Musique

# Séance 1

Séance d’EPS le 29.01.2013

## Echauffement

1 coup : marcher

2 coups : trottiner

3 coups : pas chassés

Plein de coups : courir

## Tempo

Marcher sur le tempo à différentes vitesses.

Idem en étant par 2, 3, 4 (etc.) en petit train.

Idem en étant par 2, 3, 4 (etc.) brase dessus-dessous.

## Une poule sur un mur

Marcher sur le tempo.

Marcher sur le rythme.

## Etirement

Musique calme.

# Séance 2

## Rythme *We will rock you*

Faire le rythme de la chanson :

* En disant 1, 2, 3.
* En disant des onomatopées.
* Avec des percussions corporelles en même temps que les nombres.
* Juste les percussions corporelles (cuisses et mains).
* Juste les percussions corporelles avec la musique *We will rock you*.