

J+S-Kids – Rythmer et danser: Improvisations

Les enfants bougent sur le rythme de la musique. Cet exercice stimule leur imagination et leur créativité.



Le moniteur passe un morceau de musique. Les enfants doivent se mouvoir en rythme de manière créative.

Variantes

- Grand – petit
- Debout – couché
- Fort – doucement
- Vite – lentement
- Donner des histoires et des personnages à imiter en dansant.
- Mettre à disposition des engins à main et des objets pour les improvisations (cordes, cerceaux, foulards de jonglage, balles, journaux, etc.).



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO