

Dossier « Enseignant »

# Danse



**Livret de compétences EPS**

Fin de cycle 3



Equipe EPS 1<sup>er</sup> degré 93 Seine-Saint-Denis



## *Compétence 4 : Concevoir et réaliser des actions à visée artistique, esthétique et /ou expressive.*

# APS de référence : Danse

### Référence B.O

### Objectifs généraux

- . Développement des capacités et des ressources nécessaires aux conduites motrices
- . Accès au patrimoine culturel que représentent les diverses activités physiques sportives et artistiques, pratiques sociales de référence
- . Acquisition de compétences et connaissances utiles pour mieux connaître son corps, le respecter et le garder en forme : approche sensible, poétique et plastique.

### Compétences spécifiques

Réaliser et enchaîner des actions (locomotions, équilibres, manipulations ...) de plus en plus complexes et variées :

- . Danser
- . Composer
- . Regarder et communiquer



# APS : DANSE

## Finalité

**1/ Danser : Exprimer corporellement seul ou en groupe des états ou des sentiments à partir de musiques, de peintures, de textes, des images ...**

## Programmation

- . 10 à 15 séances par modules d'apprentissage
- . 1 à 2 séances d'1 heure par semaine

## Situation de référence

Modalités d'évaluation identique tout au long du cycle  
(évaluations diagnostique, intermédiaire et finale)

**Construire dans une phrase dansée (directions, durées, rythmes précis) jusqu'à cinq mouvements combinés et liés, pour donner une intention et susciter du sens (émotions, états, idées). Ces mouvements sont personnels ou collectifs, choisis ou imposés.**

## Bibliographie

### Sites internet

#### **Site du ministère de la culture et de la communication :**

Dans la rubrique « évènements culturels » vous pouvez chercher par région, par département , puis par thème et par mots clés, toutes les manifestations culturelles programmées par année.

<http://www.culture.gouv.fr>

#### **Danse au cœur :**

Le programme de cette manifestation nationale qui a lieu tous les ans au théâtre de Chartres. On y trouve également les compagnies et artistes associés à la danse à ,l'école.

<http://www.danseaucoeur.com>



## Danse à l'école : Bibliographie

### Pour les enseignants :

#### **La danse à l'école , pour une éducation artistique : Jackie Lascar**

Editions l'Harmattan 2001 . Rencontre entre des enseignantes de maternelle et de primaire et une chorégraphe. Livre essentiel pour commencer un travail de danse à l'école. Des pistes , beaucoup d'exemples de jeux dansés, des objectifs bien définis suivant les niveaux d'enseignement. Les savoirs et les mises en œuvre clairement présentés.

#### **Danser.les.arts.,livre,.Tizou.Perez.,Annie.Thomas**

CRDP.des.Pays-de-la-Loire,Nantes,2000,208.pages

Cet ouvrage évoque les relations possibles entre la danse et d'autres arts, et tente de repérer les savoirs communs aux pratiques artistiques enseignées à l'école. Les pistes de travail, adaptées à chaque niveau d'enseignement, aident à la mise en place de projets en partenariat.

#### **Entrez.dans.la.danse. !,cédérom.Mac.et.PC,.Antoine.Maugey**

CRDP.des.Pays-de-la-Loire,.Nantes,2002

Résultat d'un projet de travail entre enseignants et chorégraphe dans le Maine-et-Loire. À partir de champs disciplinaires (arts visuels, éducation musicale), des domaines de « maîtrise du langage », « découvrir le monde », et « vivre ensemble », ce cédérom aborde l'entrée en danse à partir de fondamentaux tels que le corps, l'espace, le temps, l'énergie, le poids du corps, la relation à l'autre, le regard. Voyage poétique dans la danse permettant de sensibiliser les élèves et les enseignants à la pratique de la danse. Situations pédagogiques interdisciplinaires aidant à l'enrichissement des pratiques et au décloisonnement.

#### **EPS Danse :danser en milieu scolaire, livre, Tizou.Perez.,Annie.Thomas**

CRDP.des.Pays-de-la-Loire,.Nantes,.1994,.142.pages

Organisé autour de savoirs fondamentaux et de leur évaluation, ce document essaie d'intégrer la danse comme moyen d'éducation en EPS, tout en lui conservant sa dimension artistique. Des propositions de mises en œuvre à travers des exemples concrets viennent étayer cette démarche. L'objectif reste, avant tout, de proposer un traitement de la danse dans une logique scolaire qui s'adresse à tous les élèves.

#### **Danse avec les mots : un voyage entre danse et écriture poétique, vidéocassette, Tizou.Perez,Annie.Thomas**

CRDP.des.Pays.de.la.Loire,.Nantes,.2002

Différentes étapes de la création en danse et par la danse. Création d'une danse à partir d'un texte littéraire (Le pays sous l'écorce de Jacques Lacarrière) et mise en mots des sensations dansées. Réalisée avec une classe de 6<sup>e</sup>, de seconde (option arts), et un groupe d'étudiants.



