

**Des jeux dansés**

**à**

**la danse**



**DANSE**

## Cycle 1

### Les programmes de l'école

#### Compétences de l'élève

- s'exprimer sur un rythme musical ou non, avec un engin ou non ;  
exprimer des sentiments et des émotions par le geste et le déplacement ;

#### Les activités

Les activités d'expression à visée artistique que sont les rondes, les jeux dansés, le mime, la danse permettent tout à la fois l'expression par un geste maîtrisé et le développement de l'imagination.

L'élève de cycle 1 sera capable :

- ♦ de traduire par ses mouvements une situation concrète réelle (mime), avec et sans objet.
- ♦ de s'organiser par rapport à ses possibilités corporelles avec les autres dans un espace déterminé (faire comme).
- ♦ de bouger librement en respectant les autres pour se sentir bien, d'exprimer son plaisir (dire ce que l'on ressent).
- ♦ de répéter un même mouvement, appris ou spontané, plusieurs fois, sur des structures rythmiques ou musicales simples.

## **SAVOIRS A CONSTRUIRE**

### **Que doit apprendre l'élève ?**

#### **Habilités motrices :**

- explorer, imiter des mouvements simples dans toutes les dimensions de l'espace et en sollicitant toutes les parties du corps (tourner, aller au sol, faire le moulin...).
- reproduire un mouvement plusieurs fois.
- construire des enchaînements à partir de mouvements simples (c'est déjà une chorégraphie).

#### **Méthodes :**

- mémoriser des enchaînements simples, fixer son attention, se concentrer pour mener une tâche à son terme, adapter et soutenir son effort, comprendre et exécuter une consigne.

#### **Attitudes et motivations :**

- construire son autonomie (faire des choses différentes, autre chose que les autres).
- coopérer, établir des relations, accepter de montrer aux autres .

#### **Notions et connaissances :**

- écouter des bruits, sons et musique, rythmes et durées variés et les différencier.
- découvrir son corps dans sa globalité et repérer ses différentes parties.
- dimensions de l'espace.



## **SAVOIRS A CONSTRUIRE**

### **Que doit apprendre l'élève ?**

#### **Habiletés motrices :**

- sortir d'une motricité fondée sur l'efficacité, la performance (faire plus fort, plus vite, plus difficile...) et passer à une motricité qui met en forme, en rythme, au service d'une expression, d'une communication.
- enchaîner, combiner en rythme et en « phrases » des mouvements non quotidiens, inventés ou imités

#### **méthodes :**

- mémoriser des séquences motrices (des « phrases »), dans un espace et un temps déterminé.
- rechercher individuellement ou collectivement
- observer, analyser en tant que chorégraphe, danseur ou spectateur dans un objectif de progrès.

#### **attitudes et motivations :**

- oser se montrer, montrer aux autres une production de type artistique, quelques fois inaboutie ou imparfaite.
- avoir un regard objectif mais critique de manière positive sur sa production et sur les productions des autres élèves.

#### **connaissances et notions :**

- liées au rythme (musique et « geste » par exemple).
- liées au langage et à l'expression ( phrase, syntaxe, ponctuation...).
- liées bien sûr à l'espace dans toute ses dimensions et au temps.
- affiner la connaissance de son corps.
- initier une culture artistique : danse mais aussi musique, arts plastiques.

## Cycle 3

### Les programmes de l'école

#### Compétences de l'élève

Manifester une plus grande **aisance** dans ses actions, par **affinement** des habiletés acquises antérieurement  
Utiliser ses **savoirs** et connaissances de manière efficace dans la pratique d'**activités** physiques, sportives et **d'expression (1995)**.

#### **Concevoir et réaliser des actions à visée artistique, esthétique ou expressive**

- exprimer corporellement des personnages, des images, des états, des sentiments.
- communiquer aux autres des sentiments ou des émotions.
- réaliser des actions acrobatiques mettant en jeu l'équilibre (recherche d'exploits).
- s'exprimer de façon libre ou en suivant différents rythmes, sur des supports sonores divers, avec ou sans engins.

(2002)

#### Les activités

Les **activités d'expression** comme **la danse**, la gymnastique rythmique et sportive conduisent à un affinement des perceptions et des sensations par la **maîtrise de l'espace, des déplacements et du rythme** et permettent la **communication avec autrui**.

- danse (dans toutes ses formes).
- Mime.
- etc.

En fin de cycle 3, l'élève sera capable de :

- ♦ concevoir et produire seul un enchaînement de « phrases dansées ».
- ♦ l'intégrer à une œuvre collective.
- ♦ tenir les différents rôles de danseur, spectateur, chorégraphe, critique..., nécessaires à la mise en place de l'œuvre.

## **SAVOIRS A CONSTRUIRE**

### **Que doit apprendre l'élève ?**

#### **Habilités motrices :**

- plus grande aisance motrice, dans différents registres.
- nuancer de manière intentionnelle la qualité de son mouvement.
- adapter, moduler sa gestuelle en fonction de celle des autres (être à l'écoute).

#### **méthodes :**

- réinvestir des savoirs construits antérieurement au service de nouvelles situations de danse.
- élaborer une chorégraphie en anticipant, organisant et combinant le temps, l'espace et l'énergie du mouvement.

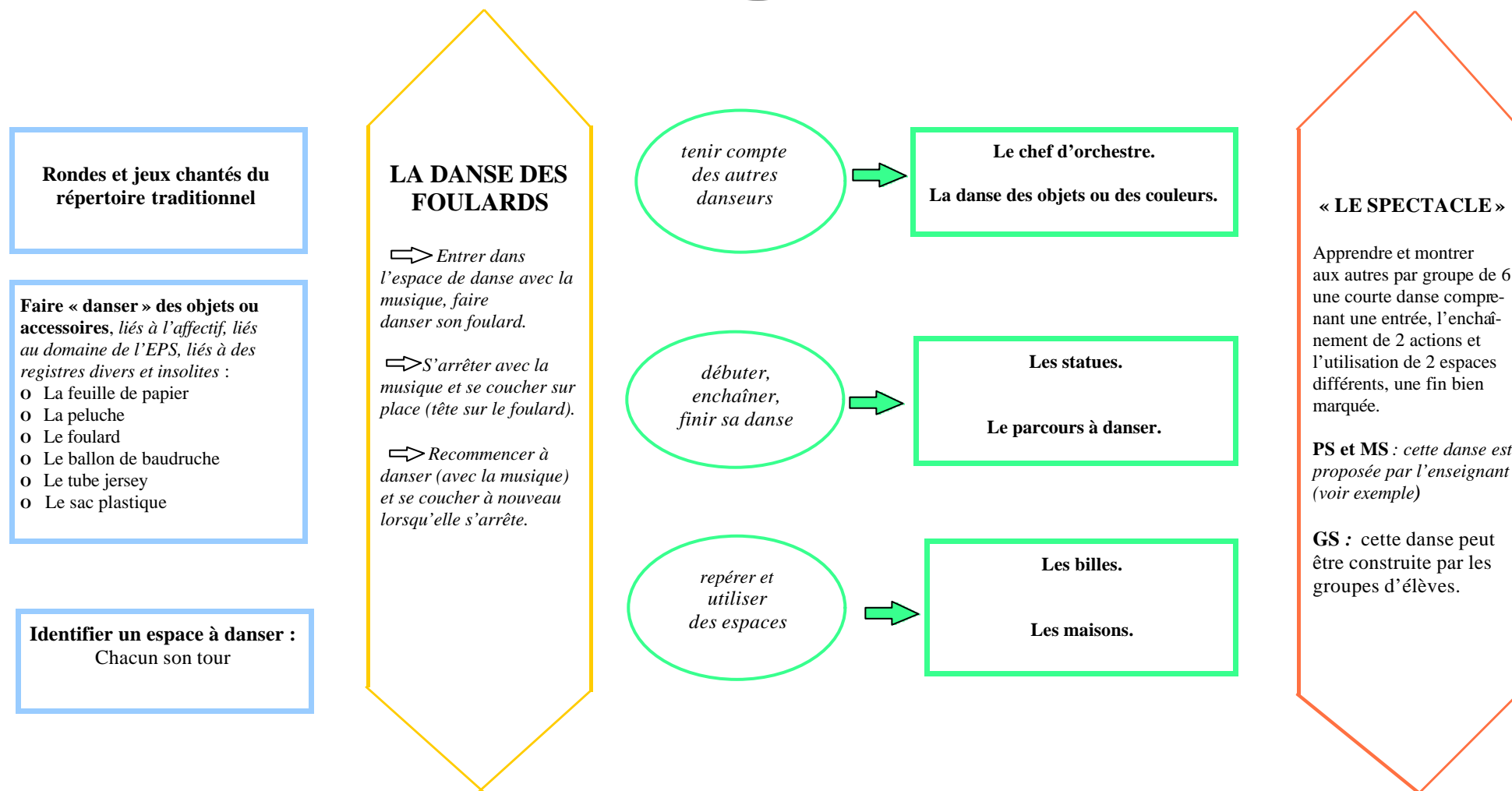
#### **attitudes :**

- désirer se montrer et montrer aux autres, communiquer par une production.
- affirmer ses choix et ses goûts esthétiques.
- être curieux et inventif.

#### **notions et connaissances :**

- géométrie : objets géométriques usuels, proportions, espace...
- grammaire et orthographe grammaticale : la phrase.. les juxtapositions etc...
- sciences et technologies : les mouvements corporels.
- formation culturelle : éducation musicale (activités corporelles et instrumentales), arts plastiques (objets, personnages, imaginaire, critères d'appréciation des résultats...).

## DANSE - CYCLE I - Module d'apprentissage





**OBJECTIF :**

Faire entrer l' élève dans l'activité danse :

- c'est lui donner la possibilité de jouer avec son imaginaire, de l'enrichir, de développer sa sensibilité et sa créativité.
- c'est lui permettre de s'exprimer plus intensément par le mouvement.

L'élève est invité à créer des formes corporelles modifiables, transformables en jouant sur les composantes du mouvement :  
CORPS, ESPACE, TEMPS, ENERGIE, MODE de RELATION à l'AUTRE.

**Echauffement :**

10 min/séquence

On peut puiser parmi les propositions ci-dessous des exercices qui permettront, au début de chaque séquence, d'installer un « rituel » et d'aider à la centration du groupe classe sur l'activité.

**Faire connaissance : moi et les autres, moi et mon corps**

- Les élèves sont éparpillés dans la salle, assis . Chacun dit à son tour son prénom en se levant.
- Les élèves sont en cercle, debout. Chacun dit à son tour son prénom en allant dans la maison (cerceau) placée au centre du cercle.
- Les élèves énoncent leur prénom en frappant dans leurs mains, en tapant d'un pied, de deux pieds.

**Exploration de ses parties corporelles :**

- En cercle, montrer sa main et la poser sur une partie de son corps « je montre ma main et je la pose sur ma tête, sur.... » On peut utiliser la main droite, la main gauche.
- En cercle, frotter les différentes parties du corps « faire sa toilette ».

**Exploration des différents points d'appui :**

- Déplacements libres dans l'espace, au signal s'immobiliser selon les consignes relatives aux positions corporelles imagées par des positions d'animaux ( par exemple, comme le lapin, le serpent...).
- Se déplacer au sol lentement en prenant appui sur le ventre, le côté, l'autre côté, en étant assis, à genoux, à 4 pattes....

**Exploration des différents modes de déplacement :**

- Trouver des modes de déplacement, ramper, glisser, rouler, nager, faire le robot, le dos rond comme le chat en colère.

**Exploration des descentes au sol :**

- Marcher sur une musique et au signal, les élèves se mettent par terre et se déplacent, au 2<sup>ème</sup> signal, ils se relèvent et marchent à nouveau. Descendre au sol par l'avant, par l'arrière, par le côté, en tournant.

**Exploration des bruits corporels, de la musique :**

- Se déplacer dans tout l'espace en écoutant le bruit de ses pieds seulement, se déplacer sans faire aucun bruit, se déplacer doucement en faisant du bruit avec ses pieds, se déplacer très vite sans faire aucun bruit.
- Se déplacer sur une musique, s'immobiliser à l'arrêt de la musique (ou d'une comptine).

