

Expression corporelle – Lundi 14 novembre 2020

Activité : «Joue avec moi !»

Aujourd'hui, je vous propose une activité-jeu à faire à deux :

1. Choisissez une musique que vous aimez.
2. Chacun.e votre tour, bougez une partie du corps.
 - Lorsque l'un.e bouge, l'autre regarde (durée de passage pas trop longue pour que le/la spectateur.trice ne se lasse pas).
 - Celui/celle qui bouge termine en touchant une partie du corps de l'autre pour le/la faire démarrer.Ex : je touche avec mon doigt ton épaule. C'est ton épaule qui te fait bouger pendant que je te regarde avec curiosité. Puis tu viens me toucher le genou, tu t'arrêtes pour me regarder bouger mon genou.

Cela au moins jusqu'à la fin de la musique que vous avez choisi.
N'hésitez pas à laisser votre corps bouger comme il en a envie en partant de la partie du corps touchée. Vous êtes libres de vos mouvements, amusez-vous !

Puis, chacun.e votre tour, proposez un mouvement facile à reproduire.

Chacun.e en propose 4 en tout.

Répétez-les ensemble à chaque fois. Vous arriverez ainsi à une « phrase » commune.

1. Faites la face à face
2. Puis de plus en plus vite
3. Puis au ralenti
4. Puis loin l'un.e de l'autre
4. Puis avec une musique que vous choisissez
5. Combinez toutes les façons que vous aimez de la faire, ensemble ou pas, à tour de rôle, rapide ou lente...

Pour finir, prenez un temps pour vous dire ce qui était bien, ce que vous avez aimé voir, faire etc.



Bonne séance !

A la semaine prochaine et n'oubliez pas : par les temps qui courent, jouer ensemble aide encore à égayer nos jours. Les enfants, montrez nous l'exemple !

Sara