### Pour les élèves :

**La danse classique**, multisupport, Marie-Françoise Bouchon  
Gallimard Jeunesse, Paris, 1999

L'histoire de la danse classique, depuis les ballets du roi Soleil jusqu'aux productions du XXe siècle.  
Livre et CD audio

**La danse hip-hop**, multisupport, Marie-Christine Vernay  
Gallimard Jeunesse, Paris, 2002

Smurf, break, dance, de New York à Paris en passant par Londres et Berlin, cette danse issue du rap emballé les jeunes. Tout ce qu'il faut savoir sur le hip.  
Livre et CD audio

**La danse jazz**, multisupport, Marie-Christine Vernay  
Gallimard Jeunesse, Paris, 1999

La partie historique est suivie d'une partie mise en jeu corporel et d'un carnet pratique avec toutes les bonnes adresses. Grâce au CD, les enfants pourront s'essayer tout seuls ou en groupe à la danse jazz.  
Livre et CD audio

**Chacun cherche un coin qu'il aime bien**, vidéocassette, Catherine Brossais,  
Laurent Baude

Conseil.général.du.Val-d'Oise,Abbaye.de.Maubuisson,2000

Cette vidéocassette est issue d'une exposition-parcours à l'abbaye de Maubuisson en 2000, qui prolonge un travail de découverte du lieu avec une classe de CP/CE1 d'Épinay-sur-Seine, à travers la danse contemporaine. Chemins d'écriture, cadre ciel, sièges-empreinte, colonnes tournantes, sol qui danse, escalier éphémère, girouettes... le visiteur découvre un espace ouvert à l'imagination.

**Chemins.d'école.et.d'opéra**,.vidéocassette,.Sélim.Isker  
CNDP,Paris,2000

Pour l'organisation d'une classe à PAC : danse, théâtre, opéra, rap, cirque. Expériences pédagogiques avec le concours d'intervenants extérieurs, artistes ou professionnels de la culture.

**L'école.à.la.ronde**,...multisupport,Jean.Guizerix,Sophie.Rousseau  
CNDP,Paris,2003

À partir d'une ronde chantée, Ah mon beau laboureur, les enfants sont invités à créer leur propre composition chorégraphique et à trouver de nouvelles paroles à la chanson. Coffret avec une cassette vidéo (12 mn), 1 CD audio (3 mn 15) et un livret

**Rondes et jeux dansés : chantez, dansez, embrassez qui vous voudrez...**,  
multisupport,.Môde.Guilcher

Delagrave,.Paris,2001.Livre.et.cassette.audio

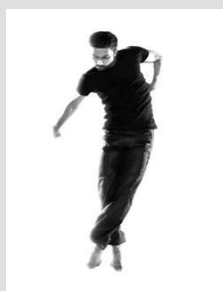
« Qui entre en ronde, entre dans le monde... » : un répertoire de jeux dansés issus de la tradition enfantine.



# Compétences transversales

## 1. S'engager lucidement dans la pratique de l'activité

- **s'engager dans l'action** :
  - ❖ en **choisissant** les modes d'action les plus adaptés dans des temps et des espaces divers, en relation avec le monde sonore ou l'idée proposés ...
  - ❖ en **anticipant** sur les actions à réaliser : par la mémorisation progressive des éléments qui composent le moment chorégraphique.
- En **contrôlant** ses émotions et leurs effets dans des situations de risque ou de difficulté de plus en plus diversifiées : se produire devant un public en restant concentré et sans que les moyens d'expression soient perturbés ...
- **enrichir son répertoire de sensations motrices inhabituelles et les combiner, mise en jeu du corps et de son énergie** :
  - ✓ équilibre et déséquilibre
  - ✓ appuis divers : sur le sol les murs, les autres, sur une partie de son corps ou de l'autre
  - ✓ initiation et mobilisation du mouvement par différentes parties du corps : exemple : debout, avancer, et tourner entraîné par la main, l'épaule ou le bassin...
  - ✓ dissociation et association des parties du corps engagées
  - ✓ changement d'axe
  - ✓ transfert de poids du corps
  - ✓ accélération, décélération
  - ✓ rotation dans plusieurs axes
  - ✓ vitesse d'exécution
  - ✓ étirement
  - ✓ rebond
  - ✓ sens de l'arrêt, de la suspension et du silence.



\*

## 2. Construire de façon de plus en plus autonome un projet d'action.

Formuler mettre en œuvre des projets et s'engager contractuellement individuellement ou collectivement en utilisant ses ressources et ses connaissances de manière adaptée

- Pour viser une meilleure performance : réfléchir ensemble à des propositions de mouvements, d'attitudes, de déplacements ... plus expressifs, mieux adaptés au thème retenu.
- Pour inventer des formes d'action diversifiées : composer des moments chorégraphiques comportant des éléments relatifs à l'espace scénique, au temps, aux possibilités de chacun des danseurs et à leurs relations ...
- Pour acquérir des savoirs nouveaux :
  - ✓ Sur les modes d'action et d'articulation du corps dans le mouvement dansé
  - ✓ Sur l'univers de la danse : les œuvres, les styles, les modes de composition, l'histoire de la danse ...
- Pour organiser sa vie physique : gérer son émotion, son effort et sa concentration lors de la production devant un public.