**Exploration de l'espace :**

- Se déplacer librement et au signal, retrouver sa maison (cerceaux posés au sol, éparpillés dans la salle).
- Se déplacer librement et au signal, retrouver son objet pour le faire bouger puis à l'arrêt de la musique, poser l'objet et s'immobiliser.

Plus l'élève est jeune, et plus cette première partie « entrée dans l'activité » doit durer longtemps. L'exploitation et l'appropriation des objets permettant à l'élève une multitude d'expériences et de prises d'informations.

Pendant cette phase « exploratoire » l'enseignant pourra s'informer des comportements, de l'aisance corporelle de chaque élève et encourager les moins créatifs par des incitations individualisées.

## RONDES et JEUX CHANTES - REPERTOIRE TRADITIONNEL

RONDES ET JEUX CHANTESObjectif :

- Enchaîner et coordonner des actions différentes.
- Développer les différentes notions de perception temporelle.

Consigne :

« *Danser tous ensemble en suivant les indications données par la chanson ou la comptine.* » .

Variantes :

- Les élèves peuvent créer leurs propres actions sur des comptines connues.
- Danser de la même manière mais en occupant l'espace de différentes façons. (en dispersion, dans la même direction, en cercle, en ligne...)

Critère d'évaluation :

- Mémoriser un enchaînement dansé avec ou sans aide chantée.

RONDES ET JEUX CHANTES

- Jean Petit qui danse.
- Savez vous planter les choux .
- Am stram gram. (EPS1 44 fiches CI)
- La tour prend garde. (EPS1 44 fiches CI)
- Canard. (EPS1 n°92 avril 99)
- Le petit cordonnier. (EPS1 n°87 avril 98)
- Il était une fermière. (EPS1 n°93 juin 99)
- Danse et jeux du patrimoine (EPS 1 n° 105 nov / déc 2001)

## FAIRE DANSER des OBJETS ou des ACCESSOIRES

**LA FEUILLE DE PAPIER****Objectif :**

→ Contraindre le danseur à utiliser les différentes parties de son corps souvent délaissées, en immobilisant celles qu'il privilégie.

**Dispositif :**

Une feuille de papier par enfant, en prévoir plus en cas de déchirure.

**Consignes :**

- Porter, transporter la feuille de papier posée sur sa tête, son épaule, entre ses cuisses, entre ses mollets, sous son bras.
- Faire voler, faire danser la feuille de papier.  
Elle s'envole vers le haut et tombe au sol, on essaie de la suivre.
- Elle tourne, autour de nous, se balance, vole.

**Variantes :**

- Changer la texture de la feuille : feuille de cahier, de crépon, de dessin.
- Changer le format de la feuille. Les mouvements seront différents avec une grande feuille. Un feuille pour deux.

**Composer :**

Trouver deux déplacements qui s'enchaînent sans rompre le mouvement de la feuille.

**Critère d'évaluation :**

- Les mouvements sont en harmonie avec les trajectoires que prend la feuille.

**Les déplacements se réalisent sans faire tomber la feuille**

**LA PELUCHE****Objectif :**

→ Explorer une qualité de mouvements pour développer l'expression.

**Dispositif :**

Une peluche par enfant. Chaque peluche est dans une maison. Toute la classe agit. Musique : « une chanson douce » H. Salvador.

**Consignes :**

- Se promener dans tout l'espace, à l'arrêt de la musique, prendre sa peluche et la bercer.
- Promener sa peluche de différentes façons : sur les épaules, sur son dos, sur sa poitrine, sur ses bras.
- Jouer avec sa peluche : la faire sauter en l'air, la chatouiller, la faire tourner, monter, descendre.
- Bercer sa peluche : dans ses bras, la cajoler, la tenir sur ses genoux, sur sa poitrine, la caresser pour l'endormir.
- Se déplacer sur une histoire : peluche qui dort, à son réveil, on la promène, on joue avec elle, on lui donne le biberon puis, on la recouche car elle est fatiguée, on l'endort.

**Composer :**

Réaliser un déplacement sur la musique entraînante, à l'arrêt de la musique, endormir la peluche en la berçant.

**Critère d'évaluation :**

- Réagir à des consignes orales données par des verbes d'action

## FAIRE DANSER des OBJETS ou des ACCESSOIRES

**LE BALLON DE BAUDRUCHE****Objectif :**

→ Faciliter le recours à l'imaginaire en s'appropriant un nouvel objet.

**Dispositif:**

Toute la classe agit, on reprend les propositions des enfants pour encourager et relancer l'activité. Un ballon par enfant.

**Consignes :**

- Exploration, découverte libre.
- Lancer, frapper, pousser, traîner, rattraper, serrer, griffer...
- Le tenir à 2 mains, à 1 main, entre les genoux, sur le dos, sur la tête, sur l'épaule.
- Le balancer, le faire tourner, voler, monter, descendre
- Amener les élèves à réaliser de petits et de grands mouvements, les yeux, le corps suivent le ballon

**Variantes :** Avec ou sans musique. Un ballon pour deux

- Evoluer sur des verbes d'action
- Evoluer sur une histoire lue ou racontée  
(ex : les nuages qui montent, les bulles de savon qui s'envolent...)
- Jouer au jeu des statues avec les ballons.

**Composer :** Réaliser 2 actions sur une musique, et les répéter 2 ou 3 fois

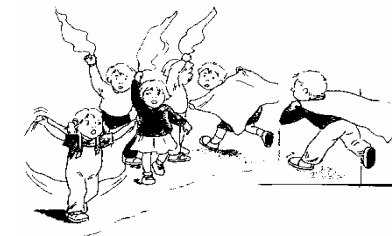
**Critère d'évaluation :**

- Aisance et harmonie dans les mouvements.

**LE FOULARD****Objectif :**

→ Enrichir le vocabulaire gestuel.

**Dispositif :** Un foulard par élève

**Consignes :**

- Courir en tenant le foulard à 2 mains
- Tourner, reculer, se cacher, s'enrouler
- Danser avec le foulard : faire des ronds, des balances, des boucles, des vagues.
- Le foulard vole, s'envole vers le ciel, tombe au sol.
- Les enfants explorent les différentes positions corporelles tout en faisant danser le foulard (assis, à genoux, en marchant, en courant)

**Variantes :**

- Varier la texture du foulard (voile, rideau, jersey).
- Varier la taille (grand voile, parachute que l'on manipule à 2, 3 ou 4).

**Composer :** La danse des couleurs.

**Critère d'évaluation :**

- Exécuter les mouvements corporels en fonction de la consigne verbale donnée par un verbe d'action
- Traduire une intention en manipulant le foulard.

## FAIRE DANSER des OBJETS ou des ACCESSOIRES

**LE TUBE JERSEY****Objectif :**

→ Provoquer un répertoire d'actions élémentaires induites par la manipulation de l'objet inconnu.

**Dispositif :****Consignes :**

- Tirer dessus, s'enrouler, se cacher, glisser, se coucher, rouler, ramper comme un ver de terre.
- Marcher dessus autour, marcher en étant à l'intérieur.
- L'étirer dans tous les sens.
- Imaginer : le père Noël qui descend dans la cheminée, le voile de la mariée, l'écharpe de la grand-mère, la fusée qui part, le train dans le tunnel.

**Variantes :**

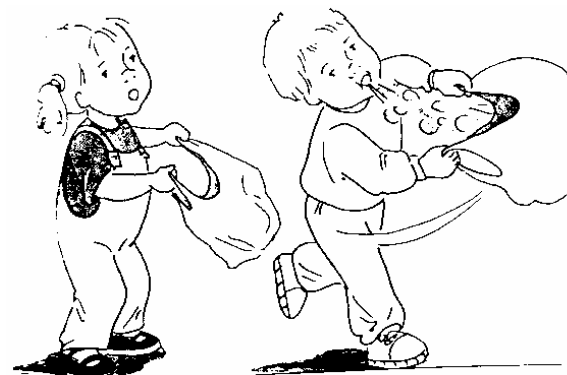
- Raconter une histoire en faisant bouger le tube jersey.
- A partir d'un album « Ca grouille sous terre » A l'école des loisirs.
- Jeu des statues et des sculpteurs

**Critère d'évaluation :**

- Aisance dans la réalisation des mouvements.
- Créer un geste pour montrer, traduire quelque chose. Lisibilité des mouvements.

**LE SAC PLASTIQUE****Objectif :**

→ Provoquer une amplitude dans les mouvements .

**Dispositif :****Consignes :**

- Le sac tourne, vole, se balance, fait des 8, monte, descend, s'envole, tombe sur le sol.
- Ecrire, dessiner des ronds, des carrés, des traits.
- Changer les déplacements : en marchant, en courant, en trotinant, sur place.
- Changer nos positions corporelles : debout, assis, à genoux.
- Notions de petits et de grands mouvements (petits ou grands ronds).
- Les yeux suivent la danse du sac.

**Composer :** Les sacs sont posés au sol dans l'espace danse. Sur la musique, on entre dans l'espace, on prend le sac et on le fait tourner, voler ; à l'arrêt de la musique, on pose le sac et on sort de l'espace danse.

**Critère d'évaluation :**

- Mémoriser 2 actions que l'on répète 2 ou 3 fois.

**IDENTIFIER UN ESPACE A DANSER****CHACUN SON TOUR**

**Objectif :** → S'approprier un espace de danse

**Dispositif :**

Matérialiser l'espace de danse par des plots , des cordes.

Les « portes » sont matérialisées par des cerceaux de couleurs différentes.

**Consignes :**

- *Faire le tour de l'espace-danse.*
- *« Jeu de la mare » : dans l'espace-danse je suis debout, au dehors de l'espace-danse je suis assis.*
- *Entrer dans l'espace-danse par une « porte », traverser l'espace sans s'arrêter, sortir de l'espace-danse par une autre « porte » .*
- *Entrer dans l'espace-danse par une « porte », traverser l'espace en marchant, en tournant, sortir de l'espace-danse par une porte de la même couleur.*
- *Entrer dans l'espace-danse par une « porte », traverser l'espace pour aller ramasser un objet, faire danser cet objet, le reposer au sol, sortir de l'espace par la même porte (celle de l'entrée).*
- *Idem mais la couleur de la porte d'entrée détermine le choix de l'objet (même couleur que la porte).*

**Variantes :**

- Se répartir autour de l'espace de danse pour se croiser, se rencontrer.
- Travailler sur les modalités d'entrée, de sortie, de chemins, de trajets à parcourir (suivre un chemin qui passe par tous les objets de couleur rouge, tourner autour de cet objet avant de se diriger vers un autre objet ou sortir...)

**Critère d'évaluation :**

- Agir dans l'espace, s'immobiliser hors de l'espace.

### LA DANSE DES FOULARDS

**Objectif :**

- Manifester une aisance dans les actions.
- Mémoriser deux actions en liaison avec la musique.

**Dispositif :**

Un foulard pour chaque enfant posé dans l'espace danse.

**Consigne :**

- Dès que la musique commence, entrer dans l'espace danse et faire danser le foulard qui est au sol.
- Quand la musique s'arrête, on se couche sur son foulard.
- Reprendre la situation 2 ou 3 fois.

**Critère d'évaluation :**

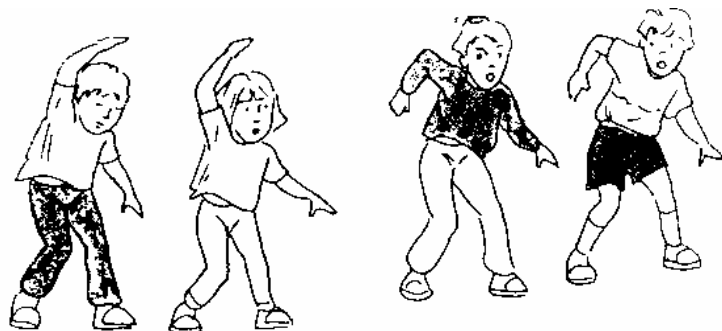
- Les élèves sont à l'écoute de la musique et se sont appropriés les 2 consignes.
- Les mouvements corporels sont en harmonie avec les mouvements du foulard.



