

The background features a white space with a large, light blue dashed line forming a partial circle. Various colored circles are scattered around: a large teal circle with a white center in the top left, a smaller teal circle below it, a lime green circle in the top right, a green circle with a dashed border below it, a pink circle in the middle right, an orange circle below it, a yellow circle with a white center in the bottom right, a green circle with a white center in the bottom left, and a yellow circle with a dashed border in the middle left.

# Épisode 1: La danse à relais

A yellow circular logo with the text 'B@F' in white, a blue smiley face below it, and a blue arrow pointing to the right.

B@F

# Bonjour!



## Je suis Benoît

À chaque semaine, je vais vous proposer des idées afin de cultiver un peu plus de bonheur dans votre école.



“

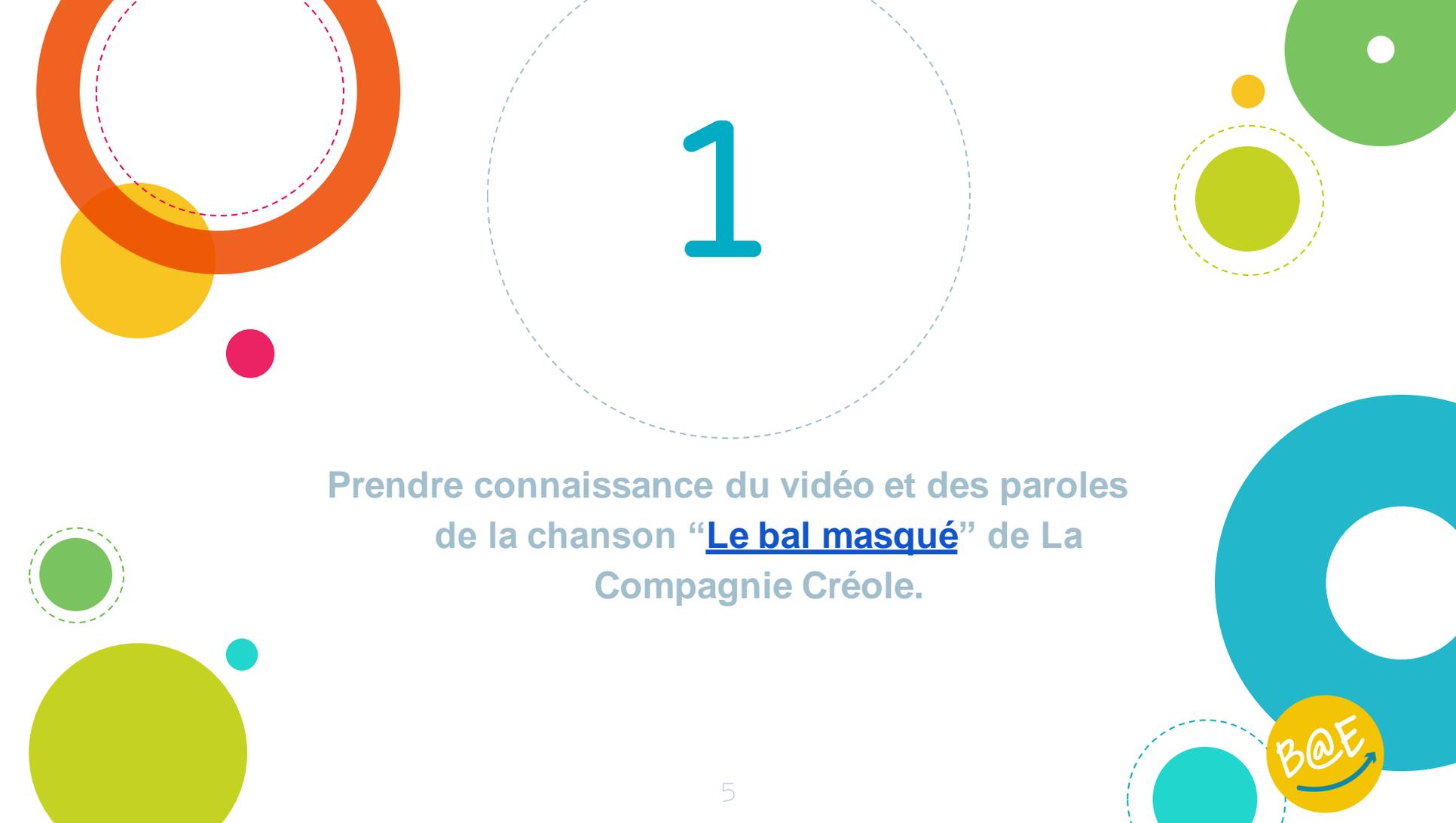
© **Création d'une danse à relais  
afin de dépenser les calories  
des derniers jours !**



