ACRO-DANSE

DANZA



Lü

COMPÉTENCES

- Nommer quelques perceptions provenant de son corps lorsqu'il est en mouvement ou immobile
- Trouver quelques façons de rester en équilibre.★
- Expliquer quelques façons de coordonner ses mouvements.★
- Exécuter des rotations complexes.
- Décrire quelques bienfaits psychologiques liés à ses expériences d'activités physiques.
- Décrire quelques bienfaits physiologiques liés à ses expériences d'activités physiques.

VOCABULAIRE

- Équilibre
- Coordination
- Rotation
- Transfert de poids

MATÉRIEL

- 1 tapis par équipe

ORGANISATION

- 24 - 80 élèves, divisés en groupes de 4
- 10 minutes

Installez les tapis dans l'aire de jeu et placez une équipe auprès de chacun d'eux.

ACRO-DANSE

DANZA

VARIATIONS

- Sélectionnez le mode libre de Grööve pour remplacer Danza.

GRAND GROUPE

- Jouez tel qu'indiqué.

PISTES DE DISCUSSION

- Quel type de rotation préférez-vous exécuter? Pourquoi?
- Comment vous sentez-vous pendant les rotations?
- Quels sont les bienfaits psychologiques liés à cette activité?
- Quelles activités physiques vous procurent le plus de bienfaits psychologiques? Quels sont-ils?
- Quels sont les bienfaits physiologiques liés à cette activité
- Quelles activités physiques vous procurent le plus de bienfaits physiologiques? Quels sont-ils?

COMMENT JOUER

1. Sur votre Lü, ouvrez l'application Danza puis appuyez sur *Jouer* pour commencer.
2. Les élèves suivent le mouvement proposé par le danseur à l'écran.
3. Un à la fois, les élèves tentent de réaliser une activité (voir les compétences ci-bas) choisie par l'enseignant sur le tapis pendant que leurs pairs dansent.
4. Circulez pour assister les élèves qui en ont besoin.
5. Faites une nouvelle partie en changeant la compétence travaillée.
6. Faites un retour en grand groupe à l'aide des *Pistes de discussion* suggérées.

COMPÉTENCES

- Appui tendu renversé (ATR)
- Roue avant
- Roue latérale
- Rondade

© Tous droits réservés - 2023