**LE CHEF D'ORCHESTRE****Objectif :**

→ Être à l'écoute de l'autre. Intégrer les gestes de l'autre.

**Dispositif :** toute la classe

**Consigne :**

*Un danseur-meneur communique aux autres un mouvement choisi, un déplacement avec ou sans objet et les autres l'imitent. Changer de rôle.*

*Le meneur peut être l'adulte en début de séance.*

*Ex : Marcher comme un vieillard, un géant, un roi, une jolie dame.*

*Utiliser le bâton comme une épée, une canne, une baguette de chef d'orchestre.*

**Variantes :**

- Réaliser le même jeu 2 par 2.
- Avec ou sans musique, avec une histoire créée ou lue.
- Reproduire des consignes données verbalement.
- Changer d'objet.

**Critère d'évaluation :**

- Reproduire les propositions données par les autres de façon identique.
- Accepter d'être danseur-meneur.

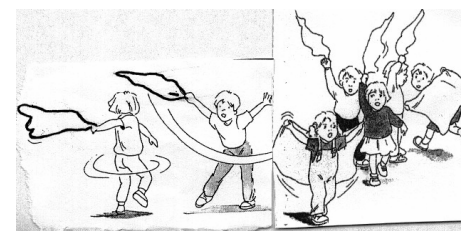
**LA DANSE DES COULEURS****Objectif :**

→ Apprendre à se différencier et à se repérer dans un groupe

**Dispositif :** par groupe.

Groupe 1 : foulards rouges, Groupe 2 : foulards jaunes

Groupe 3 : foulards verts.

**Consignes :**

*On se déplace dans tout l'espace, à l'arrêt de la musique, les foulards de la même couleur se retrouvent pour danser sur une musique douce.*

**Variantes :**

- Multiplier les couleurs.
- Utiliser des objets différents pour remplacer les couleurs.

**Composer :**

Danser sur 2 musiques différentes.

Musique alerte : promenade des foulards.

Arrêt de la musique : rencontre des foulards.

Musique douce : danse des foulards regroupés.

**Critère d'évaluation :**

- Appropriation des consignes.
- Enrichissement des déplacements et des mouvements exécutés avec le foulard.

### LES STATUES

**Objectif :**

→ Apprendre à s'immobiliser, à garder une position quelques secondes.

**Dispositif :**

Un espace-danse matérialisé à l'aide de cordes avec des espaces « portes » aménagés pour permettre les entrées et sorties des danseurs.

**Consignes :**

- *Se promener dans tout l'espace à l'écoute de la musique.*

- *A l'arrêt de la musique, s'immobiliser dans une position donnée (à genoux, à 4 pattes, ).*
- *Donner une expression aux statues (statue sorcière, statue de lapin, statue très fatiguée, comme un arbre etc...).*

**Variantes :**

- Statues à 2, en se touchant.

**Critère d'évaluation :**

- Respecter le temps d'arrêt et garder la position de statue.

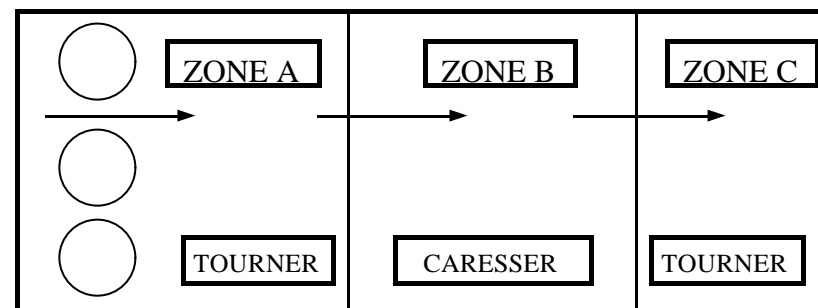
### PARCOURS A DANSER

**Objectif :**

→ Créer une mini-phrase chorégraphique avec un début et une fin.

**Dispositif :**

Un espace-danse avec plusieurs zones matérialisées à l'aide de cordes



Un sens de progression est indiqué avec des cerceaux marquant l'entrée dans l'espace-danse.

**Consignes :**

- *A l'écoute de la musique, on entre dans l'espace A et on fait tourner son foulard..*
- *Dans l'espace B, le foulard caresse le sol.*
- *Dans l'espace C, on le fait tourner à nouveau puis on s'arrête.*

**Variantes :**

- Changer les consignes par rapport aux espaces.
- Installer plus d'espaces pour évoluer.
- Un groupe d'élèves observent.

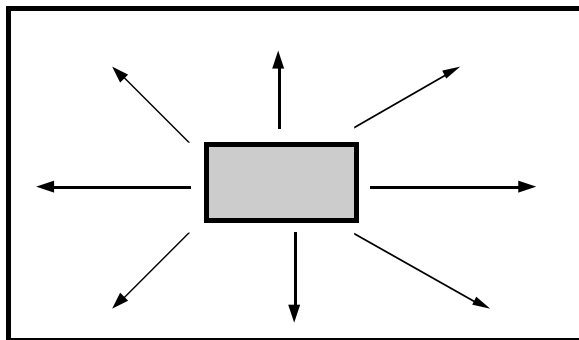
**Critères d'évaluation :**

- Phrase chorégraphique lisible.
- Appropriation et respect des consignes.

LES BILLESObjectif :

→ Apprendre à s'orienter dans l'espace danse.

Dispositif : Un espace-danse matérialisé avec un tapis au centre

Consignes :

- Serrés les uns contre les autres dans le panier, au signal, le panier se renverse et toutes les billes roulent partout dans l'espace danse, dans tous les sens.

Variantes :

- Revenir dans le panier après avoir rouler, exécuter un aller-retour.
- Rouler 2 par 2, 3 par 3.
- Partir d'une comptine « Tous les légumes au clair de lune ».
- Partir d'un album.

Composer : Créer une histoire et la mettre en danse.

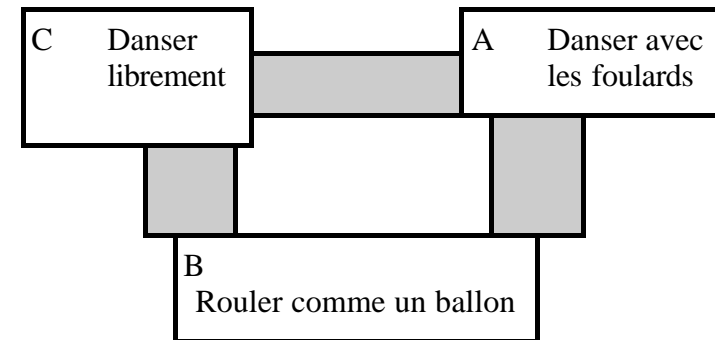
Critère d'évaluation :

- Réagir au signal, rouler sans se faire mal, sans faire de bruit.

LES MAISONS A DANSERObjectif :

→ Respecter une consigne de danse selon l'espace choisi.

Dispositif : Des espaces matérialisés avec des cordes, des tapis relient ces espaces.



Consignes : Au départ de la musique, on entre dans l'espace A.

Espace A : on danse avec le foulard qui est au sol, puis on le pose.

Espace B : on roule comme un ballon, passage au sol

Espace C : on danse librement, puis on sort de l'espace quand on a terminé sa danse.

Variantes :

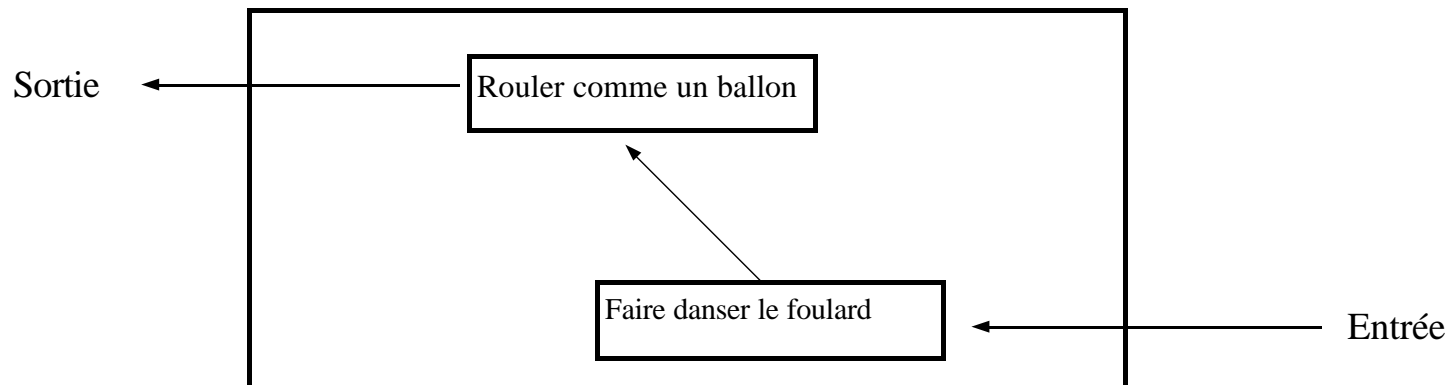
- Varier les consignes selon les espaces.
- Mettre un groupe d'élèves en observation
- Réagir à 3 musiques différentes.

Critère d'évaluation :

Parcours réalisé sans interruption avec respect des consignes selon les espaces.

**Objectifs :**

- Enchaîner 2 actions en utilisant 2 espaces.
- Mémoriser les actions et être capable de les montrer aux autres.

**Dispositif :****Consignes :**

**1<sup>ère</sup> phrase musicale :** Prendre le foulard qui est posé au sol et le faire danser dans l'espace A  
Quand la musique s'arrête, les foulards de la même couleur se rencontrent et se touchent.

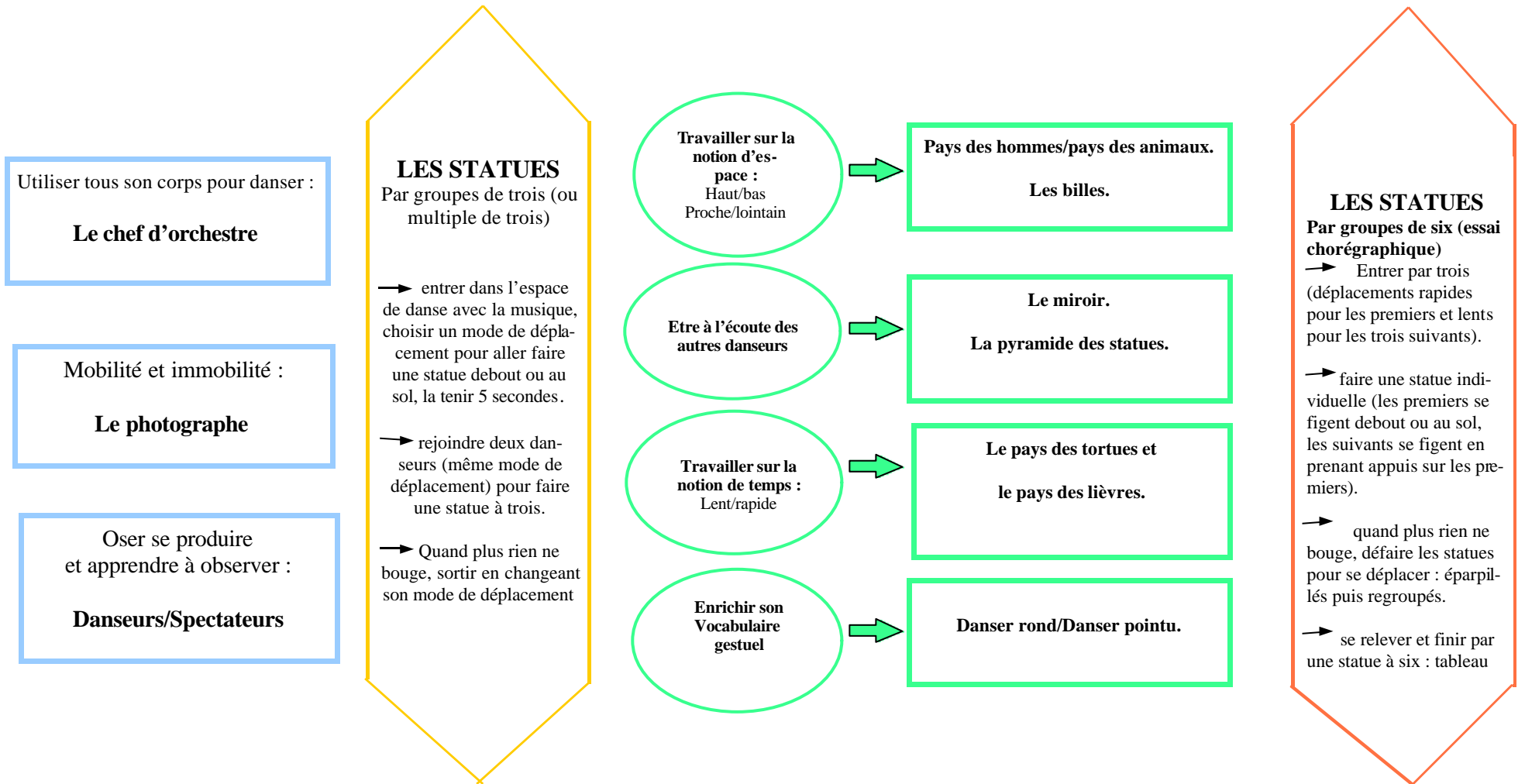
**2<sup>ème</sup> phrase musicale :** On pose son foulard dans l'espace A et on roule comme un ballon en franchissant l'espace B.  
Puis on sort.

