

# Je danse à l'école

## → Je danse en occupant tout l'espace

Dans quels sens vont mes mouvements et mes déplacements ?	...../.....	...../.....	...../.....
• en avant			
• en arrière			
• en haut			
• en bas			
• sur le côté			
• au sol			
• debout			
Quels gestes j'utilise pour danser ?			
• Je marche.			
• Je cours.			
• Je saute.			
• Je sautille.			
• Je passe au sol.			
• Je reste debout.			
• J'utilise divers appuis.			
Quelle place j'utilise pour danser ?			
Je danse toujours à la même place.			
Je me déplace dans tout l'espace de danse.			
Je sors de l'espace de danse (rideau, escalier).			

## → Je danse en utilisant tout mon corps

Quelles parties de mon corps dansent ?	...../.....	...../.....	...../.....
-mes mains			
-mes bras			
-mes jambes			
-mon bassin			
-mes poignets			
-ma tête			
-mon buste			

-mes épaules			
-mes coudes			
-mes genoux			
-mes pieds			
J'utilise une seule partie de mon corps à la fois.			
J'utilise plusieurs parties de mon corps à la fois.			

## → Je danse en changeant d'énergie

Avec quelle énergie je danse ?	...../.....	...../.....	...../.....
Mes mouvements ont toujours la même vitesse.			
J'utilise le ralenti dans le mouvement.			
Je fais des accélérations.			
J'utilise un rythme saccadé.			
J'effectue des mouvements fluides.			
Je fais des arrêts volontaires un peu longs.			
Je place des mouvements explosifs (très rapides).			
Je change de mouvement quand la musique change.			

## → Je suis un danseur et un spectateur et un chorégraphe

Comment je me comporte ?	...../.....	...../.....	...../.....
Mon regard est souvent dirigé vers le sol.			
Je cherche souvent le regard des autres.			
Je regarde le public.			
Je regarde celui avec qui je danse.			
Je parle.			
Je ris.			
Je suis concentré.			
Je sais dire ce qui m'attire les yeux et me touche le cœur en regardant les autres.			
Je sais dire si les consignes ont été suivies.			
J'imagine ma danse en regardant celle des autres			
J'invente un « chemin de danse » (début-milieu-fin).			
Je sais refaire plusieurs fois ce chemin.			
Je sais apprendre ce chemin à un camarade.			
Je sais dessiner mon « chemin de danse ».			