## 3. Mesurer et apprécier les effets de l'activité :

- Apprécier, lire des indices de plus en plus nombreux et de plus en plus complexes :
  - ✓ Éléments de *l'espace scénique* (entrées, sorties, proximité, éloignement, rapprochement, périphérie, espace de présentation)
  - ✓ Éléments de *l'espace corporel* orientés dans l'espace concret (niveaux, plans, directions, volumes)
  - ✓ Caractéristiques du *monde sonore* sur lequel on danse, (mélodies, rythmes, pulsations, tempo)
  - ✓ Attitudes, expressions, mouvements déplacements des autres danseurs ...
- Mettre en relation des notions d'espace et de temps : vitesse, accélération, durée, trajectoires, déplacements...
  - ✓ Ajuster ses mouvements à ceux des partenaires / danseurs
  - ✓ Agir en concordance avec le support sonore (en adéquation, en décalage, en écho ...)
- Donner son avis, évaluer une production, selon des critères simples.  
Formuler un point de vue sensible sur la danse des autres et sur les spectacles vus (critères portant sur : la qualité des mouvements, leurs caractères expressifs et esthétiques, les émotions suscitées ...)
- Reconnaître et nommer :
  - ✓ Différentes actions mettant le corps et ses segments dans différentes positions : équilibres, sauts, passages au sol rotations ...
  - ✓ Quelques repères culturels constitutifs des œuvres.

#### 4. Appliquer des règles de vie collective :

- **Se conduire dans le groupe** en fonction de *règles*, de codes que l'on connaît, que l'on comprend, que l'on respecte et que l'on fait respecter :
  - ✓ Règles de composition : nombre d'éléments dans la séquence dansée, impératifs de mise en scène...
  - ✓ Règles simples de sécurité : s'assurer que tous les enfants qui dansent ont suffisamment de place pour ne pas se gêner.
  - ✓ Règles de vie collective : tout le monde a le droit d'exprimer ses idées ou de proposer des solutions ...
- **Coopérer, adopter des attitudes** : d'écoute , *d'aide*, de tolérance et de respect des autres pour agir ensemble ou élaborer en commun des projets.
  - ✓ Aider un camarade à réaliser la partie de séquence qui lui revient en lui donnant des idées, des conseils ...
  - ✓ Se mettre à plusieurs pour réaliser une action commune (un porter, une figure de groupe ...)
- **Connaître et assurer plusieurs rôles** : danseur, spectateur ...
- **Changement de statut** : le danseur peut être tour à tour : meneur, mené, déclencheur...

#### 5. Evaluer :

L'évaluation, inhérente à la définition même de la danse, participe à la construction du projet de communication. Une danse qui n'est pas vue (et évaluée) ne répond pas à la logique interne de cette activité.

Pourquoi évaluer en danse ?

- Pour communiquer
- Pour progresser soi même
- Pour faire progresser le projet collectif

L'évaluation est le plus souvent formative, contribuant par là même à faire progresser l'ensemble de la classe et l'ensemble des élèves. La danse étant une activité artistique, il est difficile et pratiquement impossible d'avancer une évaluation sommative (un parti pris subjectif est difficilement évaluable), par contre si les compétences spécifiques et transversales sont pointées il sera possible de faire une évaluation sommative.

Elle ne sera jamais normative.



## La démarche en danse

Un enfant qui prend plaisir à bouger, ose spontanément libérer des réponses corporelles multiples et variées.

Qu'est-ce qui va permettre de dire d'un enfant qu'il est entré en danse et non en train de s'agiter ? Sa gestuelle va susciter notre émotion par sa musicalité, par la fluidité de son mouvement, sans doute, mais aussi par le sens que porte sa danse et va nous toucher, sa manière si personnelle de créer un espace, l'émotion transmise....

La danse à l'école n'est pas porteuse de technique mais s'élargit au problème posé par l'écoute, la relation, l'imaginaire, l'expérience sensible. Elle propose une véritable activité de recherche et de création car, comme dans tous les champs disciplinaires l'école ne doit pas seulement transmettre des connaissances mais, favoriser des expériences et des pratiques permettant aux élèves de se repérer, de donner du sens, de verbaliser et de conceptualiser à partir de ce vécu. Il s'agit de stimuler le désir de chercher et de produire, d'inventer d'autres manières d'apprendre faisant place au sensible : sensoriel, affectif, symbolique et imaginaire. Les procédés de création que l'enseignant doit proposer aux élèves (explorer, structurer, réinvestir) et de composition (répéter, inverser, amplifier, déformer, contraster, opposer ...) sont riches et transposables à d'autres champs que la danse. Pour cela l'enseignant pose le cadre, avance des propositions qui permettent à l'enfant de trouver des états de corps dans le plaisir, accueille les propositions des élèves, accompagne les enfants et leur danse.

Il place les élèves au cœur des apprentissages et crée des liens entre les différents champs disciplinaires pour que la danse prenne sens, pour que le groupe soit dynamisé d'une manière cohérente. Chaque fois que la classe est confrontée à l'art chorégraphique (rencontre ou travail avec un artiste, spectacle, vidéo), il relie les contenus artistiques aux programmes et les rend accessibles aux élèves.

La danse établit un rapport particulier au corps en le respectant et constitue un véritable langage poétique. Les enfants ( ou les adolescents ) en difficulté provisoire de langage et de relation peuvent ainsi traverser des expressions fortes d'expression, d'interprétation et d'échanges qui les raccrochent au groupe et aux adultes, d'une manière positive et valorisante.



**Une démarche de découverte invite à proposer de manière essentielle et fondatrice des temps d'exploration , de recherche , d'expérimentation.**

Ce sont des temps où chaque enfant peut donner des réponses uniques et singulières en partant d'une proposition donnée pour tous. Des temps où ces réponses peuvent être accueillies sans jugement de valeur. Le rôle de l'enseignant étant d'abord d'observer pour relancer et aider l'élève à cheminer vers un enrichissement de ses réponses. C'est un moment important où il peut être encouragé dans son engagement et sa motivation à découvrir et à inventer.