Un groupe danse et un groupe regarde.

**Critères de réussite :**

- Lisibilité des mouvements. Respect des consignes.
- Plaisir de danser.
- Accepter d'être vu.

## DANSE -CYCLE II - Module d'apprentissage



Prolongement :  
travail sur le thème du  
tableau qui s'anime

**OBJECTIF:**

- ➔ *Faire entrer les élèves dans l'activité danse pour que chacun se sente autorisé à s'exprimer par le mouvement.*
- ➔ *En découvrir les caractéristiques (une motricité spécifique, différente de la motricité usuelle, qui utilise les composantes du mouvement que sont l'espace, le temps, l'énergie), la logique (on danse pour communiquer).*

**ECHAUFFEMENT : 10 min / séquence**

*On peut puiser parmi les propositions ci-dessous des exercices qui permettront, au début de chaque séquence, d'installer un " rituel " et d'aider à la centration du groupe classe sur l'activité.*

**Faire connaissance: moi et les autres, moi et mon corps**

- Les élèves sont en cercle debout et se donnent la main. Chacun dit à son tour son prénom en détachant sa main droite de celle de son voisin.
- En cercle, à genoux, assis sur ses talons, chacun dit son prénom en se levant sur ses genoux pour que la voix monte vers le plafond.
- En cercle, debout, frotter ses mains l'une contre l'autre en les promenant dans l'espace autour de son corps (loin et près, en haut en, bas, sur les côtés, devant et derrière).
- Reprise du même exercice mais le regard suit les mains sans se détourner.
- Mêmes consignes, frapper des mains au lieu de les frotter ( penser à toujours regarder ses mains).
- Pour échauffer les différentes parties de son corps : " enlever la poussière " sur ses cuisses, genoux, mollets, chevilles (devant et derrière ), son ventre, son dos, ses épaules, bras, poignets ...
- Jeu de contacts entre danseurs (en ronde, toucher une partie du corps de son voisin en la nommant après avoir présenter sa main au groupe " je montre ma main et je touche ... ton épaule, ton dos ... ").
- Déplacement libre dans l'espace, au signal s'immobiliser selon des consignes relatives aux appuis sur le sol. ( exemple: s'arrêter sur un pied + deux mains, sur les genoux, sur le dos, une main + un genou ... ).  
*(l'espace de la scène, lieu où l'on danse, est matérialisé. On peut en sortir pour se reposer ou observer les copains).*
- Classe entière. Se déplacer comme on veut, occuper tout l'espace ( aller où il n'y a personne), au signal, s'arrêter sur place et observer l'occupation de l'espace).
- Même exercice avec fond musical. Démarrer avec la musique, lorsqu'elle s'arrête danser, pieds collés au sol, avec le reste du corps.

**« LE CHEF D'ORCHESTRE »**

*Faire danser toutes les parties de son corps*

- La maîtresse face aux élèves (répartis dans l'espace et face à elle).

Elle guide les élèves (c'est le chef d'orchestre).

Observer et faire comme le chef d'orchestre.

Faire danser :

*sa tête (flexions, rotations)*

*ses épaules, ses bras, ses mains (ensemble, l'un après*

*l'autre - en flexions, en rotation - vers le haut, le bas, l'avant, l'arrière)*

*son dos ( il s'enroule, il se déroule - il se penche à droite, à*

*gauche, vers l'avant, l'arrière, ... )*

*son bassin (déhanchements latéraux - avant, arrière)*

*ses jambes (debout, l'une après l'autre, flexions et rotation - assis au sol)*

*ses pieds (debout, monter sur la pointe / s'équilibrer sur les*

*talons - deux pieds ensemble, l'un après l'autre)*

- 5 ou 6 élèves sont chefs d'orchestre (on peut leur mettre des repères, des dossards de couleur par exemple).

Se déplacer tous librement sur la musique, lorsqu'elle s'arrête, s'approcher d'un chef d'orchestre (le plus proche de soi) et faire comme lui.

**« LE PHOTOGRAPHE »**

*Connaître et utiliser les notions de mobilité / immobilité*

- Les élèves se déplacent en dansant derrière la maîtresse (le photographe), lorsqu'elle se retourne pour prendre une photo, chacun s'immobilise en prenant une pose (comme une statue), puis tout le monde repart.

- Les élèves sont repartis en petits groupes (4 ou 5 maximum), l'un deux prend le rôle du photographe. Tous les groupes se déplacent dans les espaces libres derrière le photographe. On repart dès que le photo est prise

- Changer l'élève photographe au bout d'un moment.

Varié le fond musical, pour faire varier la gestuelle et le rythme de déplacements.

**« DANSEURS/SPECTATEURS »**

*Oser se produire - Apprendre à observer*

La classe est divisée en 2 ou 3 groupes selon l'effectif. Chacun des groupes sera à tour de rôle danseur et spectateur. La tâche de chaque groupe est définie clairement :

pour les danseurs, entrer avec la musique et se déplacer en faisant danser tout son corps ; s'arrêter quand la musique s'arrête en prenant une pose et en tenant (5 sec.) ; repartir avec la musique ... (changer de mode de déplacement, de posture à chaque fois)

pour les spectateurs, observer si les consignes sont bien respectées et dire ce que l'on pense de la danse.

Des sculptures ont été présentées en classe aux enfants (personnage seul debout, personnage seul au sol, sculpture réunissant plusieurs personnages). Elles ont été observées, décrites, comparées.

En salle de danse, l'enseignant montre l'une après l'autre quelques photocopies des statues (4 ou 5) . Les élèves essaient de prendre la posture.

Les enfants se déplacent librement dans l'espace, l'adulte montre discrètement une des statues à un élève (ou un petit groupe) qui prend la posture, les autres doivent l'imiter (il n'y a pas de signal sonore, les enfants doivent être “ à l'écoute ” de ce qui se passe autour d'eux).

### Essai chorégraphique

Par groupes de trois, créer une danse respectant les “ contraintes ” suivantes

- **Entrer dans l'espace de danse avec la musique, choisir une façon de se déplacer et faire une statue debout ou au sol loin des autres danseurs (tenir la posture 5 secondes).**
- **Se déplacer à nouveau et rejoindre deux danseurs pour faire une statue à trois.**
- **Quand plus rien ne bouge sur la scène, sortir en trouvant un mode de déplacement différent de l'entrée.**

Laisser du temps pour choisir et s'exercer en répétant (les élèves peuvent se servir des photocopies ou inventer d'autres statues )

Passage successif de petits groupes (multiples de trois) devant les autres enfants spectateurs chargés de vérifier si les contraintes sont respectées.

Le maître observe ces productions.

Elles serviront de référence pour mettre en place des situations d'apprentissages permettant de faire progresser les élèves.

*Comment l'espace est-il utilisé dans les déplacements ?*

*Quelle type de gestuelle est utilisée ? quelles parties du corps ?*

*Quel mode de relation existe-t-il entre les danseurs ?*

*Sont-ils concentrés sur l'activité ?*



Des sculptures ont été présentées en classe aux enfants (personnage seul debout, personnage seul au sol, sculpture réunissant plusieurs personnages). Elles ont été observées, décrites, comparées.

En salle de danse, l'enseignant montre l'une après l'autre quelques photocopies des statues (4 ou 5) . Les élèves essaient de prendre la posture.

Les enfants se déplacent librement dans l'espace, l'adulte montre discrètement une des statues à un élève (ou un petit groupe) qui prend la posture, les autres doivent l'imiter (il n'y a pas de signal sonore, les enfants doivent être “ à l'écoute ” de ce qui se passe autour d'eux).

### **Essai chorégraphique**

Par groupes de trois, créer une danse respectant les “ contraintes ” suivantes

- **Entrer dans l'espace de danse avec la musique, choisir une façon de se déplacer et faire une statue debout ou au sol loin des autres danseurs (tenir la posture 5 secondes).**
- **Se déplacer à nouveau et rejoindre deux danseurs pour faire une statue à trois.**
- **Quand plus rien ne bouge sur la scène, sortir en trouvant un mode de déplacement différent de l'entrée.**

Laisser du temps pour choisir et s'exercer en répétant (les élèves peuvent se servir des photocopies ou inventer d'autres statues )

Passage successif de petits groupes (multiples de trois) devant les autres enfants spectateurs chargés de vérifier si les contraintes sont respectées.

Le maître observe ces productions.

Elles serviront de référence pour mettre en place des situations d'apprentissage permettant de faire progresser les élèves.

*Comment l'espace est-il utilisé dans les déplacements ?*

*Quelle type de gestuelle est utilisée ? quelles parties du corps ?*

*Quel mode de relation existe-t-il entre les danseurs ?*

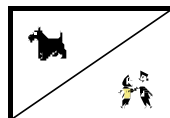
*Sont-ils concentrés sur l'activité ?*

*PAYS DES HOMMES / PAYS DES ANIMAUX  
ESPACE HAUT / ESPACE BAS*

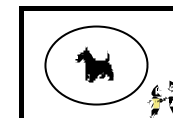
**Dispositif :** L'espace est divisé en deux zones délimitées. Chaque zone représente un pays.



ou



ou

**Explorer une consigne :**

- Sachant qu'au pays des hommes, on se déplace debout et qu' au pays des animaux, on se déplace au sol, trouver différentes façons de se déplacer dans ces deux pays.
- Laisser du temps pour que les enfants explorent. Fond musical. Quand le jeu s'épuise, regrouper la classe pour inventorier les différents modes de déplacement utilisés (ou non utilisés mais possibles).

Par exemple :

AU PAYS DES HOMMES

- *marcher*(vers l'avant, l'arrière, sur le côté).
- *courir*(idem).
- *glisser*(vers l'avant, sur le côté).
- *sauter*(sur un pied, les deux, d'un pied sur l'autre..).
- *sautiller*.
- *tourner*(sur une jambe, sur les deux).

AU PAYS DES ANIMAUX

- *se déplacer à quatre pattes*.
- *en appui sur les genoux, les fesses*.
- *ramper* (sur le ventre, sur le dos).
- *tourner* (sur le dos, les genoux, tout le corps).
- *rouler* (tonneau, roulades).

**Construire sa danse :**

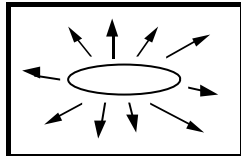
Chaque enfant choisit une action pour chaque pays. Il l'exécute chaque fois qu'il passe dans le pays concerné. On ne doit pas s'arrêter à la frontière.

**Réinvestir et mémoriser :**

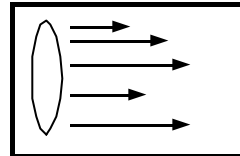
Par groupe de deux, chaque enfant apprend sa " danse " à l'autre. Chaque groupe obtient une nouvelle danse composée des deux actions enchaînées pour chaque pays. Les deux danseurs doivent danser ensemble : débiter et finir en même temps.

