

CYCLE DANSE

Objectif : Créer par groupe de 2 à 5 , une chorégraphie à partir d' un thème.

SR : un début, 4 rencontres, 4 déplacements, une fin.

L'évaluation prendra en compte les paramètres constituant les APA : corps, espace, temps, énergie, relations entre danseurs

l'investissement : les gestes parasites, la concentration et la présence du danseur, le rôle du chorégraphe et du spectateur.

Rappel : la danse à l'école ne peut être l'enseignement d'un style.

L'objet d'enseignement est la phrase dansée (SR) que l'on va enrichir par rapport au corps espace temps énergie et aux procédés de composition.

les APA peuvent être définies comme des modalités originales d'exploitation de l'expressivité du corps dans le but de communiquer.

Compétences développées : mobiliser son corps dans des formes variées, s'organiser collectivement pour aboutir à un produit final, accepter le regard de l'autre.

Séance 1 Niveau 1 : Se présenter

Echauffement en cercle pour rendre les élèves disponibles, à l'écoute les uns des autres : le prof montre des gestes simples en citant des verbes d'action simples.

Exemple : se frotter les mains, ouvrir les 2 bras, mettre les mains derrière la tête.

Se pencher à droite, à gauche, monter les 2 bras en haut en s'étirant jusqu'à toucher le plafond, enrouler le dos jusqu'en bas, plier les jambes, les tendre et dérouler le dos les bras relâchés. Ouvrir les bras, mains derrière la nuque, faire le dos rond (s'enrouler et faire une boule), ressort ! (sauter saut extension), plonger devant corps gainé, plier les jambes, dérouler le dos comme un serpent pour revenir à la station debout. on le refaire en commençant par la gauche.

l'enseignant regarde, consigne : vous devez être à l'écoute les uns des autres, on ne doit pas voir qui mène, on peut demander aux élèves de le faire un sur deux, ou que les filles, que les garçons (qui auront été placés fille/ garçons un sur deux côtes à côtes) afin que les élèves se rendent compte du rendu.

variables niveau 2 : * mêmes gestes mais face à face, 2 par 2 en 1/2 classe.

l'autre 1/2 classe observe et dit si on a deviné qui menait (on ne doit pas le voir ! travail de l'écoute).

* On peut organiser les élèves en 4 petits groupes en losange, il y a un leader devant qui fait les mêmes gestes, toute la classe le suit et quand il veut changer il fait un 1/4 de tour vers l'autre petit groupe et c'est celui qui est devant qui devient le leader, ainsi de suite, le leader change à chaque fois pour que chaque élève soit passé devant une fois .

* on peut faire les mêmes gestes en travaillant le rythme : enchaîner ces gestes sur une musique douce et compter 4 temps pour chaque action...etc 1/11

Séance 1 : Se présenter.

La classe est en cercle pour que l'enseignant voit tous les élèves.

Chacun doit se présenter en disant son prénom et en proposant un geste qu'il aime bien (geste fondateur < *Odile Duboc*).

le prof commence et apprend son geste à la classe (on proposera un geste parlant en fonction du public : vague). Un autre élève propose un geste avec son prénom (élève désigné ou volontaire...). La classe reprend le geste 1 de la prof + le geste 2 de l'élève , on commence la chorégraphie de la classe !

on peut commencer à aborder la notion de rythme en disant aux élèves : celui qui a un prénom court peut proposer un geste bref (ex : Loïc, un saut) , celui qui a un prénom long peut proposer un geste plus long (ex : Alexandra, un tour sur soi ou cercle de bras). L'Et a expliqué à la classe que tout geste est danse si on y met un mouvement dans un espace avec une vitesse (et une intention). Il n'y a aucun style imposé ! Exemple : Jean-Baptiste a été désigné et n'a pas d'idée, il reste le bras croisé et la main sur sa joue : l'Et dit TB, en danse comme en musique il y a des silences, nous utiliserons le stop de J-B comme un silence mais dans quelle intention ? j'attends ? je rêve ? je provoque ? les élèves entrent peu à peu dans le sens du mouvement...

l'Et abordera les différents niveaux dans l'espace (le haut : les sauts, le moyen : debout et le sol) pour varier les mouvements dans l'espace.

On peut ajouter 10 gestes pour former la chorégraphie de la classe.