## Voici le résumé de l'activité

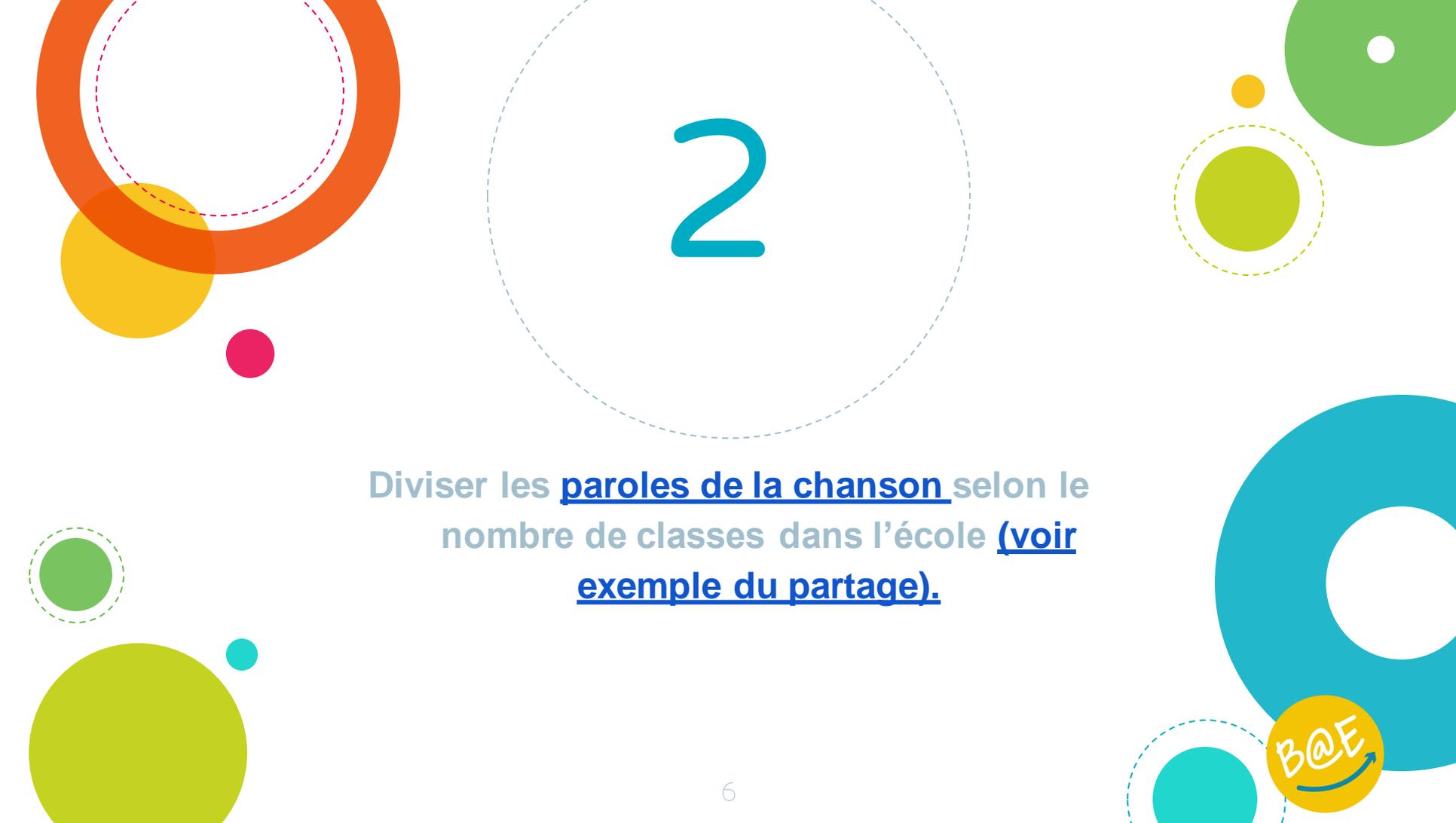
- ◎ Chaque classe invente un mouvement simple que l'on ajoute à la danse.(par ex. mouvement haut, moyen et bas, de la tête, des épaules, des bras, des jambes, des pieds, des mains, des doigts, sauter sur place, tourner en rond ...)
- ◎ L'enseignant-e décrit le mouvement choisi avec ses élèves dans un document partagé.
- ◎ À la fin, chacune des classes fait l'ensemble de la danse sur la musique de la compagnie créole "Le bal masqué".
- ◎ Le défi est de respecter l'ordre des mouvements ... bonne chance !



