

# **Variations musicales pour l'éducation rythmique et motrice 1. .**

**Numéro d'inventaire :** 2010.05522

**Auteur(s) :** Jeannine Coriou

**Type de document :** disque

**Imprimeur :** Montreuil Offset

**Date de création :** 1980 (vers)

**Collection :** Unidisc ; UD 30 199

**Inscriptions :**

- ex-libris : avec
- nom d'illustrateur inscrit : Geminel, E.

**Description :** Objet composé d'une pochette souple illustrée en couleur abimée et d'un disque phonogramme 33 T rigide.

**Mesures :** diamètre : 30 cm

**Notes :** Disque contient : Face A : leçon 1 : 1. Assouplissement des pieds et des chevilles, 2. Assouplissement des chevilles et échauffement des muscles, 3. Saut rythmé, 4. Assouplissement des bras et des épaules, 5. Maîtrise de l'espace, 6. Équilibre, 7. Assouplissement du tronc, 8. Travail des muscles abdominaux et dorsaux, 9. Évolutions : marche et course, 10. Exercice de dextérité, 11. Retour au calme, 12. Improvisation. Face B : Leçon II : I. Coordination et équilibre, II. Maîtrise de soi, III. Assouplissement des épaules et des poignets, IV. Assouplissement de la tête et du cou, V. Travail des muscles abdominaux, VI. Éducation rythmique, VII. Étirement des jambes, VIII. Évolutions : sautillé et galop, IX. Assouplissement des bras et des épaules, X. Retour au calme, XI. Improvisation. Complément auteur : conception et réalisation Jeannine Coriou. Interprètes : orchestre François Rauber. Cote et code-barres du CRDP d'Amiens.

**Mots-clés :** Éducation physique et sportive

Publications audiovisuelles à l'usage de l'enfance et de la jeunesse

**Filière :** non précisée

**Niveau :** non précisée

**Autres descriptions :** Langue : Français  
ill. en coul.