**Critère de réussite et / ou d'évaluation :**

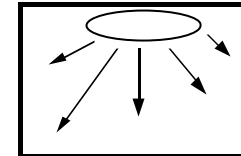
- Passage des groupes devant la classe qui observe et nomme précisément les actions des danseurs (fond musical).
- *L'enseignant fait remarquer si les danseurs sont (ou non) synchronisés.*

**LES BILLES**  
**ESPACE PROCHE / ESPACE LOINTAIN****Dispositif :**

ou



ou

**Explorer une consigne :**

- au signal, les billes (serrées les unes contre les autres dans la boîte) s'éparpillent partout en roulant jusqu'à ce qu'elles soient :
  - loin du sac.
  - éloignées les unes des autres.
- repérer la place où on est arrivé (par rapport au mur, aux autres).
- revenir au point de départ (regroupement).
- retourner au même endroit exactement.

**Construire sa danse et la mémoriser :**

Par petits groupes de 4 ou 5 danseurs, enchaîner trois fois «regroupement / éparpillement » en suivant la même trajectoire pour arriver au même endroit.

Le groupe se met d'accord :

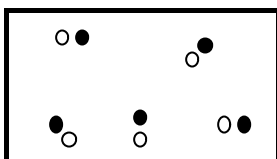
- *sur le lieu de regroupement (au centre, sur le côté, dans un coin... voir dispositif ci-dessus).*
- *sur le mode de déplacement utilisé (rouler, courir, sauter, glisser.. ce peut-être le même pour tout le groupe, chacun le sien...).*

**Critère de réussite et / ou évaluation :**

- Chaque groupe montre son travail en respectant la contrainte suivante « on se disperse sur fond musical, on se regroupe quand la musique s'arrête. »
- Chaque spectateur choisit un danseur à observer, regarde où il est placé, vérifie s'il revient bien au même endroit.

**LE MIROIR**

Entrer en relation avec l'autre  
Intégrer la danse de l'autre

**Dispositif :****Explorer une consigne :**

- Par deux, face à face, l'un étant le « meneur », l'autre représentant l'image, réaliser les mêmes mouvements en même temps
- Changer de rôle.

**Repérer à quelles conditions le jeu du miroir est possible :**

- des propositions de mouvements sans changement brusque.
- un regard disponible à l'autre, à l'espace.

**Construire sa danse :**

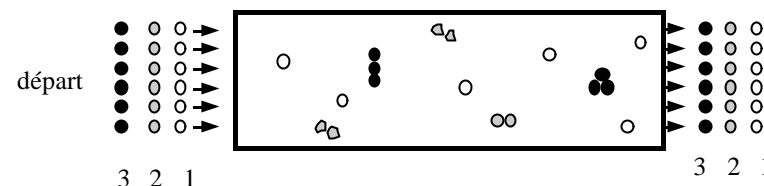
- par couple, enchaîner 4 ou 5 mouvements de tête, de bras, de buste, de jambes, ...
- les répéter pour les apprendre en miroir.
- sans interrompre le dialogue, être capable de changer de rôle (meneur / image) et refaire ce même enchaînement.

**Critères de réussite et / ou d'évaluation :**

- Par petits groupes (nombre pair), montrer son travail sur fond musical.
- Pour les spectateurs, repérer ceux qui s'accordent bien.

**LA PYRAMIDE DES STATUES**

**Dispositif :** la classe est divisée en groupes de 6 alignés face à l'espace de danse.



**Consigne :** Les danseurs entrent sur scène en « pyramide » .

- les danseurs du groupe 1 entrent et font une statue, ceux du groupe 2 entrent alors et font une statue à deux, puis ceux du groupe 3 entrent puis font une statue à trois.
- quand plus rien ne bouge sur scène, le groupe 1 ressort du côté opposé à l'entrée, puis le groupe 2, puis le groupe 3

**Explorer, revenir sur l'action :** Élèves par paires dispersées dans l'espace de danse.

- Trouver toutes sortes de statues à deux.

*Le maître guide les élèves en donnant des consignes pour faire varier le point de contact entre les deux danseurs (mains, bras, épaules, dos, fesses, ...), pour faire varier la posture des statues (une au sol, l'autre en appui sur elle, les deux au sol, ...)*

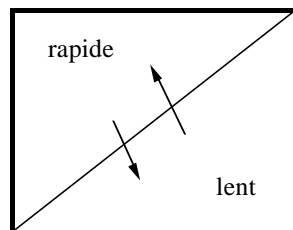
- Même travail pour trouver toutes sortes de statues à trois.

**Construire sa danse :**

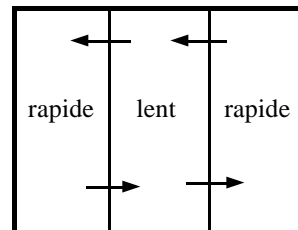
- Par groupes de 6, reprendre la construction en pyramide à l'intérieur du groupe.  
*le premier danseur entre (choisit un mode de déplacement) et fait une statue*  
*2 autres entrent (déplacements # du 1er) et font une statue à deux.*  
*les 3 derniers entrent (déplacement encore #) et font une statue à trois.*  
*quand plus rien ne bouge, le 1er ressort, puis les 2 suivants, puis les 3 derniers, chacun reprenant son mode de déplacement.*

**Critères de réussite et / ou d'évaluation :**

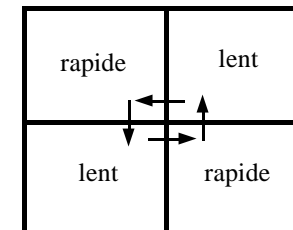
- Reprise de cette dernière situation en groupes (danseurs et spectateurs).
- On vérifie que les règles sont respectées. On donne son avis, on fait part de ses impressions.

PAYS DES TORTUES / PAYS DES LIEVRES  
DONNER UN RYTHME LENT / UN RYTHME RAPIDE A SA DANSE**Dispositif :**

ou



ou

**Explorer une consigne :**

Passer d'un pays à l'autre en sachant :

- qu'au pays des tortues => on danse le plus lentement possible (au ralenti).
- qu'au pays des lièvres => on danse très vite.

Chaque enfant choisit une action à danser (exemple tourner, ou glisser), et l'explore dans les deux pays (lent et rapide).

Laisser du temps pour "installer" la danse.

**Revenir sur l'action et construire sa danse :**

Par deux, le dispositif des pays étant enlevé, chacun doit apprendre sa danse à l'autre pour construire une "nouvelle phrase"

Les deux doivent danser en même temps l'action de A + l'action de B .

L'une des actions est dansée rapidement, l'autre très lentement.

Marquer le début et la fin de la danse en faisant une statue (seul ou à deux).

Guider les élèves en passant dans les groupes ; laisser du temps pour s'exercer, répéter, mémoriser.

**Critères de réussite et / ou évaluation :**

Passage par quatre (deux couples) devant la classe qui vérifie :

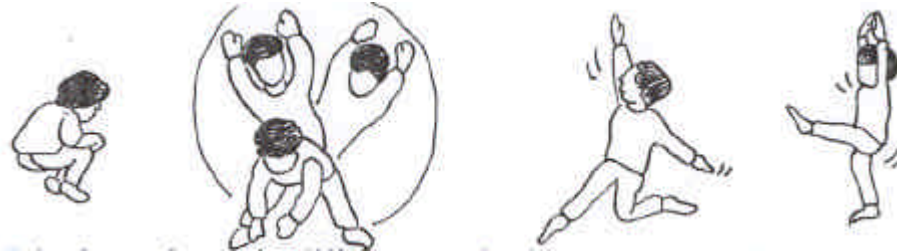
- S'il y a bien deux actions utilisées (qu'elle devra nommer) et si chacune est dansée sur deux rythmes différents.
- Si le début et la fin de la danse sont bien marqués.

NB : les commentaires sont faits après la danse et non pendant.

## ENRICHIR SON VOCABULAIRE GESTUEL

## DANSER ROND / DANSER POINTU

**Dispositif :** Espace divisé en 2 zones « «Pays des ronds, Pays des pointus ». Chaque pays est exploré successivement.

**Explorer une consigne :**

- Au pays des ronds « Faire des ronds avec les différentes parties de son corps (avec les jambes, les bras, ses épaules, sa tête, ses fesses)». « Faire un grand rond avec ses bras et les promener dans l'espace, le poser au sol, le poser sur le mur ». « Se déplacer sur un cercle latéralement, au sol, debout ».
- Au pays des pointus « Trouver toutes les façons possibles de faire des angles et des lignes avec son corps ». (Ecrire des lettres d'imprimerie). « Se déplacer sur des lignes (ouvertes, droites, diagonales, fermées, triangle, rectangles).

**Construire sa danse et la mémoriser :**

Sur fond musical se déplacer librement dans les deux pays.

A l'arrêt de la musique s'arrêter en statue ronde ou pointue selon le pays où l'on se trouve.

Par deux, choisir trois actions différentes dans chaque pays, les enchaîner, les répéter deux fois et terminer en statue qui se touchent (une ronde et une pointue). Positionnement de cette statue à la frontière commune des deux pays..

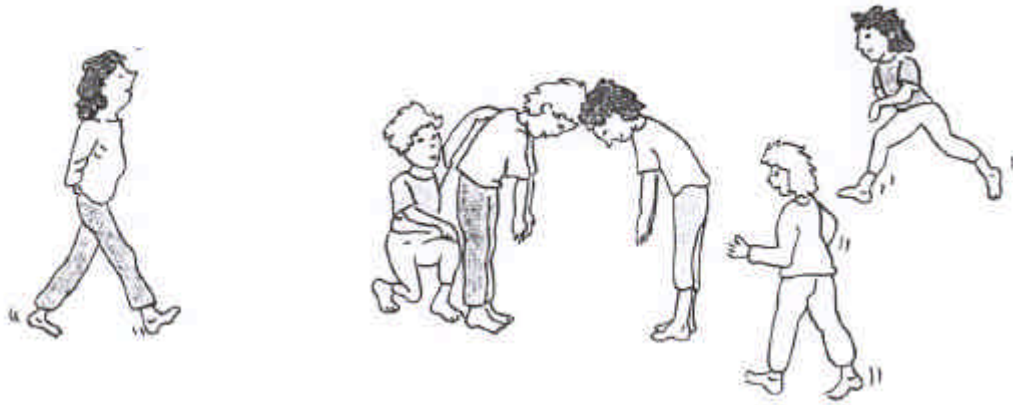
**Critères de réussite et/ou d'évaluation :**

- Trois actions de chaque pays bien lisibles.
- Statue finale respectant les contraintes espace / forme.

