérequis : trouver le rythme de la musique, retrouver les phrases musicales et pouvoir continuer les différents temps. Apprendre les pas présents dans la chorégraphie de manière individuelle puis les lier petit à petit.

Intéressant de demander aux groupes d'inventer la suite de la chorégraphie (ex : 2x 8 temps) en imposant ou non des contraintes (minimum 1 saut, faire un $\frac{1}{2}$ t,...). Possibilité de demander de varier la chorégraphie apprise (orientation, vitesse,...).

Retour au calme

Utiliser de la musique de relaxation ou musique douce → relâchement/massages/...