

L'école en mouvement – Améliorer l'habileté (coordination): Passe-moi ton verre

La musique est un excellent outil pour améliorer le rythme. Dans cet exercice, les enfants reproduisent une séquence avec un gobelet.

Formez un cercle autour d'une table. Chaque élève a devant lui deux gobelets. Reproduisez en chœur la séquence rythmique ci-dessous, puis passez un gobelet à votre voisin de droite et recommencez.

1. Tapez le fond des gobelets sur la table.
2. Tapez le fond des gobelets l'un contre l'autre.
3. Entrechoquez les gobelets.
4. Tapez le fond des gobelets sur la table.
5. Déplacez les deux gobelets vers la droite.
6. Tapez dans vos mains.
7. Après avoir pris le gobelet que vous tend votre voisin de gauche et passé un gobelet à votre voisin de droite, recommencez.

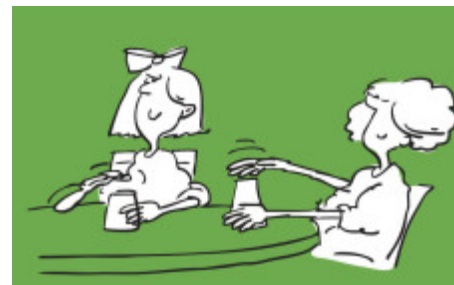


Illustration: Lukas Zbinden

Variante

Pouvez-vous accélérer le rythme?

Conseils: Exercez-vous d'abord seuls, puis par petits groupes, avant de le faire tous ensemble. Comme gobelets, on peut utiliser ceux de yogurt.

Matériel: Gobelets

Degré scolaire	1re à 11e années HarmoS
Forme sociale	Toute la classe (seul, par deux)
Période	Début de leçon, leçon de musique
Durée	10-15 minutes
Intensité	Moyenne
Lieu	Salle de classe
Espace nécessaire	Moyen

Source: «l'école bouge» – Module «Bouger en musique»



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO