



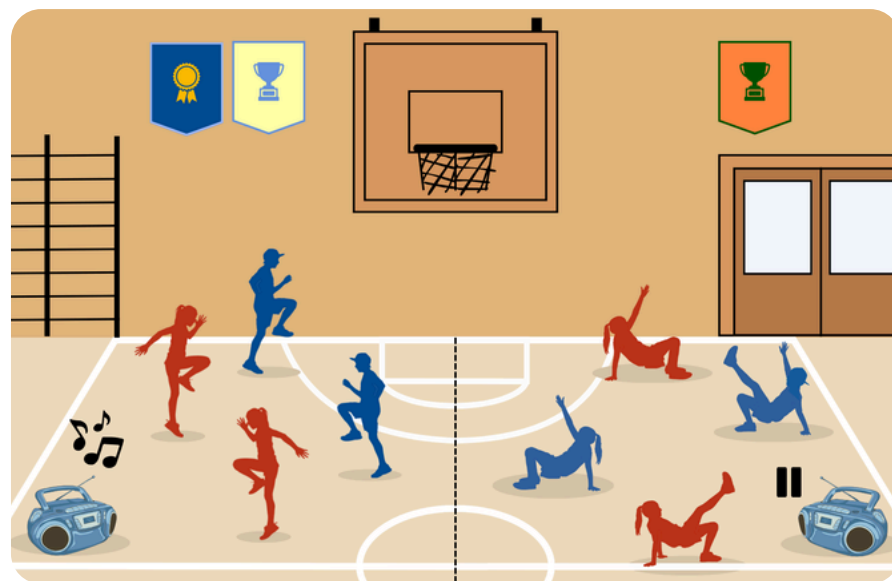
Objectif Le but de ce jeu est de se déplacer au rythme de la musique, puis de maintenir une pose d'équilibre une fois que la musique s'arrête.

- Mise en place**
- Les participants se répartissent dans l'aire de jeux.
 - À votre signal (par exemple, lorsque la musique commence), les participants gambadent au rythme de la musique.
 - Lorsque la musique s'arrête, nommez une pose d'équilibre (par exemple, le bateau, le crabe, etc.).
 - Les participants s'arrêtent et se placent dans la pose d'équilibre qui a été nommée.
 - Les participants doivent tenir la pose pendant 5 à 10 secondes.
 - Lorsque la musique recommence, les participants arrêtent de tenir la pose et se déplacent à nouveau en gambadant.
 - Jouez plusieurs fois pour que les participants changent de pose plusieurs fois.

- Adaptations et Modifications**
- Réduire la durée pendant laquelle la musique est mise en pause ou est jouée.
 - Changer l'habileté de locomotion (par exemple, courir, galoper, sauter à cloche-pied) que les participants font pour se déplacer lorsque la musique joue.
 - Permettre aux participants de choisir leur propre pose d'équilibre.
 - Si nécessaire, permettre aux participants d'utiliser des tapis pour effectuer les poses.
 - Ajouter des obstacles dans l'aire de jeux.

- Sécurité**
- Rappelez aux participants de garder la tête levée et de regarder vers où ils se déplacent.
 - Vérifiez l'aire de jeux pour détecter d'éventuels dangers.

Diagramme : L'équilibre en musique



Matériel Musique, tapis (optionnel)