

Équipements Musique

Résultat(s)
d'apprentissage Discuter de l'importance de l'espace en danse, et créer un enchaînement de mouvements de danse qui incorpore des aspects spatiaux.

Description

La danse incorpore une variété d'éléments, et un de ces éléments est l'espace. L'espace peut être interprété ou décrit par :

- **Formes** : cercles, carrés, triangles, etc. qu'on peut faire avec des parties du corps, avec le corps dans son ensemble, ou avec des groupes de personnes.
- **Niveau** : la distance verticale à partir du sol (élevé, moyen, bas)
- **Sens du mouvement** : le sens des déplacements (en avant, en arrière, vers le haut, vers le bas, sur la diagonale)
- **Trajectoire** : les manières de bouger, les lignes que nous suivons (ligne droite/courbée/zigzag)
- **Visée** : où les yeux sont orientés lorsqu'on danse
- **Portée** : les mouvements peuvent être grands ou petits

Expliquez ces aspects spatiaux à la jeune personne et mettez-la au défi de créer un enchaînement de danse qui contient chacun de ces éléments (par exemple, un enchaînement qui contient plusieurs formes, exécutées à différents niveaux, en changeant de direction et en empruntant différentes trajectoires, incorporant de grands et de petits mouvements, et en orientant les yeux vers différents points dans la pièce).

Invitez la jeune personne à choisir un morceau de musique qu'il ou elle aime, et donnez-lui le temps pour créer son enchaînement. Donnez-lui un soutien au besoin, et pensez à créer votre propre enchaînement.

Invitez toute la famille à participer puis interprétez les enchaînements les uns pour les autres!

Compétences d'éducation physique



BOUGER

Les élèves développeront leurs habiletés psychomotrices et apprendront des tactiques et des stratégies pour faire une variété d'activités physiques dans différents environnements.



RÉFLÉCHIR

Les élèves développeront des habiletés cognitives et apprendront des stratégies qu'ils peuvent appliquer dans une variété de contextes de mouvement, en s'exerçant à la pensée critique, la prise de décisions, et la résolution de problèmes.



RESSENTIR

Les élèves développeront des habiletés affectives et apprendront des stratégies favorisant des relations saines et positives avec soi-même, avec autrui et avec l'environnement.



AGIR

Les élèves mettront en pratique des habiletés et des stratégies comportementales qui appuient la maîtrise du mouvement et qui renforcent la confiance.



Questions de réflexion

La réflexion est une étape importante de l'apprentissage d'une activité physique. Pensez à poser les questions de réflexion ci-dessous à la jeune personne et discutez des réponses avec l'élève.

- *Est-ce que c'était facile ou difficile de créer ton enchaînement et incorporer tous les éléments?*
- *Est-ce que tu peux penser à d'autres danses que tu connais qui incluent l'un ou l'autre de ces éléments spatiaux?*



Considérations sur l'inclusion

Il est possible d'apporter des modifications à divers éléments d'une activité donnée pour encourager la participation de tous et de toutes. Lorsque vous planifiez vos activités, pensez aux moyens pour encourager la participation de tous et de toutes, et aux modifications que vous pourriez instaurer afin d'adapter les activités. Le cadre STEP propose des modifications aux aspects suivants de l'activité – surface, tâche, équipement, et participants.

S Surface	T Tâche	E Équipement	P Participants
La jeune personne effectue une variété de mouvements tout en restant en place.	La jeune personne bouge son corps au rythme d'une chanson favorite, en utilisant différentes séquences et séries de mouvements qui correspondent à ses capacités.	La jeune personne utilise un objet (par exemple, une écharpe colorée, un ruban, etc.) et l'incorpore dans la séquence de mouvements.	La jeune personne suit les mouvements d'une autre personne.