**L'élaboration spontanée de matériaux gestuels dans l'exploration va permettre de cheminer dans deux directions , sans exclusivité :**

1- une direction ira vers le choix et l'inscription d'éléments gestuels précis qui pourront se décliner avec différents traitements :  
moment privilégié pour l'affinement individuel du mouvement dans ses relations à l'espace, au temps, et aux dynamiques et pour l'approfondissement de la conscience corporelle.

C'est un temps où sont sollicités l'intériorisation, la mémorisation, la répétition, les modulations...

2- l'autre direction ira vers l'improvisation à travers des mises en relation et des règles de composition simples. C'est un temps tourné vers les richesses des échanges, la prise en compte de l'immédiateté et de l'inattendu dans l'aller retour entre les uns et les autres. C'est un temps fort de communication et d'engagement.

**A partir de ces cheminements et expériences , le travail de composition pourra se mettre en place avec un guidage progressif dans un premier temps , et pour les plus expérimentés en proposant un déroulement à mettre en place de manière autonome.**

Les temps de composition sont des temps privilégiés pour proposer des situations de danseurs / spectateurs.

Cependant il est également intéressant d'être spectateur lors des phases d'exploration ou lors d'une improvisation.



## Compétences spécifiques et opérationnelles à acquérir au cycle des approfondissements\*

- L'ensemble de ces compétences doit être acquis à la fin du cycle des approfondissements (CM2). Le tableau ci-dessous sera utilisé également comme repère des compétences intermédiaires par les enfants dans les 2 autres niveaux de classes du cycle (CE2 et CM1).

Actions visées	Opérations à mettre en œuvre
<p><b>1/ <u>danser</u> : exprimer corporellement seul ou en groupe à partir de musiques, de peintures, de textes, des images, des états ou des sentiments</b></p> <p style="text-align: center;">...</p> <p><b>Un corps en mouvement dans un espace temps qui n'est plus celui du quotidien.</b></p> <p><b>Entre fantaisie ... vertigo et rigueur.</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Improviser</li> <li>- Transposer</li> <li>- S'ajuster</li> <li>- Orienter</li> </ul>
<p><b>2/ <u>composer</u> pour communiquer (pour aller de l'improvisation à la composition )</b></p> <p><b>Atteindre la fonction poétique de la danse</b></p> <p><b>Nos émotions ont besoin d'être sélectionnées, intelligemment « guidées » et nécessitent pour parvenir à s'exprimer totalement une habile</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Construire</li> <li>- Moduler, transformer, modifier, transposer</li> <li>- Reproduire ou transformer</li> <li>- Choisir un parti pris esthétique</li> <li>- Jouer</li> <li>- Connaître</li> <li>- Expérimenter</li> <li>- Définir et respecter des règles et des contraintes, des modes de composition</li> <li>- Adapter</li> <li>- Communiquer</li> <li>- Entrer en relation</li> </ul>
<p><b>3/ <u>regarder et communiquer</u> (vers un nouveau regard artistique de l'élève)</b></p> <p><b>Leurs émotions ont besoin d'être sélectionnées , intelligemment « guidées »</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Développer des critères de jugement</li> <li>- Des savoirs méthodologiques participant à la formation du jugement</li> <li>- « Lire » une chorégraphie</li> <li>- Etablir</li> <li>- Procéder par composition et analogie</li> </ul>



**1/ danser : exprimer corporellement seul ou en groupe à partir de musiques, de peintures, de textes, des images, des états ou des sentiments ...**

**Un corps en mouvement dans un espace temps qui n'est plus celui du quotidien.**

**Entre fantaisie ... vertigo et rigueur ...**

- **improviser** : phase exploratoire (associer, lier, rompre ...) en exprimant des nuances dans le rythme, dans l'énergie, dans l'espace, dans les relations avec les autres ... laisser l'invention jaillir (éveil, découverte)

Corps unique d'un enfant comme moyen d'expression qui met en jeu la totalité de la personne.

L'improvisation nécessite de jouer sur les contraintes. Les règles du jeu, la définition du cadre sont indispensables ainsi que l'énonciation de consignes, de variables permettant de rebondir, d'explorer le thème de travail.

Ex :

. Pour aller d'un point à un autre de la salle, trouver des tracés droits, courbes, brisés.

. Se déplacer dans la salle sans se rencontrer même en allant au sol.

- **transposer** : les composantes ⇒ d'espace (amplifier, restreindre)  
⇒ de rythme (suspendre, accélérer)  
⇒ de relation (faire avec, contre)  
d'une situation initiale pour la transformer et créer un autre univers, pour donner un autre sens.
- **S'ajuster** aux éléments de la musique et des mondes sonores (pulsations, rythmes, mélodies, accents, silences, intensités, hauteur) et *jouer* avec ces éléments sur des modes d'interprétation différents : en adéquation, en opposition, en contre temps, en dialogue (en écho, en résonance) dans l'aléatoire...
- **Orienter** sa gestuelle par rapport aux spectateurs.
- **Variar, nuancer** son vocabulaire corporel par rapport à un projet individuel ou collectif.



