

Danses folles !

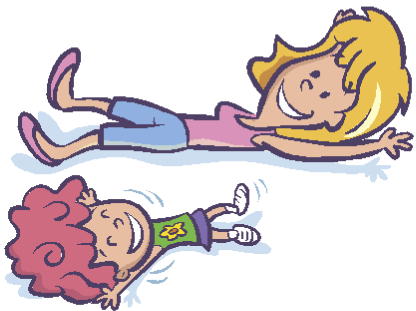
Demande à un adulte de mettre de la musique entraînante et invite-le à danser drôlement comme le font Érica et sa maman.



- 1.** Fais la danse du « popcorn » en sautant.



- 2.** Fais la danse du « brassage de sauce à spaghetti » en bougeant les bras comme si tu tournais une grosse cuillère dans un chaudron.



- 3.** Fais la danse du « bacon qui cuit dans la poêle » en te couchant sur le dos et en bougeant bien tes bras et tes jambes.



- 4.** Fais la danse de « la crème glacée » en laissant ton corps tout mou et en te laissant tomber tranquillement sur le sol.

Activité complémentaire

Pour aider votre enfant à explorer d'autres façons de bouger, vous pouvez lui demander de s'inspirer des animaux pour danser. Par exemple, demandez-lui de danser très lentement comme une tortue, comme un oiseau qui vole ou comme un poisson dans l'eau.

À retenir

La danse favorise le développement physique de votre enfant. Bouger sur de la musique améliore sa coordination et encourage sa créativité. En plus, c'est drôle et amusant !