## LES STATUES

Par groupe de six, construire une danse respectant les contraintes suivantes :

- Trois danseurs entrent en déplacement rapide et font une statue debout au sol
- Les trois autres danseurs entrent en déplacement lent et vont compléter chacun une statue (contact avec la statue déjà réalisée)
- Quand plus rien ne bouge, refaire les statues et se déplacer librement pour s'éparpiller
- Se déplacer pour se regrouper et finir par une statue à six (Tableau)

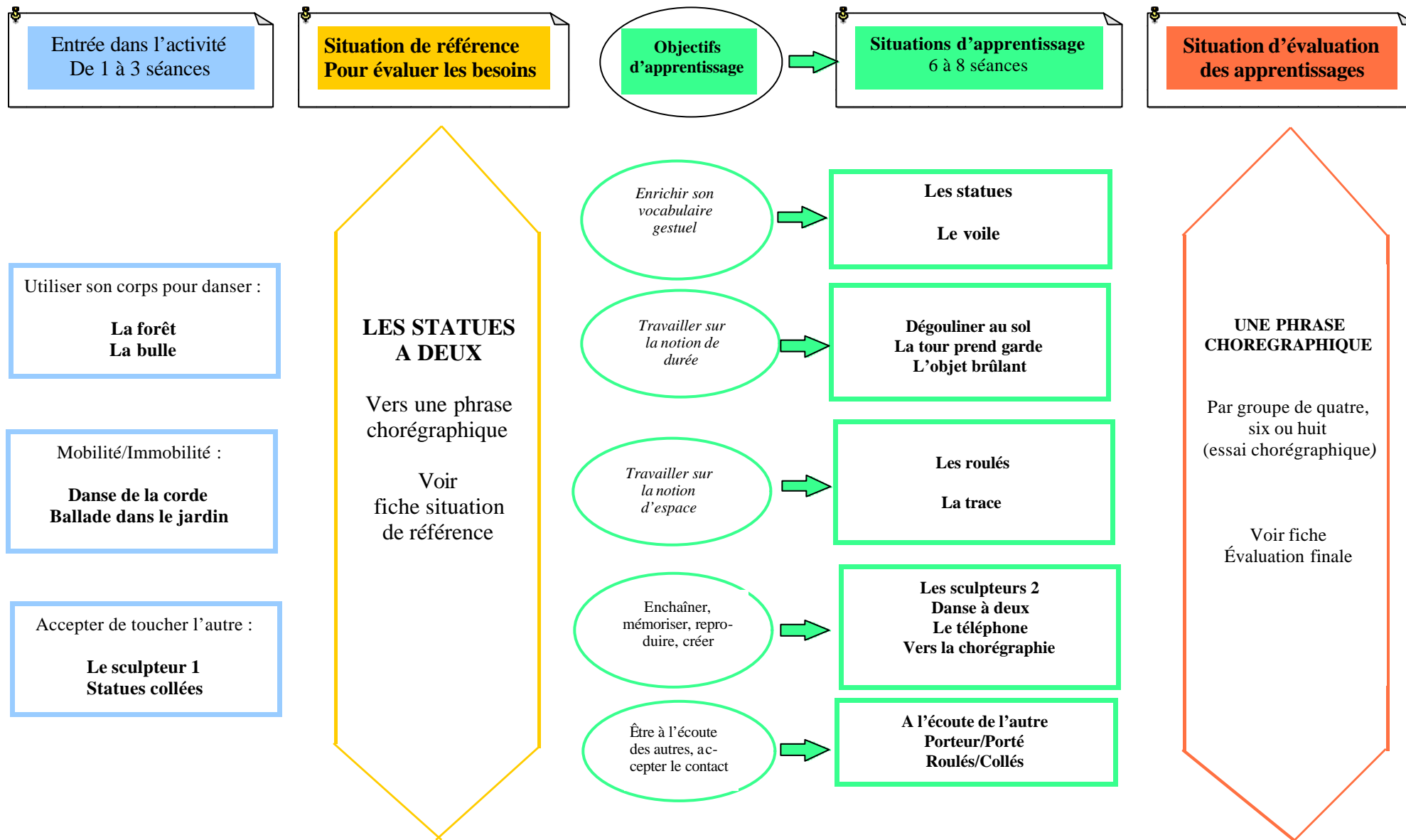
**Prolongements :**

Travail sur le thème du tableau qui s'anime.

*Laisser du temps pour s'exercer, répéter, mémoriser.*

Passage de chaque groupe devant les autres. Les spectateurs sont chargés de vérifier que les contraintes sont respectées.

# DANSE -CYCLE III - Module d'apprentissage





**Echauffement :**

10 min. /séquence.

On peut puiser parmi les propositions ci-dessous des exercices qui permettront, au début de chaque séquence, d'installer un « rituel » et d'aider à la centration du groupe classe sur l'activité.

**Objectifs :****● Faire entrer l'élève dans l'activité danse :**

→ C'est lui donner la possibilité de jouer avec son imaginaire, de l'enrichir, de développer sa sensibilité et sa créativité

→ C'est lui permettre de s'exprimer plus intensément par le mouvement. L'élève est invité à créer des formes corporelles modifiables, transformables en jouant sur les composantes du mouvement : **Corps, Espace, Temps, Energie, Mode de relation à l'autre.**

● Faire connaissance : moi et les autres, moi et mon corps.

● Etirements, relâchements dans une direction précise : « Le chat s'étire, sort ses griffes, se donne des coups de pattes, se caresse le visage, se tapit, fait le dos rond, rampe, bondit, se couche en boule puis s'étire à nouveau ».

**☞ Sur un cercle :**

- Toucher une partie du corps de son voisin en la nommant après avoir présenter sa main au groupe et rester en contact avec l'autre jusqu'à ce que chaque danseur soit en contact avec son voisin.
- Faire un cercle sans se tenir la main, prendre conscience de sa place dans le cercle. Au 1° signal on se promène partout dans l'espace, au 2° signal on reconstitue le cercle en reprenant sa place initiale.
- Dire son prénom et prendre une attitude, faire «une statue».
- Dire son prénom et exprimer un sentiment avec son corps (tristesse, joie, peur, colère, surprise).
- Se diriger directement vers un camarade en traversant le cercle, en le nommant et ainsi de suite. Enchaîner en essayant de mémoriser qui a déjà été appelé.
- Se frotter les mains, devant soi, vers le haut, à droite, à gauche, lâcher les poignets, secouer les mains «épaules détendues »
- Lever les épaules, les lâcher, dessiner de petits ronds avec les épaules (idem avec les chevilles, les poignets).
- Retirer la poussière sur tout notre corps.

**☞ Allongé sur le dos :**

- Prendre contact avec le sol, respiration sifflante, lever les bras vers le plafond, légèreté des bras, les glisser dans l'air comme les poissons glissent dans l'eau.
- Idem avec les jambes puis les 2 en même temps.
- Bras et jambes en l'air, tanguer puis se laisser tomber sur le côté sans bruit, revenir sur le dos, bras et jambes en l'air.
- Rouler sur le sol, le sol devient un partenaire.

**☞ Basé sur des massages :****Individuels**

- Se masser les mains, les bras. Faire le tour de son visage, sourcils, nez, bouche, poser les mains sur le visage puis écarter, ouvrir grand les yeux, la bouche, lever les bras. Refaire toutes ces situations avec les yeux fermés, à son propre rythme.

**A deux , jeux de contacts entre danseurs :**

- En cercle, 2 par 2, un à genoux, frotter le dos de son partenaire, glisser les mains vers l'extérieur, en partant du milieu de la colonne, expirer en même temps, puis glisser les mains sur la colonne, partir du milieu et de diriger vers les extrémités, dépasser la tête, les fesses. Changer de rôle
- Aider son partenaire à dérouler le dos. Changer de rôle.
- Jouer à la poupée de chiffon, se laisser manipuler et manipuler l'autre délicatement. Lever son bras droit, son bras gauche, sa jambe droite, sa jambe gauche, lui faire plier les genoux, les coudes, lui remuer la tête délicatement, sentir ses omoplates.

**☞ Déplacements dans l'espace :** L'espace de danse doit être délimité (plots, cordes).

- Déplacements libres, marches et courses avec statue pour finir. Déplacements à l'écoute des autres.
- Occupation de tout l'espace danse. Se déplacer en fonction des déplacements des autres, se croiser sans se bousculer.
- Traverser l'espace lentement ou rapidement : en dessinant une courbe, en dessinant une ligne droite.

**☞ Exploration des descentes au sol :**

- Dégouliner se poser sur le sol et se relever sans rupture, sans choc, sans que le poids soit incontrôlé, compensé par l'appui, essentiellement des mains dans un premier temps.
- Aller au sol n'est pas chuter : fléchir les jambes, prendre contact avec de nombreux appuis successifs, utiliser les mains, les hanches, les fesses, les épaules. Utiliser la continuité dans la descente en tournant.
- Différentes façons de tourner au sol : accroupi, assis, à genoux, en boule sur les genoux, assis sans les mains, à plat dos, à plat ventre, rouler en boule.

**● Oser se produire et apprendre à observer . ( Danseurs / Spectateurs )**

Dans chaque situation vécue, le groupe classe sera divisé en plusieurs groupes.

Chaque groupe sera à tour de rôles : Danseurs, Spectateurs / Observateurs.

La tâche de chaque groupe est définie clairement. Les observateurs comme les danseurs ont des consignes précises à respecter.

**☞ Pour les observateurs/spectateurs :**

- Respecter le travail des autres lors des évolutions.
- Ne pas parler lorsqu'il y a des danseurs au travail, faire partager ses remarques à la fin de chaque situation quand tous les danseurs sont sortis de l'espace de danse.
- Eviter de citer le nom des danseurs lorsque l'on veut critiquer et améliorer ce que l'on a vu.
- Amener les enfants vers des critiques positives pour faire évoluer la danse.
- Exprimer ses préférences dans les productions et argumenter pour justifier un avis.
- Faire des choix et les expliquer.

**☞ Pour les danseurs :**

- Utiliser un répertoire aussi large que possible d'actions.
- Participer seul ou avec les autres, en respectant les consignes simples données..
- Oser se montrer.

## UTILISER TOUT SON CORPS POUR DANSER

**LA FORET****Objectifs :**

Utiliser tout son corps.  
Trouver son point d'équilibre.

**Dispositif :** Toute la classe.

Accompagnement musical que l'on arrête quand tous les danseurs ont terminé leur prestation.

**Consignes :**

- *Regarder l'espace danse, imaginer une forêt puis aller se placer, deux par deux de façon à être bien espacés.*  
*Arriver sur place, fermer les yeux et prendre conscience de ses appuis « dans le sol », du haut de son crâne vers le ciel, respirer normalement.*  
- *Déplacer tout son corps en avant sans bouger les pieds, puis en arrière et sur le côté, puis en faisant un cercle, les arbres sont bercés par le vent.*

**Composer :**

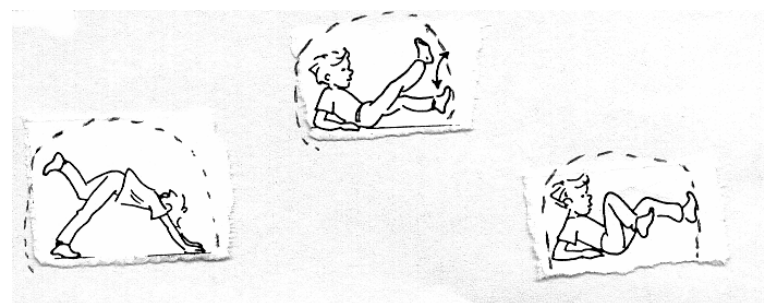
Imaginer une histoire, le vent souffle de plus en plus fort, la tempête gronde et brusquement les arbres sont déracinés et tombent sur le sol.

**Critères de réussite :**

- Toutes les parties corporelles sont en mouvement.
- Chute au sol sans brutalité.
- Respect des consignes.
- Danseurs qui restent concentrés.

**LA BULLE****Objectifs :**

Utiliser tout son corps.  
Explorer les espaces proches du corps.

**Dispositif :** 2 groupes, 1 groupe d'observateurs et un groupe de danseurs.**Consigne :**

- *Chaque danseur est enfermé dans une grosse bulle bien ronde et découvre sa bulle avec tout son corps, ses mains, ses bras, sa tête, ses fesses, ses épaules et en fait le tour, sans s'arrêter.*

**Explorer :**

- Jouer avec ses appuis, sa taille, son poids pour entrer en relation avec l'objet imaginaire.
- On peut être 2 dans une seule bulle.

**Critères de réussite :**

- On utilise différentes parties de son corps pour découvrir l'espace de la bulle.
- **Autonomie et recherche dans ses mouvements.**

## MOBILITE / IMMOBILITE

**DANSE DE LA CORDE****Objectifs :**

Etre à l'écoute de l'autre.

Savoir rester immobile pendant l'évolution des partenaires

**Dispositif :** Par groupe de 3 danseurs (D1,D2,D3). Une corde pour 3

**Consigne :**

- D1 entre dans l'espace danse avec une corde (improvisation du danseur), son regard suit la corde.
- D2 le suit en imitant ses gestes de danse. D1 se fige en statue en laissant tomber sa corde qu'D2 ramasse tout en dansant pour la faire évoluer à son tour.
- D2 vient danser avec D3, quand D2 pose la corde au sol et s'immobilise, D3 prend la corde à son tour et danse « en allant réveiller » D1.

**Explorer :**

Un danseur évolue avec la corde et provoque le mouvement des 2 autres partenaires, quand il le désire, il pose la corde, se fige en statue et un autre danseur du groupe devient meneur.