## 2/ composer pour communiquer

(pour aller de l'improvisation à la composition )

### Atteindre la fonction poétique de la danse

*Nos émotions ont besoin d'être sélectionnées, intelligemment « guidées » et nécessitent pour parvenir à s'exprimer totalement une habile exécution qui ne doit pas effacer l'émotion.*

- **Construire** dans une phrase dansée (directions, durées, rythmes précis) jusqu'à cinq mouvements combinés et liés pour donner une intention et susciter du sens (émotions, états, idées), personnels ou collectifs, choisis ou imposés.
- **Moduler, transformer, modifier, transposer** les matériaux chorégraphiques qu'il s'est appropriés. Ils sont tous là, il ne faut plus que les choisir, les mélanger, les organiser pour permettre à notre mouvement d'atteindre sa fonction poétique qu'est la danse.
- **Reproduire ou transformer** des éléments prélevés dans la danse des autres ou dans des œuvres chorégraphiques tout en gardant son projet personnel.
- **Choisir un parti pris esthétique** : réaliste, caricatural, absurde, comique ...  
**Ex** : danser en mettant les mains dans des chaussures, qu'inventer avec ce nouvel attirail ?
- **Jouer** des procédés et des formes de composition (à la manière de ...) en référence à des œuvres chorégraphiques ou à des chorégraphes.  
**Ex.** : réintroduire dans sa danse le profil de « l'après-midi d'un faune »



- **Connaître** des principes et des règles pour produire des effets.  
**Ex** :
  - Après des foisonnements dans l'espace, introduire des diagonales ...
  - Rompre : introduire des contrastes, des ruptures pour produire des effets esthétiques et émouvants en surprenant les spectateurs.
  - Produire un geste à l'unisson...
- **Expérimenter** des règles d'écriture chorégraphique : répétition, accumulation, superposition...
- **Définir et respecter des règles et des contraintes, des modes de composition** seul ou à plusieurs, pour construire une chorégraphie avec un début, un développement, une fin qui s'inscrivent dans une cohérence. Choisir, trier, restreindre, structurer, donner forme à la matière.  
 Nommer les différentes parties ou les différents moments de danse pour s'en souvenir (ex : les poussières d'étoiles, l'arbre qui grandit, les sauts du kangourou...)
- **Adapter** sa composition à l'espace scénique, aux possibilités de chacun des danseurs et à leurs relations ...  
 L'enfant privilégie le plus souvent en CM2, le regard devant et l'orientation de face.
- **communiquer** aux autres des sentiments et des émotions :
  - en étant dans sa danse et pas simplement en travaillant le geste, en la respirant, en faisant vibrer ce qui nous habite.
  - En étant avec les autres dans un projet commun.
- **Entrer en relation** dynamique instantanée avec d'autres enfants par des élans, par des rythmes, des directions (écoute corporelle) pour développer son mouvement.



### 3/ regarder et communiquer (vers un nouveau regard artistique de l'élève)

**Leurs émotions ont besoin d'être sélectionnées , intelligemment  
« guidées »**

- **Développer des critères de jugement, et d'argumentation liés à l'émotion ressentie.**
- **Des savoirs méthodologiques participant à la formation du jugement :  
Avoir un projet critique par rapport à soi ou à l'autre suppose la capacité à se concentrer, condition pour accéder à l'abstraction. 4 grands types de savoirs : la divergence, la déduction, l'induction et la dialectique.**

#### 1. La divergence

est une opération mentale qui conditionne la créativité ( évoquée dans l'étape liée à la phase d'exploration ) 3 facteurs la caractérisent . Un pour le pôle quantitatif ( la fluidité ) deux pour le pôle qualitatif ( la flexibilité et l'originalité )

- **la fluidité : donner le plus grand nombre de solutions.**

Ex : trouver différentes manières de se relever à partir de la position « couchée»

- **la flexibilité : capacité à donner des réponses dans des registres différents.**

Ex :manipuler des objets avec différentes parties du corps.

- **l'originalité renvoie à la rareté de la solution trouvée par un élève dans son groupe.**

*Solliciter la divergence chez l'élève c'est l'habituer à accepter l'inhabituel, la nouveauté pour accéder à un mode de pensée ouvert.*



# Regarder et communiquer

## Compétences générales

1

Perception  
**REGARDER**

2

Convertir les images mentales en mouvement  
**IMPROVISER**

3

L'espace, le temps, l'énergie  
**APPRENDRE**

4

Les procédés chorégraphiques  
**TIRER PARTI**





# Comment préparer une séance de danse ?

## 1- Définir l'axe ( le support, le thème, etc...) de travail

Dans la dimension corporelle  
 Dans la dimension imaginaire  
 Dans la dimension relationnelle

## 2- A partir de quoi je travaille ?

Formuler l'objectif essentiel de la séance et le situer par rapport à un objectif général sur plusieurs séances.

Il doit pouvoir se formuler en termes de « Faire passer les élèves de...à... »  
 D'un certain nombre de compétences.

## 3- Comment faire ?

- La ritualisation et la mise en état de danse.
- Les situations mises en place sont déjà des problèmes posés corporellement aux élèves auxquels ils doivent trouver des solutions .
  - Que vais-je avancer comme consigne ? Les propositions sont des jeux de règles, des contraintes, des questions, des jeux sur les composantes du mouvement ?
  - Je prépare deux ou trois relances pour aller dans le sens du renforcement de l'affinement du sens proposé aux élèves, vers des explorations différentes.

Les propositions établies par l'enseignant ou les élèves se font à la suite d'un regard porté à la réalisation de chacun.

