

Équipements	Un bâtonnet ou un objet similaire qui peut faire fonction de baguette, un sceau ou un bac
Résultat(s) d'apprentissage	S'exercer à bouger au rythme de la musique, en se tenant le corps à différents niveaux.

Description

Assurez-vous qu'il y a suffisamment d'espace pour faire l'activité en faisant attention d'écartier tous les objets qui pourraient poser un danger. Essayez la « musique » de votre sceau ou votre bac en le retournant et le battant avec la baguette. Alternativement, créez votre propre tambour à partir d'une canette vide : recouvrez l'ouverture d'un ballon non gonflé, et fixez ce dernier en place avec une bande élastique. Créez un rythme avec le tambour et demandez à l'enfant de considérer les types de mouvements qu'il ou elle peut faire pour interpréter le rythme, en pensant au temps (à la cadence) et à l'espace (au mouvement). Spécifiquement, l'enfant peut réfléchir à la cadence de ses mouvements en choisissant de bouger à un rythme lent, moyen, ou rapide, voire de geler sur place. En même temps, l'enfant peut varier le niveau de ses mouvements : élevé, moyen ou bas. Encouragez l'enfant à écouter la batterie et exprimer le rythme dans ses mouvements. Voici des exemples de séquences de mouvements qu'on peut utiliser pour guider l'enfant dans le temps et l'espace. Pour les enfants plus âgés, encouragez-les à créer leurs propres séquences de mouvements : à eux d'indiquer la batterie qui s'impose pour correspondre à chaque section de leur danse.

Temps (cadence) Lent, moyen, rapide, gel	Espace (niveau) Bas, moyen, élevé
Lent	Bas
Moyen	Élevé
Rapide	Moyen
Gel	Bas
Lent	Élevé
Moyen	Moyen
Rapide	Bas
Gel	Élevé

Compétences d'éducation physique



BOUGER

Les élèves développeront leurs habiletés psychomotrices et apprendront des tactiques et des stratégies pour faciliter 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 l'enfant et discutez des réponses avec l'enfant.

- *Quels mouvements ont été les plus faciles pour toi? Et les plus difficiles?*
- *Quelles parties de ton corps as-tu bougées pour garder le rythme?*



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
Compléter l'activité dans un espace où il y a très peu de distractions.	Maintenir une batterie uniforme tout au long de l'activité; l'enfant peut bouger n'importe quelle partie de son corps au rythme de la musique.	Placer une chaise ou un autre objet à côté de l'enfant pour l'aider à maintenir son équilibre; l'enfant peut s'y appuyer lors d'effectuer les mouvements.	L'enfant se tient en face d'une autre personne et suit ses mouvements.