

# Freestyle – Breakdance: A la découverte des pas et mouvements

L'objectif initial d'une leçon de breakdance est d'éveiller l'enthousiasme des élèves pour la musique et la danse et de les encourager à se laisser porter par le rythme. Les élèves connaissent les origines du breakdance et comprennent les différents éléments.



## Conditions cadres

- Durée de la leçon: 90 minutes
- Années scolaires: 9H-11H

## Objectifs d'apprentissage

- Expérimenter le rythme
- Connaître et expérimenter les pas et mouvements suivants: pas de pivot/forward-backward, top rock (crossing step, new style), go down (huck), foot work (three step, baby love, rotation step), freeze (baby freeze)

## Moyens didactiques

- [Vidéos didactiques GORILLA Breakdance](#) ou avec l'App GORILLA
- [GORILLA e-learning Breakdance](#)

[Leçon: Breakdance – Pas et mouvements](#) (pdf)

Source: [Gorilla](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Office fédéral du sport OFSPO**