

Les consignes peuvent se traduire en verbes d'action. Par leur contraste, ces derniers permettent d'agir sur plusieurs paramètres du mouvement. On peut parler d'un véritable lexique cinétique...

caresser, appuyer, trembler

glisser, flotter

frapper, fouetter

Energie

Taper, cogner, exploser

tapoter, effleurer

frotter, racler

marcher, courir

TEMPS

balancer, basculer

sauter, marcher, glisser, rouler, tourner

propulser, envoyer, impulser, jeter, projeter, s'élaner

s'étirer, relâcher, étirer, s'enfoncer

pousser, repousser, presser, tirer

monter, s'élever, se relever

presser, tordre

tomber, trébucher, chuter

s'enrouler, s'étirer

ESPACE

Avancer, reculer, se retourner

traverser, s'arrêter

entraîner, s'opposer, résister, s'équilibrer

se suivre, s'éviter, contourner

CORPS

marcher, ramper

tournoyer, virevolter, onduler

suspendre, s'alléger, s'alourdir

rebondir, bondir, amortir, s'écraser

s'allonger, se recroqueviller

se grandir, se ramasser

s'asseoir, se lever

agrandir, rétrécir

Porter, soutenir, toucher

L'AUTRE