L'Et propose une musique rythmée pour motiver les élèves.

Les élèves sont partagés en 2 groupes et répète la choré face à face en question / réponse : le groupe A danse, le groupe B regarde face à face et on inverse, jusqu'à ce que tous aient mémorisé. on ne dit plus les prénoms.

Vers un niveau 2 : on travaille sur le rythme avec une musique rythmée, être en adéquation sur la musique (faire frapper le tempo par les élèves avant).

Choisir une musique avec une mélodie, leur faire écouter la mélodie.

la classe refait la chorégraphie avec des gestes rythmés, toniques sur le tempo (travail de l'énergie) en marquant les pulsations (impulses) en se montrant énérvé, agressif, etc... La classe refait la choré sur la mélodie avec des gestes continus, fluide comme si on volait, flottait, ...

on peut aussi ajouter des bruitages sur les gestes et aborder la notion de respiration ... (niveau 3?).

Situation : se mettre par groupe de 3, 4, 5 (ou 6 maximum), proposer aux danseurs de son groupe un geste (chacun est chorégraphe à tour de rôle, il n'y en a pas un qui impose tout au groupe !), leur apprendre, le répéter ensemble pour le mémoriser. introduire entre chacun de ces 3, 4 ou 5 mouvements un déplacement dans la salle (sauter, courir, marcher, reculer, rouler, etc...). montrer à la classe, groupe par groupe, sa petite chorégraphie.

L'Et a expliqué que nous n'étions pas là pour juger mais observer le respect des consignes (énoncées et écrites au tableau : 1 début, 4 gestes, 4 déplacements, une fin, un thème), les effets qui rendent "bien" (ex : tous ensemble, espace grand, canon, rire émotion ou communication avec le public) et ce qu'il y a à améliorer (ex : les gestes parasites, les rires, les remontées de manches). On peut parler de la richesse des réponses motrices, leur originalité.

Niveau 2 : on peut aborder les bruitages pour donner du rythme à la chorégraphie, du sens au mouvement (je suis repoussé en arrière par le vent, je trépigne des pieds, je vole et traverse l'espace, je chute et meurs...boum !). Certains élèves sont très forts pour faire des bruitages avec leur voix ! On insistera sur la notion de continuité gestuelle (fluidité, douceur) ou rupture (blocages musculaires, impulsions hip-hop) pour exprimer une intention. Nous sommes une bande voyous ? une bande de copines joyeuses ? des robots ? importance du support musical pour solliciter l'imaginaire des élèves.

Séance 2 : enrichir les propositions de la séance 1

Echauffement "rituel" toujours identique...écoute et disponibilité.
Reprendre la petite chorégraphie par groupe pour l'enrichir en précisant l'intention de chaque geste pour préciser le "projet de création" (textes).
Reprendre la choré en utilisant l'espace de façon riche.
L' Et demandera aux élèves les différents "dessins" dans l'espace (les formations qui sont l'organisation du groupe dans l'espace : en ligne, en colonne, en diagonales, en cercle, en étoile, en carré, en rectangle). On parlera de directions en **niveau 1** et de formations et d'orientation en **niveau 2** (frontal, de dos, profil). L'Et dessine les différentes possibilités au tableau, les élèves doivent en choisir 4.
On parlera des procédés de composition simples : exemple : canon, répétition.

Niveau 2 : enrichir par rapport au **corps** (précision, tonus musculaire, qualité, amplitude, originalité), par rapport au **rythme** (quelle vitesse), à l'**énergie** (fluide...saccadée), par rapport aux **formes de regroupement** (ensemble, en canon, 2 par 2 en décalé, 2 par 2 en miroir, ...), par rapport aux procédés de composition (répétition)... au service de **l'intention** (quel état de corps ?) pour communiquer quoi au public ?

Quand les élèves "madame on n'a pas d'idées : - à quoi vous fait penser la musique ? quelle gestuelle pour exprimer cela ?".

Cette séance peut aboutir à une petite évaluation par chacun des groupes sur le respect des consignes / 5 points pour centrer les spectateurs sur le comment et pourquoi et non "j'aime/ j'aime pas... C'est bien, c'est nul..."