The background features several overlapping circles in various colors: orange, yellow, pink, green, and teal. Some circles have dashed outlines. A large teal circle with a white center is on the right side. A yellow circle with the text 'B@E' and a blue arrow is at the bottom right. A large teal number '1' is centered within a large dashed teal circle.

1

Prendre connaissance du vidéo et des paroles  
de la chanson “Le bal masqué” de La  
Compagnie Créole.



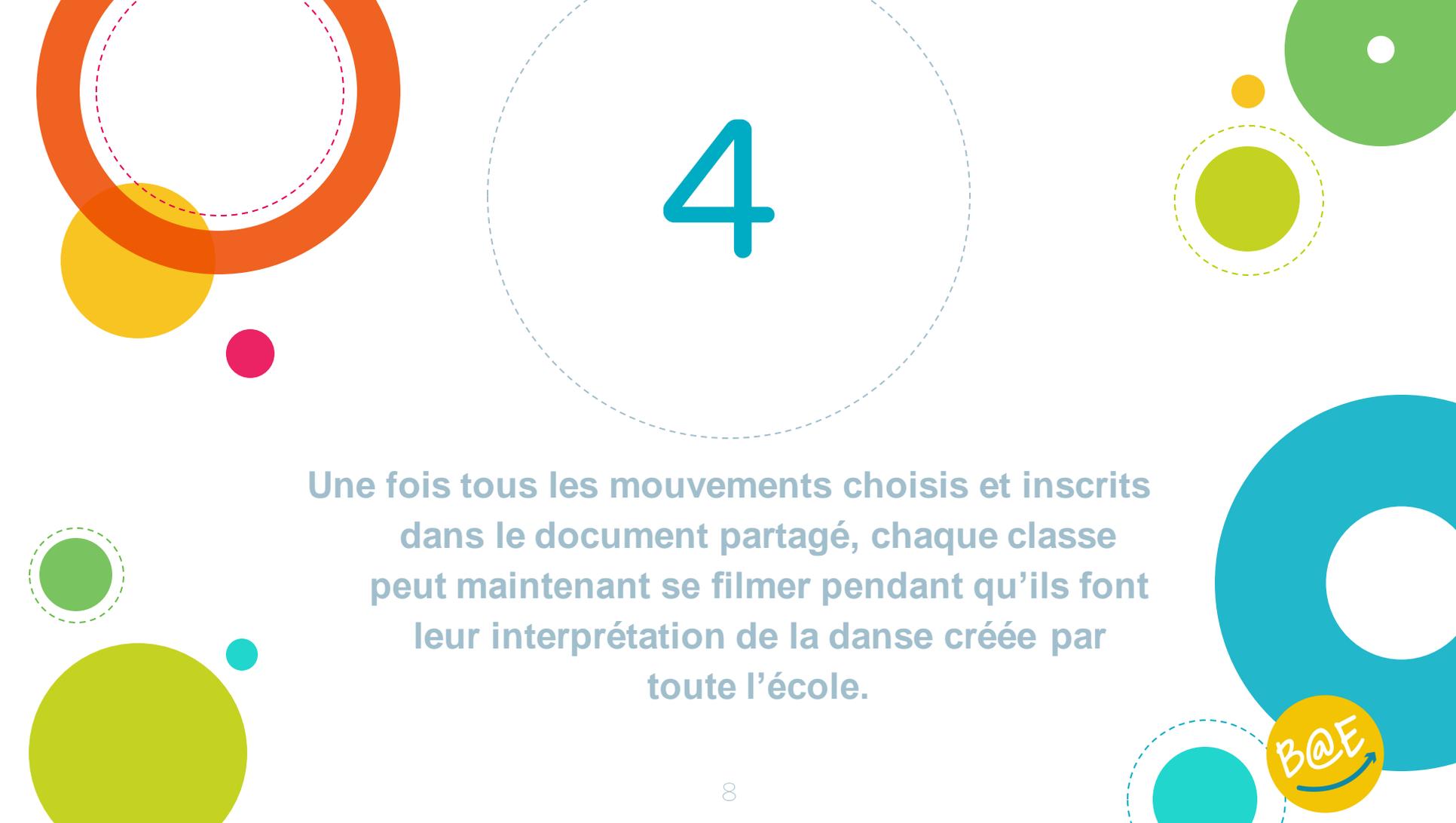
2

Diviser les paroles de la chanson selon le nombre de classes dans l'école (voir exemple du partage).

The background features several overlapping circles in various colors: orange, yellow, pink, green, and teal. Some circles have dashed outlines. A large teal circle with a white center is on the right side. A yellow circle with the text 'B@E' and a blue arrow is at the bottom right. A large teal number '3' is centered within a large dashed circle.

3

Chaque classe ajoute un mouvement à la section assignée et l'inscrit dans le document partagé.

The background is white with various colorful circles and dashed lines. In the top left, there's a large orange circle with a dashed red inner circle, overlapping a yellow circle and a small pink circle. In the top right, there's a green circle with a white dot, a small orange circle, and a lime green circle with a dashed yellow border. In the bottom left, there's a green circle with a dashed green border, a small cyan circle, and a large lime green circle. In