

# Bonnes pratiques – Formes fondamentales de mouvements: Rythmer, danser – Tohu-bohu

Les enfants bougent de manière appropriée en fonction des différents rythmes et types de musique entendus. Ils entraînent et stimulent le contrôle des mouvements, le sens du rythme ainsi que la créativité.

## Autres jeux pour la forme fondamentale de mouvements «Rythmer, danser»

La monitrice ou le moniteur passe de la musique adaptée à l'âge des enfants (divers morceaux de rythmes différents), qui bougent et se déplacent librement en rythme tout en laissant libre cours à leur créativité.



Forme fondamentale de mouvements:  
Rythmer, danser

### plus facile

- Marquer le rythme avec le tambourin, en tapant des mains, etc.
- Donner des consignes (p. ex. grands et petits mouvements, par terre, debout).

### plus difficile

- Raconter des histoires et imposer les personnages à imiter en dansant.
- Mettre à disposition du matériel et divers objets pour les improvisations (p. ex. cordes, cerceaux, foulards, balles, journaux).

**Matériel:** Brefs morceaux de musique avec des rythmes clairs et variés

Source: Office fédéral du sport OFSPO (éd.)(2021): Manuel J+S Bases. (distribué lors de la formation J+S)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Office fédéral du sport OFSPO**