

CORPS EN MOUVEMENT



MATÉRIEL >>>

- ✓ Musique de styles et rythmes variés

PRÉPARATION >>>

- ✓ Les participants se tiennent à une distance sécuritaire les uns des autres.

DÉROULEMENT >>>

- ✓ Nommez une partie du corps (p. ex., tête, coude, genou, bras).
- ✓ Lorsque la musique commence, les participants font bouger cette partie du corps au rythme de la musique.
- ✓ Explorez différents thèmes (p. ex., parcours, niveaux, vitesses, directions) pour chaque nouvelle partie du corps que vous nommez.