Séance 3 : se dire "bonjour" (thème de la rencontre abordé lors du cycle)

Echauffement identique en lui-même mais peut varier dans sa forme (en cercle, par 2, en losange ...)... écoute, disponibilité.

Marcher dans toute la salle en occupant tous les espaces libres.

Marcher et lorsque l'Et arrête la musique, aller vers quelqu'un de proche et lui dire "bonjour" en parlant (comment ça va ?...), marcher ... dire bonjour sans se parler, sans bruit. Comment fait-on ? marcher et trouver une façon de dire bonjour par le regard...quel regard ? (sourire, ouvert, tête inclinée de haut en bas), marcher comment se dire bonjour autrement qu'avec la main ?, avec le pied ? l'épaule ? le petit doigt (on invente tous les possibles !), on rebondit sur les idées des élèves. Ce qui est recherché c'est le foisonnement des réponses motrices. Comment peut-on travailler la qualité gestuelle ? : demander aux élèves de dire "bonjour" en changeant de vitesse (ralenti...douceur, humour), impulse (violence, virilité < *hakka*).

En **niveau 1** on cherche le sens du mouvement et la richesse des réponses motrices; en **niveau 2** le jeu sur les paramètres de la danse (vitesse, espace). exemple : ouvrir grand les bras pour se prendre dans les bras... ralentir pour se serrer la main.

Situation 1 : Inventer 4 façons de se dire bonjour avec 4 parties du corps différentes (contacts) et 4 déplacements qui annoncent le contact, un thème. Consigne : les déplacements doivent être dynamiques les rencontres ralenties. les déplacements sont 4 trajets dans l'espace différents (pour éviter l'effet "tiroir": on s'approche, on se recule, on s'approche...).

Séance 4 : Enrichir les rencontres ...

Niveau 1 : par rapport au sens des contacts (qu'est-ce que vous voulez dire avec votre corps ?), par rapport au respect du rythme, par rapport à l'utilisation de l'espace, par rapport à la précision des gestes calés sur la musique pour que la choré soit structurée pour tout le groupe, par rapport à la richesse / originalité des réponses, par rapport aux formes de groupement (contact à 4 "la fleur" en 6° chez les filles..., 2 par 2 , etc...) et par rapport à un procédé de composition (canon, répétition, décalage...).

Niveau 2 : par rapport à la justesse du geste au service du propos (présence), exemple : quelle qualité gestuelle pour la nonchalance ? quelle partie du corps déclenche le mouvement ? (le bassin), quelle vitesse ? (ralenti).

Jeu avec les composantes du mouvement pour créer l'intérêt du spectateur.

ex : marche nonchalante et arrêt lors du regard 2 par 2...

Variable niveau 2 : les actions de la main

quelles peuvent-elles être ? le prof écrit tous les possibles au tableau :

la main caresse, coupe, tranche, saisit, flotte, appui, tire, pousse, glisse.

La classe est en cercle et on mime avec la main ces verbes sur le sol, tous ensemble pour que chacun connaisse le mot.

Le prof peut faire le bruitage pour que chaque élève saisisse l'énergie et la différence de vitesse de la main flotte et la main saisit.

Marcher dans toute la salle, transposer la main "flotte" en marchant, flotter autour de soi (espace périphérique) , la main saisit... marcher et emmener les élèves dans différentes qualités (musique douce).

Par 4 : transposer 4 actions de la main dans un espace proche (sur soi), un espace périphérique (autour de soi) et un espace lointain (flotter en traversant toute la salle en courant par exemple).

La danse ne sera pas "raconter un histoire" avec son corps mais donner du sens à mon geste pour communiquer une émotion aux spectateurs. Il n'y a pas un thème à cette danse , Cunningham dit que "le mouvement est expressif en lui-même", si l'élève met une qualité (un chemin, une direction, une vitesse, une intention) dans son geste , c'est là que naît la poésie du mouvement...

La séance peut se terminer par une petite évaluation sur le respect des consignes, sur 5 points. Les spectateurs s'approprient les critères de réussite :

- il y a t-il un début ? une fin ?
- la chorégraphie est-elle un "produit fini" ou peu maîtrisé ...
- les contacts sont-ils riches, originaux, au service du thème ?
- l'espace est-il occupé ?, quels effets ?, ...

Chaque groupe observe un critère différent lors de chaque passage.

