

## L'éducation physique en musique. À l'école du 1er degré. Cours moyen 2me année

**Numéro d'inventaire** : 2012.02631 (1-2)

**Auteur(s)** : Robert Raynaud

**Type de document** : disque

**Date de création** : 1959 (restituée)

**Collection** : Radium ; N° D 106

**Description** : Objet composé d'une pochette souple en papier kraft, d'un disque phonogramme 33 T 1/3 rigide et d'une fiche rigide en carton, illustrée.

**Mesures** : diamètre : 30 cm

**Notes** : (1) Disque. Face A : Leçon n°1 : texte et musique. Face B : Leçon n°1 : musique seule. (2) Fiche cours supérieur N°1. Complément auteur : Musique originale et orchestre de Camille Sauvage. Date restituée d'après le catalogue de la BnF (DL). "Collection réalisée sur l'initiative de la Direction Générale de la Jeunesse et des Sports".

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

**Filière** : École primaire élémentaire

**Niveau** : Cours supérieur

**Autres descriptions** : Langue : Français

Nombre de pages : n.p.

Commentaire pagination : 2 p.

ill. en coul.





# L'ÉDUCATION PHYSIQUE EN MUSIQUE

A L'ÉCOLE DU 1<sup>er</sup> DEGRÉ par Robert RAYNAUD

Cours Supérieur N° 1

Course en cercle autour du Maître. Terminer par des lancers de jambes fléchies en avant, sur place, bras souples, tronc penché en arrière. Marche lente avec respirations.



Sauter à cloche-pied, en rebondissant quatre fois sur un pied et quatre fois sur l'autre pendant 30 ou 40 secondes. Marche. Respirations.



Quatre pas de course, demi-flexion puis extension des jambes avec saut en hauteur et reprise de la course. Marche. Respirations. STOP. — A gauche, face au Maître, grandes distances.



Debout, jambes tendues réunies. Balancer alternatif des bras à la verticale en forçant le plus loin possible en arrière.



Bras tendus latéralement, paumes en bas. Dessiner de petits cercles, d'avant en arrière, avec l'extrémité des doigts, mais en laissant les bras bien tendus et en forçant le plus loin possible en arrière, tête levée, dos plat, abdomen rétracté.



Mains aux hanches. Circumduction d'une jambe tendue qui s'élève en avant et s'écarte sur le côté pour se porter ensuite en arrière. Alternativement.



Bras latéraux, une jambe légèrement en retrait de l'autre et reposant sur le sol par la pointe du pied. Lancer la jambe arrière le plus haut possible en avant, en portant le corps en équilibre sur la jambe avant et en allant toucher, en l'air, avec les mains, l'extrémité du pied.

Douze fois pour une même jambe et changer.

