repère culturel

Musique

3-17 ans

30 à 45 min

Petit groupe (5 à 15)

Cerceau musical

Être le dernier participant dans la partie

Source: Camp Mariste

Matériel

- Cerceaux
- Musique

Déroulement

Consignes

1. Sous le principe de la chaise musicale, demander aux participants de tourner autour des cerceaux lorsque la musique joue et de mettre les deux pieds dans un même cerceau lorsque celle-ci s'arrête;
2. Entre chaque tour, enlever un cerceau de façon à ce qu'il y ait un cerceau de moins que de participant;
3. Éliminer de la partie le participant qui ne parvient pas à trouver un cerceau.

Adaptations inclusives

Intégration sensorielle

- Moduler l'intensité. Prévoir un temps raisonnable entre deux moments où il faut sauter dans le cerceau;
- Prévoir un espace de repos;
- Utiliser une musique qui respecte les forces des participants (ex. plus lente, plus forte, etc.);
- Faire un signal visuel lorsque la musique arrête (ex. lever la main, lever un foulard de couleur, etc.);
- Danser au lieu de tourner autour des cerceaux;
- Ajouter un délai de 3 à 5 secondes avant de mettre les 2 pieds dans le cerceau. Compter les secondes à voix haute;
- Poser le pied sur le cerceau au lieu de mettre les deux pieds dedans.

Mobilité réduite

- Moduler l'intensité. Prévoir un temps raisonnable entre deux moments où il faut sauter dans le cerceau;
- Prévoir un espace de repos;
- Utiliser des cordes pour faire de plus grands espaces;
- Utiliser une musique qui respecte les forces des participants (ex. plus lente, plus forte, etc.);
- Faire un signal visuel lorsque la musique arrête (ex. lever la main, lever un foulard de couleur, etc.);
- Danser au lieu de tourner autour des cerceaux;
- Ajouter un délai de 3 à 5 secondes avant de mettre les 2 pieds dans le cerceau. Compter les secondes à voix haute;
- Poser le pied sur le cerceau au lieu de mettre les deux pieds dedans.

Communication

- Utiliser une musique qui respecte les forces des participants (ex. plus lente, plus forte, etc.);
- Faire un signal visuel lorsque la musique arrête (ex. lever la main, lever un foulard de couleur, etc.);
- Danser au lieu de tourner autour des cerceaux;
- Ajouter un délai de 3 à 5 secondes avant de mettre les 2 pieds dans le cerceau. Compter les secondes à voix haute;
- Poser le pied sur le cerceau au lieu de mettre les deux pieds dedans.

Adaptations inclusives rédigées par l'Association québécoise pour le loisir des personnes handicapées (AQLPH).

Favorise le développement

- Motricité globale