Dans tous les cas voir si les propositions faites aux élèves portent plutôt sur

- la dimension corporelle
- la dimension symbolique ( images, imaginaire, états )
- la dimension sociale ( relation entre enfants et communication corporelle)

Travail sur la diversification des réponses corporelles des élèves par exploration, foisonnement, variété, etc...



Travail sur la différenciation à partir d'une réponse corporelle, proposer des nuances, modulations, qualités etc., dans les contraires et dans les nuances de l'un à l'autre

- dans les espaces vertical, horizontal, proche, lointain, avant, arrière, concentrique, excentrique...
- dans les temps , durées, structures rythmiques du mouvement, lignes mélodiques, accents et pulsations...
- dans des qualités de la matière, poids, volume, air, eau, terre, feu, lumière,...
- dans l'énergie, le flux.

Le moment de différenciation , travail de nuances, peut intervenir très tôt dans la phase de diversification, ou après cette dernière.

Ce travail de nuances doit intervenir pour moduler subtilement un mouvement , au départ banal, commun.

#### 4- Comment savoir que l'objectif est atteint ?

L'évaluation devrait se faire à partir d'une complexité réorganisée par les élèves autour du travail de la séance, individuellement ou à deux, ou à plusieurs.

Le professeur et les élèves doivent fixer les compétences acquises et ce qui reste à faire ; à partir de là, déterminer l'objectif de la séance prochaine...et ainsi de suite...



## La mise en œuvre ... comment ?

Explorer les danses de l'environnement familial, ethnique, géographique des élèves peut constituer un des éléments de la sensibilisation à la danse.

Mais il convient surtout de proposer des jeux simples d'improvisation et de construction.

La danse est un acte existentiel qui prend sa source de manière essentielle et fondatrice dans le mouvement du corps.

Même à travers ces petits jeux qui sont des points de départ, c'est le traitement singulier du mouvement qui guidera jusqu'au dire et à l'inscription poétique.

Il faut proposer des situations simples et fondatrices pour le corps , laisser l'élève être avec son histoire , son poids, ses densités, ses flux, ses réponses de corps unique et singulier.

*C'est accepter de les laisser expérimenter sans à priori ou attentes particulières des situations peut-être inconnues et surprenantes.*

*C'est accepter de les laisser être traversés par des états parfois euphorisants , parfois déstabilisants .*

*C'est accepter de les rendre inventifs, auteurs et acteurs de leurs propres danses.*

*C'est accepter l'existence et le surgissement de l'inconnu.*

Pour cela il est nécessaire de s'appuyer sur le corps comme **matière de mouvement** avec la mise en jeu du poids, de l'axe gravitaire, des appuis, des articulations...de prendre en considération les composantes du mouvement avec les relations à l'espace , au temps aux dynamiques ou flux.



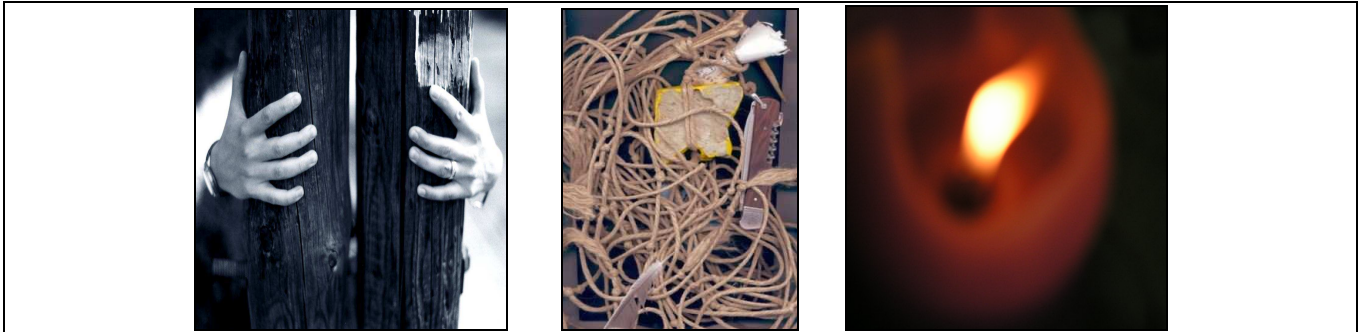
# Les inducteurs (ou entrées)