Utiliser un autre accessoire. Répéter plusieurs fois la situation.

**Critères de réussite :**

- Respect du travail de l'autre et de son immobilisme.
- Etre à l'écoute des autres et rester dans la danse.
- Evoluer corporellement avec la corde de façon harmonieuse.

**BALLADE DANS LE JARDIN****Objectif :**

S'approprier tout l'espace danse en respectant les autres danseurs

**Dispositif :** Les danseurs sont répartis autour de l'espace danse et se désignent 1 et 2

Signal d'entrée sur un fond musical. Arrêt de la musique quand tous les danseurs sont sortis de l'espace danse.

**Consigne :**

- Les danseurs D1 traversent très lentement l'espace danse en dessinant des courbes.
- Les danseurs D2 traversent l'espace danse rapidement en évitant les danseurs 1. Tant que les danseurs D1 ne sont pas sortis de l'espace d'évolution, les danseurs D2 continuent leurs déplacements rapides.
- Changer de rôle.

**Explorer :**

Les danseurs D1 sont des robots, les danseurs D2 des machines bruyantes et rapides. Les danseurs D2 traversent l'espace danse en réalisant deux aller-retour.

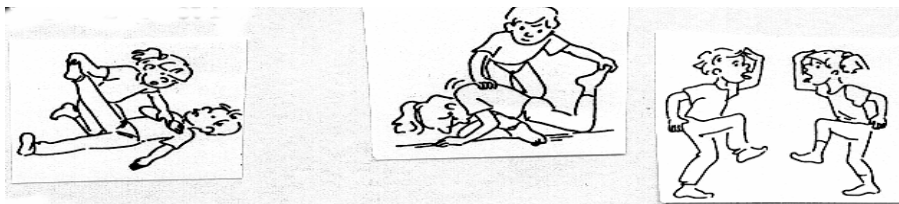
**Critères de réussite :**

- Respecter la consigne donnée à chaque groupe de danseurs.
- Rechercher une qualité de mouvements dans les déplacements lents et rapides.

## ACCEPTER DE TOUCHER L'AUTRE

**LE SCULPTEUR 1**

**Dispositif :** Par 2 (Danseur A et Danseur B)

**Consigne :**

A sera la boule de pâte à modeler, et B le sculpteur.

B crée une statue avec A en choisissant une forme qui lui plaît et en transformant la position de A. (Direction de la tête, position des bras).

**Explorer :**

Lorsque le danseur B a terminé sa statue, « il s'immobilise » comme elle, dans la même position.

→ A et B sont statues jumelles, maintiennent la position pendant 5 secondes puis effectuent un déplacement pour aller s'immobiliser dans la même position à un autre endroit.

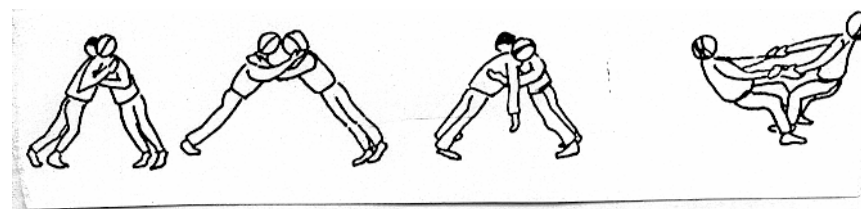
→ Les statues jumelles se figent en étant éloignées l'une de l'autre, mais en respectant une même direction.

**Critères de réussite :**

- **Pour la statue :** Se laisser manipuler par l'autre en toute confiance.
- **Pour le sculpteur :**  
Ne pas créer de positions douloureuses en bougeant la statue.  
**Pouvoir reproduire la position de sa statue créée.**

**STATUES COLLEES**

**Dispositif :** Par groupe de 2 danseurs, chaque danseur fait partie d'un groupe différent. Le danseur A appartient au groupe G1 et le danseur B appartient au groupe G2.

**Consigne :**

G1 entre dans l'espace danse, les danseurs A se figent en statue au sol.

G2 entre, les danseurs B vont réaliser une statue avec leur partenaire en ayant un contact avec lui. Ils essaient de créer un changement de position.

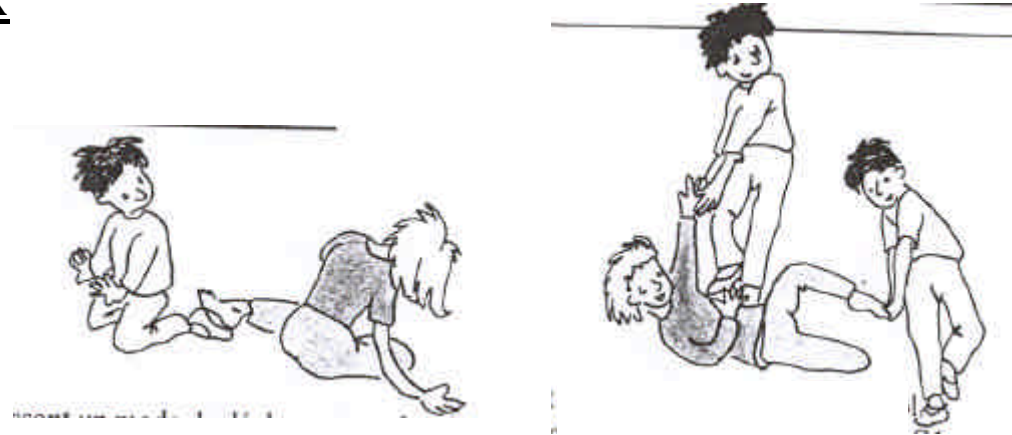
G2 passe au sol et G1 se relève tout en gardant le point de contact.

**Composer :** La statue collée se brise et va se construire avec d'autres éléments lors d'un déplacement. A la rencontre d'un partenaire, on recrée une statue collée en changeant la partie du corps en contact.  
Statue collées à 3, à 4.

**Critères de réussite :**

- Varier les points de contact
- **Effectuer des mouvements fluides, sans rupture.**

## VERS UNE PHRASE CHOREGRAPHIQUE

LES STATUES A DEUX

**Dispositif** : 2 groupes de danseurs G1 et G2 .

Consigne :

*Le groupe G1 entre très lentement dans l'espace danse en choisissant un mode de déplacement, les danseurs vont s'immobiliser en statue au sol.  
Quand tous les danseurs de G1 sont immobiles, le groupe G2 entre en courant et les danseurs vont réaliser un contact avec les statues du groupe G1. (statues à 2, à 3, à 4).*

*On compte 5 secondes puis, G1 et G2 se déplacent de nouveau dans l'espace danse.*

*Quand G1 le désire, il s'immobilise à nouveau pour recréer la même statue qu'au départ, G2 vient compléter la statue de la même manière.*

*On réalise trois fois la même statue à trois endroits différents puis on sort de l'espace danse .*

L'enseignant observe les productions :

- Comment l'espace est utilisé ?
- Le respect des consignes données
- Expression et la gestuelle des danseurs
- Les statues sont-elles réellement immobiles ? Quels appuis sont utilisés ?
- Les danseurs sont-ils attentifs, concentrés et à l'écoute du partenaire ?
- Les déplacements sont-ils riches et variés, réalisés sur des rythmes différents, réalisés de manière autonome ?

## ENRICHIR SON VOCABULAIRE GESTUEL

LES STATUESSituation 1 :

Trouver tous les « ronds creux » que l'on peut faire avec son corps.

Situation 2 :

Trouver toutes les manières de remplir les « ronds creux » d'une autre statue.

Situation 3 :

Statues jumelles : Réaliser la même statue que le(s) partenaire(s).  
Garder la même direction, la même position

Situation 4 :

Statues miroir : Réaliser une statue face à une autre statue en gardant la même position.

Situation 5 :

Statues collées ou siamoises : Reproduire de la même façon des statues collées à 2, à 3.

Situation 6 :

Statues pyramides : Réaliser une statue à plusieurs en respectant des entrées, les formes à compléter, l'espace utilisé, les sorties.

Composer :

Choisir 2 positions de statues, statue 1 du début, statue 2 de fin, passer de l'une à l'autre par un développement de mouvements.

Critères de réussite :

- Lisibilité des intentions, des expressions que l'on veut donner.

LE VOILE

Dispositif : 2 groupes Danseurs/Observateurs

Consigne :

*Choisir un morceau de tissu en mousseline, en velours, en tulle, le faire danser et danser avec lui. Le corps suit le tissu.*

*Ecrire son prénom à l'aide du tissu, prénom que l'on passe à l'autre.*

Varié l'accessoire (rubans, cordes, bâtons)

Composer :

Entrer pour se placer en statue auprès d'un tissu, ramasser le tissu et écrire trois fois son prénom, à **différents niveaux** (haut, bas, milieu), dans **3 endroits différents** dans l'espace danse. Poser son tissu au sol et sortir de l'espace danse.

Critères de réussite :

- Mouvements en harmonie avec le poids, la taille, la qualité du tissu choisi.
- Mouvements du tissu qui évoquent une intention, mouvements qui sont lisibles pour les spectateurs.



## TRAVAILLER SUR LA NOTION DE DUREE

**DEGOULINER AU SOL**

**Dispositif :** De manière individuelle, avec ou sans musique .

**Consigne :**

Statue debout qui va « dégoûliner au sol », se poser au sol, le soleil chauffe et la statue va fondre petit à petit.  
 Varier la durée pour aller au sol (4 temps, 6 temps, 8 temps, 12 temps).  
 On doit prendre des appuis pour éviter de chuter.  
 Contrôler la descente.

**Composer :**

Dégouliner au sol, remonter, répéter plusieurs fois les descentes et les montées en les enchaînant.  
 Apprendre notre mouvement à un partenaire, puis enchaîner les descentes et les montées de chacun.

**Critères de réussite :**

- Exécuter progressivement la chute au sol sans rupture.
- Rester concentrer pendant sa danse.

**LA TOUR PREND GARDE**

**Dispositif :** Sur un cercle, matérialisé à l'aide de plots.  
 2 groupes de danseurs, danseurs D1 et danseurs D2.

**Consignes :**

Les danseurs D1 se déplacent lentement dans l'espace en décrivant une courbe.  
 Les danseurs D2 courent rapidement en direction d'un danseur D1, décrivent un cercle autour de lui et sortent de l'espace danse.  
 Changer de rôles.

**Composer :**

Même situation que précédemment, mais lorsque la rotation est terminée les danseurs changent de rôles. Celui qui progressait rapidement, progresse lentement en courbe, celui qui progressait lentement, sort rapidement de l'espace danse pour y pénétrer de nouveau et tourne autour d'un autre danseur.  
 Changer de rôle 2 fois de suite.

**Critères de réussite :**

- Respecter les consignes.
- Mémoriser notre phrase chorégraphique.

## TRAVAILLER SUR LA NOTION DE DUREE

L'OBJET BRULANT**Objectif :**

Travailler la notion de durée.

**Dispositif :** Sur un cercle. Prendre un objet par groupe (bâton, ruban, foulard). Chaque groupe se compose de trois danseurs. D1, D2, D3

**Consigne :**

*Se transmettre un objet en respectant une durée donnée (4 temps, 6 temps, 8 temps).*

*Le corps danse avec l'objet avant de le transmettre ; on suit l'objet du regard, du corps.*

**Composer :**

D1 part de la réalisation d'une statue avec l'objet, effectue une composition et transmet l'objet à D2. D2 « répète » la composition de D1, y ajoute la sienne avant de passer l'objet à D3. Ce dernier reproduit la composition de D1 et D2 avant de terminer l'enchaînement par sa propre production et une statue.

Changer l'ordre des danseurs quand la première composition est connue, mémorisée et réalisée correctement par les trois danseurs. (auto correction)

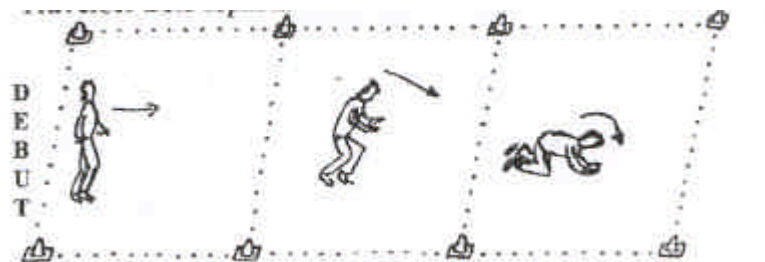
**Critères de réussite :**

- Le corps et l'objet ne font qu'un.
- Une intention, une expression est donnée avec l'objet.