the bottom right, there's a large cyan circle with a white center, a small cyan circle with a dashed cyan border, and a yellow circle with the text 'B@E' and a blue arrow. A large dashed blue circle is centered in the upper half of the page.

# 4

**Une fois tous les mouvements choisis et inscrits dans le document partagé, chaque classe peut maintenant se filmer pendant qu'ils font leur interprétation de la danse créée par toute l'école.**

The background features several overlapping circles in various colors: orange, yellow, pink, green, and teal. Some circles have dashed outlines. A large teal circle with a white center is on the right side. A yellow circle with the text 'B@E' and a blue arrow is at the bottom right. A large teal number '5' is centered in a dashed circle.

5

**S'amuser et se réunir virtuellement, en visionnant les différentes interprétations des autres classes (p. ex., pendant la collation ou le dîner).**



## Variante

- ⦿ Chaque classe peut créer sa propre danse et partager par vidéo sa création artistique aux autres classes.





## Ressources

- ① [Exemple de document partagé pour répartir la danse](#)
- ① [Paroles de la chanson « Le Bal masqué »](#)
- ① [La vidéo et les paroles de la chanson « Le Bal masqué »](#)



Merci!



**Vous avez des idées pour  
nos prochaines semaines?  
Écrivez-moi!**

[Happyculteur@bonheuralecole.org](mailto:Happyculteur@bonheuralecole.org)





Une présentation de  
Bonheur à l'école

[www.bonheuralecole.org](http://www.bonheuralecole.org)