

# Bouger plus à l'école enfantine – Mouvement et musique: Temps d'hiver

La danse et le chant favorisent et facilitent l'expression corporelle et vocale des petits. Outre leur capacité d'expression, les enfants améliorent la perception corporelle et la motricité au cours de cet exercice.

Cet exercice est composé de trois parties (voir chanson « [Temps d'hiver](#) », pdf). Les enfants exercent et expérimentent chacune d'entre elles plusieurs fois:

- les gros nuages dans la première partie,
- les flocons sauvages dans la deuxième partie
- la représentation ludique dans la troisième partie.



Ils peuvent ainsi tester chaque rôle à plusieurs reprises. Ils amènent éventuellement leurs propres idées.

Les trois parties sont ensuite réunies et reprises comme jeu récurrent. Inverser les rôles après plusieurs passages.

## Chorégraphie

**1re partie:** En cercle, les enfants imitent les nuages. En accord avec la musique, ils se déplacent lentement de côté, en cercle et les mains sur les hanches. Après quatre temps, ils changent de direction. Au centre du cercle sont assis un enfant avec un xylophone (= soleil) ainsi que d'autres camarades avec des chiffons jaunes/oranges (= rayons de soleil). Dans cette première partie, ces enfants sont encore tranquilles.

**2e partie:** Les nuages se transforment en flocons et dansent librement dans l'espace. A la fin de la deuxième partie, ils tombent sur le sol (les enfants s'assoient).

**3e partie:** L'enfant au xylophone improvise la musique du soleil. L'enseignant raconte l'histoire et les enfants (rayons de soleil) s'activent (ils chatouillent leurs camarades, « lancent » des rayons de soleil, etc.). Celui qui a été « chatouillé » se rend lentement en direction du cercle. Le soleil est ainsi de nouveau un peu voilé par les nuages et la chanson reprend depuis le début.

**Remarque:** L'enseignant peut moduler la comptine à sa guise.

## Variantes

- Les « nuages » et les « flocons » reçoivent aussi un chiffon (blanc) qu'ils agitent librement.
- Dans la deuxième partie, certaines formes de mouvement sont imposées: petits pas sautillés, marche à reculons, sauts sur une jambe, déplacements à quatre pattes, etc.

- Dans la troisième partie, un enfant prend en charge la chanson.

**Matériel:** Chiffons (jaunes, oranges et blancs), xylophone, chanson «[Temps d'hiver](#)» (pdf)

---

Source: Renate Dummermuth



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Office fédéral du sport OFSPO**