<b>Les actions avec le corps</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Verbes d'actions (glisser, ramper, chuter, sauter, etc.)</li> <li>. Gestes quotidiens, gestes dans les métiers, gestes sportifs</li> <li>. Qualités, vitesse, rythme dans les mouvements (fluides, saccadés, recroquevillés, amples, etc.)</li> <li>. Appuis (nombre d'appuis, qualité d'appuis, temps d'appuis, etc.)</li> <li>. Déplacements (de différents façons, à différents vitesses, etc.)</li> </ul>
<b>Les actions avec les objets</b>	<p>Objets lourds, légers, petits, encombrants, souples, rigides, longs, plats, roulants, etc., à tenir, à faire rouler, à partager, à éviter, à imiter, etc. Exemples : journaux, cartons, parapluies, ours en peluche, tissus, cordes, etc.</p>
<b>L'espace</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Différentes orientations</li> <li>. Différents directions</li> <li>. Différentes hauteurs</li> </ul>
<b>Le monde sonore</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Musique</li> <li>. Silence</li> <li>. Bruitages</li> <li>. Rythme (objets de percussions, objets sonores inventés, corps)</li> <li>. Voix (chants, cris, comptines, onomatopées)</li> </ul>
<b>Les autres</b>	<p>Seul, duo, groupe avec modalités de communication (par rencontre, évitement, affleurement, opposition, contact, imitation, miroir, etc.)</p>
<b>Les thématiques</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Les gestes quotidiens (hygiène, habillement, conduite, travail, sports, fêtes, vacances, etc.)</li> <li>. Le monde physique (cosmique, végétal, animal, aquatique, géographique, climatique, microscopique, etc.)</li> <li>. Les énergies (lourdeur, légèreté, rapidité, lenteur, mollesse, élasticité, rigidité, liquidité, etc.)</li> <li>. Les émotions et états (joie, tristesse, peur, timidité, surprise, fatigue, jeunesse, vieillesse, etc.)</li> <li>. Les lieux (métro, fête foraine, gare, ascenseur, forêt, montagnes, lune, etc.)</li> <li>. L'histoire (préhistoire, Egypte antique, Moyen-Age, etc.)</li> <li>. Les personnages, les héros (fée, sorcière, sirène, Superman, Spiderman, Obélix, etc.)</li> <li>. Les métiers</li> <li>. Les danses traditionnelles, folkloriques, de salon, modernes</li> <li>. Etc.</li> </ul>
<b>Les documents écrits ou visuels</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Poèmes, mots, maximes, phrases</li> <li>. Photos, affiches, B.D, dessins, peintures, diapo, film, vidéo, etc.</li> </ul>



# Des exemples de mises en œuvre

## DANSER (mains, corde, souffle)



- **MASSAGES** : masser le dos de l'autre, avec le plat de la main, cou, épaules, dos, fesses, cuisses, mollets, et bras
- **L'ESPACE** :
  1. Marcher dans l'espace (occuper l'espace, aller dans les « trous » = le « gruyère » !)
  2. Aux arrêts, faire observer
  3. Passer par les « portes » (deux autres personnes), y aller rapidement
  4. Alternier « gruyère » et « portes »
  5. en deux groupes : observer les variations de rythme
- **LE REGARD** :
  1. Prendre de conscience de son amplitude visuelle : tendre les mains face au visage et les écarter horizontalement ; arrêter lorsqu'on ne les voit plus : constater l'angle ; même chose verticalement.
  2. Choisir une personne et en se déplaçant dans l'espace, ne pas la quitter des yeux
  3. Puis deux personnes... Puis trois personnes
  4. Revenir à deux
  5. Puis une

### • **DANSER AVEC LA MAIN, LE SOUFFLE** :

1. par deux, l'un « mène », l'autre suit les gestes
2. par deux, on change de meneur sans se le dire
3. on change de main
4. on joue sur les hauteurs
5. on joue sur les distances, loin, près, en avant, en arrière...
6. le souffle fait bouger l'autre (souffler sur une partie du corps de l'autre, qui doit réagir)
7. alterner main et souffle



## • DANSER AVEC LA CORDE :

1. à deux , assis, avec deux cordes (tenues dans les mains) : sentir les mouvements de l'autre et les suivre par la tension des cordes
2. debout, une corde tenue autour de la taille, idem ; sentir le déséquilibre
3. poser la corde au sol : figure simple : la « danser », imiter sa forme avec son corps
4. se déplacer dans la salle et « danser » les autres cordes
5. en choisir deux (assez opposées), reproduire les deux mouvements, les enchaîner sans cassure, lentement ou vite.
6. par deux : apprendre à l'autre ses deux mouvements, enchaîner les quatre : mini chorégraphie à l'unisson.
7. alterner danse seul, librement dans la salle et unisson...

## DANSER (peluche, carton)



- RELAXATION, PRISE DE CONSCIENCE DE SON CORPS, DETENTE, CONCENTRATION, MISE EN ACTION :
  - **allongés sur le sol** : le meneur de séance fait prendre conscience de chaque point d'appui de chaque partie du corps, progressivement, en partant de la tête, puis les épaules, les bras, les mains, le dos, le creux des reins (que l'on abaisse en soufflant), les fesses, les cuisses, le creux des genoux, les mollets, les talons.
  - **respiration abdominale et costale** : prise de conscience en posant une main sous le nombril et une sur la poitrine ; respirer en respiration costale uniquement, ou abdominale uniquement, ou alterner les deux.
  - **les « trois lacs »** : imaginer que la tête est remplie d'eau à moitié : agiter très légèrement pour faire bouger l'eau, puis retour au calme ; idem avec la poitrine ; idem avec le bassin
  - **l'étoile de mer** : (bras et jambes en X ) étirements en diagonale ou par côté (allonger un bras et une jambe au maximum)



- **passer de l'étoile de mer à la « boule »** (position fœtale), d'un côté ou de l'autre, en variant les vitesses, en liant de plus en plus les mouvements, puis en « coquillage » (boule à genoux, tête bien rentrée) ; alterner ces trois positions, en variant les vitesses, en donnant des « temps » (en comptant jusqu'à 5, 10, 2...) ; le faire d'un bout à l'autre de la salle (donner une direction commune)
- **rouler sur le sol**, allongé, bras tendus, en se donnant un point pour le regard et en le perdant le moins longtemps possible.
- **passer de la boule au coquillage** puis se relever en remplaçant progressivement les « trois lacs », en terminant par la tête ; idem en descendant (plier légèrement les genoux) ; varier les vitesses.
- **à deux, dos à dos, assis** (peut se faire debout) : l'un se penche en avant, en arrière, sur les côtés, l'autre suit, son dos et sa tête relâchés et épousant le dos de l'autre.

