Cahier pratique 48: Jeux de mouvement en musique

Dès que la musique résonne, les enfants se mettent naturellement à bouger. Ce cahier pratique donne des idées pour stimuler leur fantaisie et leur créativité et les encourager à se déployer en toute liberté.

La musique et le mouvement appartiennent au rayon d'action et d'expression des enfants. A travers la musique et le mouvement, l'enfant entre en interaction avec son environnement social et matériel, il reconnaît ses règles et leur légitimité. Au moyen de son corps, il expérimente des éléments importants pour la construction de sa personne.

Processus mentaux et psychiques

Pensée, gestion, action, perception et mouvement sont indissociables et s'influencent mutuellement. Les enfants perçoivent les impressions sensorielles avec le corps entier et expriment leurs sentiments dans le mouvement. Leur sensibilité émotionnelle peut être fortement influencée par la musique et le mouvement. Le terme «psychomotricité» illustre cette relation étroite entre les processus corporels moteurs et les processus mentaux et psychiques.

Les jeux de mouvement en musique sont applicables à tout âge. Ils accordent une grande marge de manoeuvre et facilitent les expériences motrices spontanées. La première partie du cahier s'intéresse aux enfants de 5 à 7 ans, tandis que la seconde concerne plutôt les jeunes de 8 à 10 ans. La structure est similaire pour les deux groupes cibles, avec pour chacun d'eux également des éléments orientés vers la performance.

Espace libre à profusion

Chaque exercice est accompagné de suggestions destinées à développer votre fantaisie et celle des enfants. Le recueil d'exercices adaptés selon l'âge se base sur les deux CD «Musique et mouvement n° 7 – Jeux de mouvement pour enfants», que complète judicieusement ce cahier pratique.

Un autre complément précieux est le cahier pratique «Rythme». Il pose les bases de la formation rythmique et propose un entraînement du rythme spécifique aux disciplines sportives. Idéal pour les enfants, mais également pour les adolescents et les adultes.

Cahier pratique 48: Jeux de mouvement en musique (pdf)