L'Et observe tout et commente à la fin de chaque choré :

- * quels effets produits sur les spectateurs et pourquoi ?
- * qu'est-ce qui peut être amélioré ? (construction positive et non jugement)

Séance 5 : Sculpter le corps de l'autre , habiter son geste...

Echauffement en cercle ou 2 par face à face en miroir.

L'Et explique qu'on se met 2 par 2, la statue ferme les yeux et se laisse sculpter par B. L'Et insiste sur la recherche nécessaire de détails, les mains, la position de la tête, le lien entre la sculpture et l'univers sonore (musique douce du désert). Lorsque B aime bien sa sculpture, il la reproduit en miroir face à A. C'est le signal (plus de contact) pour inverser les rôles. L'Et demande alors de chercher une sculpture au niveau médian, proche du sol, la reproduire et inverser les rôles... puis au sol.

La classe est divisée en 2 groupes. les élèves montrent 2 par 2 en occupant bien l'espace, "l'atelier du sculpteur". Si un duo a terminé avant les autres il s'immobilise. A la fin l'Et invite les élèves à commenter : pourquoi Mathis et Paul c'était magique ? - ils étaient super concentrés, leur mouvements étaient liés. Pourquoi Pauline et Mélissa ne nous ont pas fait voyager ? -elles rient, ne regardent pas ce qu'elles sculptent.

Niveau 2 : demander au duo d'enchaîner les 6 pauses en les liant , sans se toucher (mémoriser le chemin pour arriver à la sculpture).

Création par 4 : chacun montre ses 3 sculptures au reste du groupe, en choisir 4. Les lier avec 4 déplacements dynamiques et ralentir sur 3 secondes la "pause". le déplacement devra être en lien avec la sculpture, l'organisation du groupe variée au niveau des formations (cercle, diagonale, 2 par 2 en décalé...).

La séance suivante on pourra enrichir et évaluer le respect de 5 consignes...

Séance 6 : les appuis

2 par 2 un ballon mou entre les 2 danseurs, explorer tous les chemins possibles sans faire tomber le ballon.

En haut, milieu, au sol, ... toutes les parties du corps, les bras, les mains, les épaules, le dos, les pieds, le ventre, la tête etc...

Le jeu du serpent : diviser la classe en 2 (filles / garçons par rapport aux contacts). L'élève n° 1 marche, se place lorsqu'il est arrêté n°2 vient s'appuyer contre lui, lorsqu'il est arrêté le n°3 jusqu'au dernier où c'est le n°1 qui enchaine. L'univers sonore est important car il emmène l'élève dans un monde mystérieux, la gestuelle sera plus lente, les appuis plus doux. L'Et propose des musiques différentes et évoquent avec les élèves comment cela peut entraîner d'autres appuis. L'appui est expliqué aux élèves comme une façon de donner son poids minimum (càd que si le précédent s'enlève, je ne tombe pas.

L'ET alterne le groupe 1, et le groupe 2 afin que certaines barrières tombent peu à peu. Quels sens donner à l'appui ? la confiance, l'amitié, la fatigue...

Niveau 2 : la façon de se déplacer sera en rapport avec la musique et le sens de l'appui proposé par l'élève, être dans un état de colère, de douceur, de joie, de... Cet "état" induit quoi dans ma gestuelle ? la colère je suis tendu au niveau musculaire, j'appuie mes pas au sol (par exemple), je suis fatigué, mes pas sont lourd, mon corps orienté vers le bas, je suis doux, je flotte, léger, je m'appuie délicatement au ralenti sur ma copine pour exprimer l'amitié etc...

Je joue avec les composantes du mouvement dansé (corps espace temps énergie)

Création par groupe de 4 : Créer une chorégraphie avec 4 appuis, 4 directions dans l'espace, 4 formations (façons de s'organiser au sein du groupe), un thème.

La séance 6 sera un temps pour enrichir les créations par rapport au sens du mouvement, à l'utilisation de l'espace, aux déplacements liés au sens de l'appui...

Niveau 2 : jeu avec les paramètres du mouvement dansé, la répétition d'un geste pourquoi ? pour lui donner de l'importance, de dos pourquoi ? pour créer un mystère par rapport au public, le ralenti pourquoi ? pour habiter son geste...