## ● **DANSER AVEC UNE PELUCHE**

- danser librement, explorer l'espace, bouger avec la peluche (exploration)
- faire danser la peluche, faire danser le corps avec la peluche (musique douce)
- faire danser la peluche en haut
- faire danser la peluche en bas
- faire danser la peluche en rond, dans la rondeur (dessin au tableau) : cercles, spirales, balancements...rondeur frontale, au-dessus, au sol...
- faire des lignes droites
- faire des lignes brisées, des zigzags
- passer en dansant d'une forme à l'autre
- faire ces différents déplacements en gardant la peluche blottie contre soi / en tenant la peluche à bout de bras
- varier les hauteurs, les vitesses
- traverser la salle tout droit (par lignes de 5 enfants): « c'est la peluche qui court, nous on la suit » (sans musique)
- traverser en la lançant et la rattraper
- traverser lentement jusqu'en milieu de salle puis courir
- traverser en tenant la peluche vers l'avant, puis elle saute, on la rattrape en amortissant
- traverser en faisant de grands cercles
- traverser en berçant la peluche contre soi
- mêmes traversées sans la peluche (avec sa « jumelle invisible ») (on passe par la médiation de la peluche pour avoir des qualités de corps, de mouvement...)
- avec peluches lourdes ou légères (idem sans peluches)
- alterner balancer, bercer (doux) et lancer/rattraper (vif)
- déposer les peluches en ligne, en tas...





- varier les déplacements à partir des peluches ou pour les ramasser : vers la ligne, le mur en étoile, en vagues qui serpentent entre les peluches, les peluches en cercle et les enfants en cercle autour...
- utiliser les positions spatiales : devant, derrière, à droite, à gauche (position par rapport à l'adulte)
- un groupe marche, pose sa peluche en ligne, puis court (utiliser les champs visuels, partir ensemble à l'écoute des autres, marcher au même rythme – pas de musique)
- le deuxième groupe idem
- les groupes serpentent entre les peluches et reprennent leur place
- les peluches sont posées au milieu, on part en courant dans toutes les directions, on touche un mur, on revient en marchant avec sa peluche ; on court mettre sa peluche au milieu, on va lentement, en tournant sans peluche, toucher le mur, on marche, on reprend sa peluche, on va en courant les poser en ligne...ETC !
- on peut aussi bâtir une petite chorégraphie à deux

### ● **DANSER AVEC UN CARTON**

- le mettre en mouvement
- le porter : trouver toutes façons possibles
- le faire danser, en haut, en bas...
- il est lourd, léger
- on est pressé, on prend son temps
- on le pose (les cartons sont des étalages) : on visite le marché
- on est riche, pauvre, triste, gai...
- on est curieux, on est indifférent...
- on mets le pied dedans : la voiture, le patin (vite, lent, feu rouge, voiture en panne...)
- on frappe dessus : rythmes ; en deux groupes : l'un danse, l'autre joue



- AUTRES IDEES : DANSER AVEC UN TISSU, UN SAC EN PLASTIQUE, UNE CROSSE DE HOCKEY, UN CRAYON, UNE FEUILLE D'ARBRE, UN JOURNAL, UNE BALLE ...





# Compétences attendues en fin de cycle

## Danser



<b>A/ Se déplacer dans l'espace</b>	<b>Utiliser l'espace par des trajets choisis.</b> <i>Ils peuvent être dans une ou plusieurs directions, sur une ou plusieurs hauteurs, (basse, moyenne, haute) , avec différents modes de déplacements</i>
<b>B/ Utiliser les différentes parties de son corps</b>	<b>Utiliser les parties du corps qui permettent d'exprimer au mieux son projet, en variant ses actions</b>
<b>C/ Varier ses mouvements dans l'espace</b>	<b>Jouer sur l'amplitude des mouvements.</b> <i>Ils peuvent être en extension, regroupés, unis, désunis</i>
<b>D/ Varier ses mouvements dans la vitesse, le rythme, l'énergie, avec ou sans musique</b>	<b>Les mouvements sont riches et variés :</b> <i>Ils peuvent être au ralenti, accélérés, décélérés, saccadés, fluides, arrêtés, en rupture, explosifs, dissociés...</i>  <b>Jouer, interpréter, dialoguer avec la musique</b>
<b>E/ Entrer en relation avec les autres</b>	<b>Danser avec l'autre en utilisant l'espace de façons variés :</b> <i>parallèle, symétrique, asymétrique, complémentaire, etc.</i> <b>Les contacts sont riches et variés,</b> <i>(porter, pousser, tirer, repousser,, etc.)</i>  <b>Placer son regard intentionnellement vers les autres danseurs</b>
<b>F/ Construire sa danse</b>	<b>Faire des choix dans les éléments de la danse pour construire ton histoire, ton message</b>
<b>G/ Présenter sa danse</b>	<b>Interpréter sa danse, transmettre une émotion</b>  <b>Regarder intentionnellement le public, les autres danseurs, un espace fictif (imaginaire)</b>



<p><b>Observer la danse de son (ses) camarade(s) puis expliquer son ressenti</b></p>	<p><b>Apprécier la production en identifiant :</b></p> <p><b>1/ les éléments de la danse (A.B.C.D.E)</b></p> <p><b>2/ La construction, le propos* (message de la danse) (F.G)</b></p>
--	---

