repère culturel

Danse

5-12 ans

0 à 15 min

Petit groupe (5 à 15)
Moyen groupe (15 à 30)

Danse du lancé du ballon

Jeu de danse musicale où les participants doivent créer un mouvement au rythme de la chanson.

Matériel

- Une radio

Déroulement

Consignes

1. Positionner les participants dans un cercle;
2. Commencer une chanson et lancer le ballon à un participant;
3. Le participant doit créer un mouvement de danse au rythme de la chanson;
4. Tous les participants doivent imiter le mouvement créé;
5. Changer ensuite rapidement la chanson et demander au participant de lancer le ballon à un autre participant;
6. Le nouveau participant choisi doit à son tour créer un nouveau mouvement de danse et ainsi de suite.

Adaptations inclusives

Intégration sensorielle

- Moduler l'intensité. Prévoir un temps raisonnable entre deux mouvements;
- Penser à trouver des environnements optimaux qui respectent les forces des participants (ex. sans écho, à l'extérieur avec un sol ferme et stable);
- Délimiter l'espace de chaque participant avec des repères visuels et/ou tactiles;
- Distancer les participants de façon à respecter l'espace personnel des participants;
- Rouler le ballon;
- Utiliser une musique qui respecte les forces des participants (ex. plus lente, plus forte, etc.);
- Offrir des choix de mouvement.

Mobilité réduite

- Moduler l'intensité. Prévoir un temps raisonnable entre deux mouvements;
- Penser à trouver des environnements optimaux qui respectent les forces des participants (ex. sans écho, à l'extérieur avec un sol ferme et stable);
- Augmenter ou diminuer la taille du ballon;
- Diminuer le poids du ballon;
- Rouler le ballon;
- Utiliser une musique qui respecte les forces des participants (ex. plus lente, plus forte, etc.);
- Offrir des choix de mouvement.

Agitation et impulsivité

- Délimiter l'espace de chaque participant avec des repères visuels et/ou tactiles;
- Distancer les participants de façon à respecter l'espace personnel des participants;
- Offrir des choix de mouvement.

Communication

- Moduler l’intensité. Prévoir un temps raisonnable entre deux mouvements;
- Penser à trouver des environnements optimaux qui respectent les forces des participants (ex. sans écho, à l’extérieur avec un sol ferme et stable);
- Rouler le ballon;
- Utiliser une musique qui respecte les forces des participants (ex. plus lente, plus forte, etc.);
- Offrir des choix de mouvement.

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