repère culturel

Musique

3-17 ans
Adultes

0 à 15 min

Participants illimité

Swing sur les différents rythmes!

Apprendre à apprécier différents styles de musique

Source: Prima Danse

Matériel

- Haut-parleur pour projeter la musique

Déroulement

Préparation

- Effectuer un petit réchauffement pour être prêt à bouger au maximum durant l'activité

Consignes

1. Demander au participants de bouger selon leur envie et selon ce que la musique leur inspire;
2. Placer une musique pendant une minute et laisser les participant danser;
3. Changer de musique à chaque minute et diversifier vraiment les styles de musique: Rock, hip hop, classique, jazz, latin, etc. Demander par la suite: Comment on se sent et les préférences et difficultés pour chacun.

Variantes

- Faire l'activité sous forme de statue musicale;
- les yeux fermés afin de se soucier encore moins du regard des autres;
- Diriger les participant.es. Par exemple, prochaine musique, bouger seulement les bras, bouger au sol, etc.

Trucs et astuces

- Participer à l'exercice afin que les jeunes embarquent plus facilement, vous êtes des exemples positifs pour eux !
- Faire des mouvements grands et qui peuvent faire rire!
- Adapter les consignes et variantes au fur et à mesure de l'exercice selon la réaction des participants

Favorise le développement

- Créativité
- Expression de soi
- Motricité globale