

Hip hop



Deux groupes sont réunis dans un local suffisamment grand (aula, salle de sport, etc.) pour suivre un cours de hip hop. L'enseignant présente les premiers pas de danse pour créer une chorégraphie courte, simple et entraînante. Chaque enfant peut adapter les pas de base en fonction de ses compétences.

L'objectif est de permettre aux élèves de montrer ce dont ils sont capables en se laissant porter par la musique. Les enfants réagissent de manière différente aux stimuli extérieurs (personnes présentes, espace, musique). Il n'y a ni mouvements justes, ni mouvements faux. Personne n'est ainsi exclu.

Les élèves sont invités à percevoir leur corps sans contrainte.

Variante

Cette leçon peut également se dérouler en plein air.

Matériel

- Musique