

# La danse fait école: Musique!

**L'emploi de la musique dans les cours d'éducation physique afin de les rendre attractifs n'est plus à prouver. Mais quelle musique convient à quel contenu? Et comment l'exploiter de manière pertinente?**

Voici quelques critères permettant de choisir une musique qui apporte un réel plus au cours d'éducation physique: L'usage de la musique poursuit différents objectifs:

- Fascination, motivation, animation
- Bien-être, ambiance, atmosphère
- Improvisation, conception, créativité
- Soutien, apprentissage, conduite



Source: Verein Bewegungskultur, Hansjörg Egger

**Les comptines** offrent une bonne porte d'entrée dans le monde de la danse pour les plus petits. Beaucoup de chansons mettent en scène des personnages qui peuplent leur imagination et qui leur sont familiers au travers des livres, des contes ou des films. Les thèmes sont très diversifiés et peuvent être choisis en vertu des intérêts des enfants. Il existe aussi de nombreuses comptines qui mettent en mouvement les enfants au fil du récit.

**La musique de danse pour les enfants** est en général instrumentale. Elle confère souvent une ambiance, une atmosphère. Cette musique n'est pas toujours au premier plan mais elle peut – si elle est bien exploitée – influencer et soutenir avantageusement une séquence d'improvisation par exemple. Sur une musique instrumentale, les enfants se sentent plus libres de bouger sans souci de pas ou d'enchaînements standardisés. De nombreuses chansons pop existent en version instrumentale. Certains morceaux chantés peuvent aussi être compatibles avec l'objectif.

**La musique pop actuelle** est prisée des élèves qui s'identifient souvent aux chanteurs et chanteuses avec une envie de les imiter sur scène. Comme la plupart des chansons sont en anglais, l'enseignant veillera à bien écouter les paroles avant de choisir un morceau à travailler avec les élèves. Le large éventail à disposition permet d'écarter les éventuels morceaux inadéquats.

## Comment choisir la musique pour les cours d'éducation physique?

Il n'existe pas de règle générale valable pour tous. Expérience faite, quelques astuces s'avèrent intéressantes:

- Le caractère de la musique doit soutenir le mouvement.
- Prévoir des morceaux différents pour s'entraîner: versions/chansons plus rapides, plus lentes. La musique est motivante, c'est pourquoi il faut l'utiliser le plus souvent possible, même pour de petites séquences.
- Ecouter les morceaux avant l'exécution des pas:
  - Rythme idéal 4/4 (par ex: Michael Jackson: «The Way You Make Me Feel»).

- Si possible éviter les pauses et les changements de tempo dans un même morceau.
- Ecouter les paroles avant de choisir un morceau et écarter ce qui ne correspond pas à l'enseignement scolaire.
- Rester à jour en consultant régulièrement les «charts» et choisir les titres qu'écoutent les jeunes.
- Les morceaux «classiques» ou intemporels traversent les époques et plaisent en principe aux élèves qui ont grandi avec.
- Impliquer les élèves dans le choix musical.
- Choisir aussi des morceaux qui vous plaisent et qui sont entraînants.
- Eviter la musique un peu marginale qui ne plaît qu'à une minorité de jeunes.

---

Source: [dance360-school.ch](https://dance360-school.ch)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Office fédéral du sport OFSPO**