COUPS DE PIED DANSÉS

VÖTE



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.★

VOCABULAIRE

- Transfert de poids
- Coordination
- Équilibre
- Actions de non-locomotion

MATÉRIEL

- Vöte *Coups de pied dansés*

ORGANISATION

- 24 - 80 élèves
- 10 - 15 minutes

Les élèves se dispersent dans l'aire de jeu devant Lü en s'assurant d'avoir assez d'espace pour exécuter les mouvements.

COUPS DE PIED DANSÉS

VÖTE

COMMENT JOUER

1. Sur votre Lü, ouvrez votre contenu aimé, dirigez-vous dans la section Vöte puis sélectionnez les options suivantes:
   a. *Coups de pied dansés*;
   b. Appuyez sur *Jouer* pour commencer.

2. Enseignez les deux types de coups de pied dansés affichés à l'écran puis demandez aux élèves de s'exercer à les réaliser.

3. Après 5 minutes d'entraînement, demandez aux élèves de répondre à la question du sondage puis de retourner à leur place.

4. Passez à la question suivante puis répétez les phases d'enseignement et de pratique.

5. Lorsque tous les coups de pied dansées ont été enseignés, faites un retour en grand groupe en analysant les résultats du Vöte et en discutant avec les élèves à l'aide des *Pistes de discussion* suggérées.

COMPÉTENCES

- Grand battement avant
- Grand battement latéral
- Développé avant
- Développé latéral
- Fan kick bas
- Fan kick haut

VARIATIONS

- Demandez aux élèves de créer leur propre coup de pied. Encouragez-les à nommer leur mouvement et à l'enseigner au reste du groupe.

GRAND GROUPE

- Jouez tel qu'indiqué.

PISTES DE DISCUSSION

- Avez-vous déjà vu ces coups de pieds dans une danse? Laquelle?
- Comment vous êtes-vous sentis lorsque vous réalisiez ces mouvements?
- Comment restez-vous en équilibre pendant ces mouvements? Quelles parties de votre corps travaillent pour garder cet équilibre?
- Quelle est la relation entre le transfert de poids et le coup de pied?

© Tous droits réservés - 2023