L'Et pourra évaluer sur 5 le respect des consignes et faire observer les élèves spectateurs avec une petite fiche reprenant les consignes énoncées en début de cours.

Séance 6 : autre possibilité ... le dialogue à 2 (réf D.Hervieu)

marcher dans la salle, occuper tout l'espace. marcher en déliant les articulations (musique entraînant), jeter le bras devant, cela part de l'épaule, le coude, le poignet, jeter l'autre bras devant, puis les 2, puis sur les côtés, derrière, dérouler le pied, jeter la jambe droite, puis gauche, puis sautiller comme un pantin désarticulé, tourner, sauter, marcher courir, bras en haut, l'Et stimule les élèves afin qu'ils trouvent des réponses différentes et "se lâchent" peu à peu.

Toute la classe face à l'Et qui déroule les épaules, la colonne vertébrale, parle en montrant les élèves reproduisent, les pieds, les jambes, fentes devant, derrière, côtés, roule les genoux etc... afin de libérer toutes les articulations.

Se mettre 2 par 2, un élève A a les yeux fermés et se laisse guider par l'élève B, mains contre mains, explorer tous les chemins possibles en haut, au milieu, en bas, lorsque l'Et stoppe la musique, tous les élèves B sortent de l'espace scénique et les élèves A ne bougent plus dans leurs formes étirées, tordues... (rappel de l'espace périph L. de Vinci). Observer 5 secondes et courir vers un autre élève pour au ralenti épouser sa forme, s'imbriquer à l'intérieur sans toucher l'élève immobile, lorsqu'il n'y a plus de mouvement, l'élève B ferme les yeux et se laisse guider à son tour par l'élève A (on inverse les rôles, départ face à face).

2 par 2 : dialoguer en se souvenant des formes gestuelles explorées à 2, corps délié, 3 actions chacun, A danse, B le regarde et répond à sa façon.

Niveau 1 : richesse des réponses et amplitude gestuelle

Niveau 2 : jeu avec le rythme lent/vite (créer des contrastes), en haut / en bas, énergie continue / énergie saccadée, fluidité / tonus musculaire maximum (impacts stop, impulse lancé).

La classe face à l'enseignant : isoler le buste (musique africaine rythmée), lancer le bras devant droite puis gauche en avançant le même pied, idem sur les côtés.

Apprendre une petite phrase gestuelle : isoler le buste 8 temps, bras et jambes devant droite 1 2, gauche 3 4, côté D 5 6, côté G 7 8.

2 par 2 face à face (musique avec moment mélodieux et moments rythmés) : dialoguer à 2 en alternant mouvements désarticulés ou sinueux comme un serpent ou un pantin, avec les mouvements "africains" d'isolation du corps.

Niveau 1 : alterner fluidité et mouvements saccadés, "3 phrases", puis l'autre danseur répond.

Niveau 2 : écrire le dialogue à 2 entre impulse, arrêt, ensemble (on parle ensemble), on se coupe la parole, on s'écoute... on se regarde, on varie...

Par 1/2 groupe regarder les duos "dialogue" et faire émerger les "effets"...

Séance 7 : travail de l'espace .

Marcher dans toute la salle, occuper les espaces vides.

Marcher sur des lignes droites, les lignes sont brisées, les changements de direction nets ! ou au contraire, les lignes sont courbes, il n'y a aucun angle ... quelle différence de sensation ?

En fonction du public : se regarder, s'ouvrir à l'autre, conserver le regard de l'autre qq secondes... ou au contraire ne jamais croiser le regard de qq1.

Choisir une direction, arriver à mon point de départ par le regard, en frontal, ou de dos, ou par l'épaule, quelle différence de sens ?

état de corps : changer de direction de façon dirigée et irrégulière, inventer une chorégraphie dans cet état d' "alerte"...

* ou situation du drapeau anglais avec les contours, les diagonales, une verticale, et une horizontale, marcher sur ces lignes, changer de mode de déplacement à chaque changement de ligne... intéressant mais réduit le nombre de chemin et difficile de mettre une sensation ou un sens sur une ligne...

Création : chacun invente un dessin dans l'espace avec 4 directions ou l'Et propose un schéma, changer de mode de déplacement à chaque changement de chemin.

