



CARROUSEL DES ÉCOLES

IDÉE D'ACTIVITÉ

Semaine du : lundi 04 mai au vendredi 08 mai 2020

☒ 1-4P (4 à 8 ans)

☐ 5-8P (9 à 13 ans)

☐ 9-11S (13 à 15 ans)

☐ PLUS (tous âges)

TITRE DE L'ACTIVITÉ : Danse

Consigne / Descriptif :

La plupart des tout-petits bougent d'instinct au son de la musique. Alors surtout il ne faut pas hésiter à choisir n'importe quelle musique et à faire bouger son corps. Le but n'étant pas d'apprendre à danser à son enfant (surtout si en tant qu'adulte nous ne sommes pas danseurs étoiles !), mais de lui transmettre le plaisir de bouger au son de la musique et de partager aussi un bon moment ensemble.

De plus la danse a plein de bienfaits (si vous n'étiez pas encore convaincus) tels que développer le cardio et les muscles, travailler le sens de l'équilibre, prendre conscience de son corps et de ses sensations !!

Alors montez le son !!!

Voici également **5 jeux dansants** :

La statue musicale

Mettez de la musique et arrêtez-la régulièrement. Quand la musique s'arrête, arrêtez de bouger. Encouragez votre enfant à s'arrêter de lui-même, en même temps que la musique.

Le bateau

Lorsque votre enfant est capable de s'asseoir seul, balancez-vous ensemble au son de la musique, assis au sol l'un en face de l'autre, en vous tenant par les mains. Vous pouvez vous balancer d'avant en arrière ou d'un côté à l'autre, plus ou moins vite, selon le rythme de la musique.

Le fantôme

Utilisez une grande couverture légère ou un drap, et mettez-vous en dessous avec votre enfant. Avec vos mains, faites bouger le tissu au-dessus de vos têtes plus ou moins rapidement, au rythme de la musique.

Les animaux

Choisissez des comptines ou de la musique qui évoquent des animaux (comme Y avait des crocodiles, Saute petite grenouille ou Le carnaval des animaux) et bougez comme ces animaux, au son de la musique.

Voici des idées de liens des chansons :

<https://www.youtube.com/watch?v=XyUALUZu8QM>

https://www.youtube.com/watch?v=v_KV1ggUj4M

Les instruments

Pour accompagner la musique en dansant avec votre enfant, utilisez un plat et une cuillère ou des maracas faites maison.

Remarques :

Pour aller plus loin (références et liens) :

Un lien vidéo où l'enfant n'a qu'à suivre les mouvements montrés à l'écran

<https://lazzwalla.com/courses/eveil-a-la-danse-1/>