## TRAVAILLER SUR LA NOTION D'ESPACE

LES ROULES

**Dispositif :** Travail par vagues de trois ou quatre danseurs.  
Traverser trois espaces matérialisés au sol.

**Consigne :**

*Trouver la meilleure façon de traverser les trois espaces en sachant que l'on part à la verticale et que progressivement, on ira au sol dans le troisième espace.*

**Composer :**

Aller à la rencontre d'un partenaire.  
Evoluer à deux dans l'espace central.  
Se quitter pour sortir de l'espace danse.

**Critères de réussite :**

- Les mouvements sont fluides, aucune rupture n'est provoquée pour passer de la verticale au sol.
- Les trois espaces sont bien investis.

LA TRACE

**Dispositif :** Deux groupes , danseurs/observateurs.

**Consignes :**

*Aller vers un objet posé au sol dans l'espace danse et revenir à son point de départ en réalisant un chemin différent de l'aller.  
Mémoriser ce trajet et le refaire trois fois de suite de la même façon.*

**Composer :**

Répéter plusieurs fois les mêmes aller – retour à des rythmes différents. (L'aller est effectué rapidement et le retour très lentement).  
Danser avec tout son corps à un endroit donné de l'espace danse avant d'exécuter le retour.

**Critères de réussite :**

- Bien mémoriser son point de départ et son point d'arrivée ainsi que son trajet.
- Savoir se repérer dans l'espace danse pour écrire une phrase.

## ENCHAINER, MEMORISER, REPRODUIRE, CREER

LES SCULPTEURS 2

**Dispositif :** Par groupes de 2. Musique qui accompagne.

**Consigne :**

*Reprendre la situation des sculpteurs 1, en mémorisant 3 positions de statues.*

*Statue 1, statue 2, statue 3, apprendre les 3 positions corporelles et les reproduire dans l'espace en respectant l'ordre donné par l'enseignant. (réaliser la statue 1, la 3, la 2).*

*Au départ, on peut garder un ordre chronologique(1,2,3) pour aider à la mémorisation des 3 positions (donner des repères imagés, statue qui montre quelque chose, statue qui dort etc...).*

**Composer :**

Ajouter des enchaînements pour passer de la statue 1 à la statue 2, de la statue 2 à la statue 3.

On peut y mettre des déplacements, avec 3 directions différentes et jouer sur les rythmes (lent/rapide).

Choisir une entrée une sortie.

**Critères de réussite :**

- Mémoriser les 3 positions de statues.
- Respecter les consignes données.
- Etre à l'écoute des autres dans le groupe.
- Oser montrer aux autres.

DANSE A DEUX

**Dispositif :** Par groupes de 2 ou 3.

Avec ou sans accessoire.

La musique accompagne et s'arrête dès que les danseurs ont terminé.

**Consigne :**

*Choisir une position fixe au départ, une à l'arrivée, choisir un développement entre les 2 positions.*

*Les communiquer, les apprendre mutuellement, les mémoriser et les répéter ensemble pour pouvoir les montrer aux autres.*

**Composition :**

Reproduire 2 fois les développements choisis, ajouter une entrée, une sortie, avec des rythmes choisis et des déplacements.

**Critères de réussite :**

- Lisibilité pour les spectateurs.
- Expression et intention réelle données par les danseurs.

**ENCHAINER, MEMORISER, REPRODUIRE, CREER****LE TELEPHONE**

**Dispositif** : Par groupe de 3 ou 4 danseurs au départ.(D1,D2,D3,D4)

**Consigne** :

*Position de départ : statue debout. Position de fin : statue au sol.*

*D1 part de la statue debout et enchaîne un mouvement, reprend la position de départ et répète plusieurs fois.*

*D2 part de la position du début, fait le mouvement de D1 puis y ajoute son mouvement.*

*D3 reprend la position de départ puis le mouvement de D1 et le mouvement de D2 et y ajoute son mouvement, et ainsi de suite, le dernier danseur devra arriver au sol.*

**Composer** :

Le groupe doit mémoriser ses mouvements pour les montrer aux autres.

Les reproduire 3 fois en y ajoutant des rythmes variés (lent, rapide lent).

Ajouter un début, une fin.

## ENCHAINER, MEMORISER, REPRODUIRE, CREER

LES ENTREES :

- E1** : course vers un endroit précis + statue.  
**E2** : marche vers un endroit précis + statue.  
**E3** : entrée par deux, D1 entre en courant, vite, D2 entre très lentement.  
**E4** Déplacements bien définis, selon l'initiale de son prénom, ou tout autre chemin établi à partir de points précis que le danseur a « programmé » avant de pénétrer dans l'espace danse + statue.  
**E5** : Plusieurs traversées en courant de coulisse à coulisse puis statue à un point précis de l'espace danse.  
**E6** : entrée avec accessoire.  
**E7** : entrée par succession de groupes de danseurs, groupe de 3 danseurs, de 5 danseurs, en solo,....

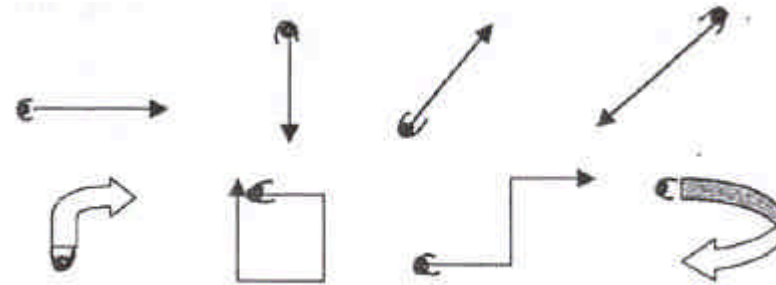
LES SORTIES :

- S1** : Quand on le désire, le danseur estime qu'il a terminé « sa danse », il se fige en statue puis sort en marchant en regardant vers les coulisses.  
**S2** : Le danseur se fige en statue puis sort en courant dans une direction précise, en regardant toujours vers les coulisses.  
**S3** : Statue de groupe qui se construit à partir d'un danseur qui s'arrête. Le groupe quitte par la suite l'espace danse avec des rythmes et des directions identiques ou différentes définis à l'avance.  
**S4** : On termine en statue sans effectuer de sortie.

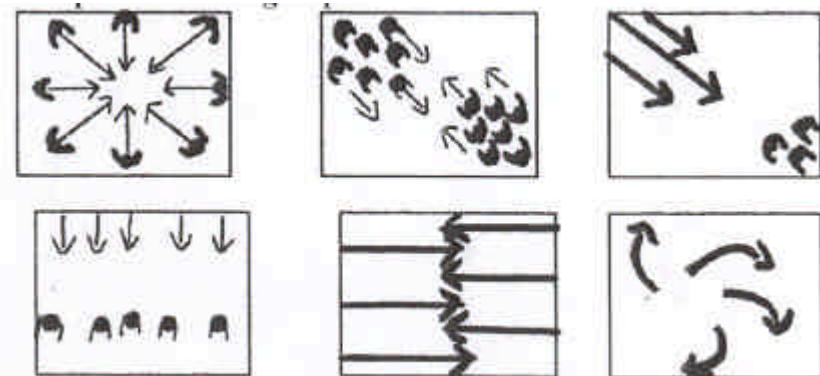
**Dans tous les cas, la sortie fait partie intégrante de la danse.**

LES DEPLACEMENTS

## → Déplacement seul



## → Déplacement en groupe



## ETRE A L'ECOUTE DES AUTRES

A L'ECOUTE DE L'AUTRE

**Dispositif** : Toute la classe.

**Consigne** :

*Tous ensemble vous vous déplacez, celui qui décide le premier de s'arrêter en statue, s'arrête, tout le monde doit faire comme lui.*

*Quand tout le monde est figé en statue, celui qui décide de repartir en courant par exemple, court, tout le monde doit courir.*

*Un autre danseur décide de s'arrêter et tout le monde doit s'arrêter à nouveau.*

*Réaliser trois déplacements différents.*

**Composer** :

Par groupes de 5 danseurs, choisir ensemble une manière de marcher, de faire une statue, de chuter, de se redresser et les enchaîner.

Entrées et sorties différentes selon les groupes.

**Critères de réussite** :

- Rester autonome.
- Etre capable de décider d'être le meneur.

## ETRE A L'ECOUTE DES AUTRES

PORTEUR PORTE

**Dispositif :** Par 2, on laisse les danseurs se mettre par affinité au début du travail des portés.

**Consigne :**

*Le porteur propose à l'autre une surface d'appui, le porté prend contact, une fois installé, il lâche son poids, puis le reprend.*

*Sans modifier sa posture, le porteur retire son appui sans déranger le porté.*

**Composer :**

Une tortue porte sa carapace, vers un endroit précis en choisissant une manière de porter, une direction, une manière de déposer l'autre une fois le déplacement terminé.

Changer les rôles.

**Critères de réussite :**

- Accepter le contact de l'autre.
- Faire confiance au porteur.
- Richesse des points d'appuis corporels.

ROULES COLLES

**Dispositif :** Par 2

**Consigne :**

*Partir à 2 en ayant une partie du corps en contact avec son partenaire et traverser l'espace danse sans se décoller.*

**Composer :**

Le groupe 1 va se poser en statue au sol, un danseur du groupe 2 va établir un contact avec un danseur du groupe 1. Petite évolution à 2 sans se décoller avec passage au sol et remontée, sortir en gardant le contact avec l'autre.

**Critères de réussite :**

- Accepter le contact de l'autre, même si l'on a pas trop d'affinité avec lui.
- Contact garçon/fille accepté.
- Evolution qui traduit une intention



## UNE PHRASE CHOREGRAPHIQUE COMPOSEE AVEC LES DANSEURS

**Dispositif** : 4 groupes G1, G2, G3 et G4 de 2, 4, 6, 8 danseurs. Une musique accompagne la chorégraphie.

Dans chaque groupe les danseurs travaillent par 2.

Avec ou sans accessoire, si l'on choisit un objet pour 2 danseurs, il sera différent dans les groupes.

**Consigne** :

→ Le groupe G1 entre **très lentement** dans l'espace danse en choisissant ses déplacements, pour créer une forêt de statues debout = (*statue 1*).

→ Lorsque le groupe G1 est immobile, le groupe G2 entre **rapidement** et va retrouver sa statue partenaire pour réaliser un contact.

On compte 5 secondes puis on évolue à 2, **dégouliner au sol puis remonter très lentement**.

→ G1 et G2 **se séparent** et se déplacent dans tout l'espace en exécutant chacun, son propre chemin.

Quand G1 le désire, il se fige en statue et G2 vient le retrouver pour évoluer avec lui, la position des statues est différente = (*statue 2*).

→ On répète deux fois la statue 1 et 2 fois la statue 2, puis on s'arrête dans l'espace danse, position statue 2.

→ Quand tout le monde est immobilisé dans l'espace, le groupe G3 entre **lentement** pour réaliser une statue debout suivi par le groupe G4 qui va à son tour, évoluer **rapidement** entre les groupes G1 et G2 pour retrouver G3.

G3 et G4 dégoulinent au sol puis se déplacent pour se figer à nouveau.

→ Au second arrêt de G3 et de G4, G1 et G2 sortent de l'espace, très lentement.

→ Quand G1 et G2 sont sortis G3 et G4 continuent leur danse jusqu'à la fin.

**Critères de réussite** :

- Respect des consignes dans chaque groupe.
- Les danseurs sont en état de danse du début jusqu'à la fin, sans s'occuper du voisin.
- Lisibilité des mouvements pour les spectateurs.
- Improvisation spontanée pour les danseurs.

**OSER SE MONTRER. EMETTRE DES CRITIQUES POUR S'AMELIORER.**