Niveau 2 :

Echauffement l'aveugle et le guide : une main sur l'épaule, les yeux fermés, le guide est le garant, prise d'espace, les niveaux... puis épaule contre épaule.

espace proche : à 2 dessiner les contours du corps de l'autre, alternativement.

espace périphérique : je dessine un petit schéma sur le dos de mon camarade assis les yeux fermés, il essaie de dessiner dans l'espace tout d'abord avec sa main (mémorisation de la sensation dans mon dos) puis l'investir avec le corps.

Création à 4 : 4 chemins dans l'espace proche, périphérique et lointain.

Petite évaluation sur le respect des consignes...

Séance 8 : travail du rythme

Dès le début du cycle l'Et a expliqué à la classe qu'il y avait dans la musique une mélodie, un tempo qui peut être frappé avec la main et un rythme; qu'il existe en musique la note noire qui vaut un temps et qui représente le tempo de la musique, la blanche qui vaut 2 temps, la ronde qui en vaut 4 et la croche qui en vaut 1/2. Qu'il y a des silence aussi en danse comme en musique (niveau 2 : on différenciera le stop net et la suspension qui est un arrêt où le corps continue à monter... cela va avec la respiration). En danse on peut sur un même rythme doubler ou dédoubler les comptes pour accélérer ou ralentir un mouvement tout en étant juste au niveau rythmique.

Marcher dans la salle en frappant dans les mains sur le 1, puis le 4 , varier, jouer. Sauter sur le 1, puis sur le 4 (ou 2 ou 3...). Chuter sur le 1 ou chuter en 4 temps, rester au sol 4 temps , rouler au sol 4 temps , remonter en 4 et marcher en 4 temps, puis en 8, puis en 2 puis en 1... varier à souhait.

Marcher comme si on rentrait sur la pointe des pied, le + doucement possible.

Marcher en étant pressé...

Marcher comme si les pied étaient plein de chewing-gum etc ...

Niveau 2 : Apprendre une phrase gestuelle à la classe qui la reproduit par vague de 4 ou 5 élèves, simple : marche face, marche en tournant, recule dos rond, saut extension, chute au sol, roule et se relever pour partir en tourner.

Reproduire la phrase dans différents états : pressé, joyeux, léger, titubant, endormi, énervé, anxieux, rêveur etc ...

Création niveau 1 : créer 4 actions différentes et insérer un ralenti, une accélération, un arrêt.

Niveau 2 : Reproduire la chorégraphie tous ensemble sur une même vitesse puis varier au sein du groupe les vitesses différentes pour chacun des danseur.

Chacun ralentit s'il a accéléré, accélère ou saccade s'il a marqué un arrêt ou une suspension afin que tous terminent en même temps !

Autres idées de séances :

* **les fenêtres :** Créer une forme ronde et le partenaire vient traverser avec une partie de son corps ou tout son corps l'espace créé par la fenêtre.

* **les portés :** L'Et montre 2 façons de se porter en expliquant qu'il faut plier pour l'impulsion et accepter d'être porté pour se faire léger. Que qq1 de plus lourd peut être "porté" au sol, c'est plus exactement donner son poids maximum... pour aller jusqu'au porté.

L'Et montre une façon de se porter au sol en rouler sur le corps allongé de l'autre dos à dos (à plat ventre).

création : Inventer une chorégraphie avec 4 portés qui ait un sens...

Niveau 2 : jouer avec les composantes du mouvement dansé.

SEANCES 9 ET 10 : EVALUATION

Choisir parmi les différents thèmes de séance 4 modules (4 rencontres) avec un thème, en prenant en compte l'espace, la musique, l'énergie et l'organisation des danseurs au sein du groupe.

Evaluation : chaque groupe passe à tour de rôle devant la classe.

Les élèves peuvent se mettre d'accord pour s'habiller d'une façon particulière pour renforcer leur propos chorégraphique et faire comme au spectacle !

Les groupes observeront un thème différent (l'espace, ou le corps, ou le rythme...) à chaque passage .

L'Et observe tout, commente et fait émerger les "effets".

Une vidéo peut être montrée avant le cycle pour ouvrir les élèves à d'autres représentations de la danse, pendant le cycle et à la fin sur leurs prestations...si on a le temps !

Fiche d'évaluation jointe en 12.

