

# PRÉSENTATION DU DOCUMENT

Des collègues me demandent régulièrement le document « danse à l'école » que j'avais écrit en 1997 pour accompagner mes interventions dans les classes. J'ai donc décidé de le mettre en ligne... Chacun pourra le télécharger à sa guise.

Vous y trouverez des situations testées dans les classes : elles peuvent être utilisées à tout niveau, avec les adaptations nécessaires pour le cycle 2. Certaines seront réservées au cycle 3 (voir index).

Les situations sont classées par « entrées » ... Mais attention, toutes les entrées possibles en danse n'y sont pas explorées.

Ont été privilégiées des entrées :

- ↳ Facilement réalisables.
- ↳ À partir de :
  - Consignes relatives au corps et au mouvement
  - Consignes relatives aux types de relation à l'autre et aux autres.
  - Consignes relatives à l'espace.
  - Matériel
  - Règles du jeu.

Dans la plupart des situations proposées, la musique n'est pas utile au départ ; on recherche avant tout une « musicalité » du mouvement.

La musique intervient souvent dans un 2<sup>ème</sup> temps, après l'invention gestuelle :

- ↳ Pour souligner, pour mettre en valeur le mouvement
- ↳ Pour induire un rythme, une énergie, une qualité, ...
- ↳ Comme contrainte supplémentaire donnant une couleur particulière au mouvement (ex : inscrire une phrase de danse dans une musique, en respectant sa pulsation, ses temps forts, etc ? ...)

*Sylvain Obholtz*

## Codes utilisés



Seul, tous en même temps



À deux, tous en même temps



En petits groupes, tous en même temps



Seul, face au public



À deux, face au public



En petit groupe, face au public.



Classe en deux groupes : danseurs et spectateurs



Avec musique

**C1,2 ou  
3**

Cycle 1, cycle2, ...



1: *Présentation du document:*

2: *La danse ... pour ... quoi ?*

**Partie 1 :** *Des entrées en activité simples et peu impliquantes essentiellement à partir de consignes concernant :*

- les relations à l'autre , aux autres ( miroir , les oiseaux ... etc ... )
- le corps et les mouvements
- l'espace et le temps

**Partie 2 :** *Des rituels ... et des exercices de relaxation*

**Partie 3 :** *Danser à partir de matériel : quelques exemples (tissus , papier journal , ballons de baudruche, cordelettes, sachets, cerceaux, ...)*

**Partie 4 -** *règles du jeu : la machine, les gestes en cascade*

**Partie 5-** *consignes concernant le corps et le mouvement (les appuis , le guide , ... )*

Codage bleu

Codage orange

Codage vert

Codage bleu turquoise

Codage rose



- Stages nationaux et départementaux
- Travail en collaboration avec les collègues et les élèves du département
- " Les activités corporelles d'expression " ED. EPS
- " Danse : " de l'école ... aux associations " ED EPS
- Fiches écrites par les conseillers 90
- " Si on jouait au chorégraphe et au danseur " Nathan ( anciennement MDI )
- Revue " Echange "

Tournez la page, SVP.





# LA DANSE... POUR ... QUOI ?

à l'écoute de soi  
à l'écoute des autres  
à l'écoute de musiques  
" être bien dans son corps pour communiquer "

- **Oser** s'engager dans l'activité et y prendre du **plaisir** pour être "bien" dans son corps
- **Apprendre** progressivement les rôles de "spectateur" et de "danseur"
  - ⇒ **Spectateur**:
    - Faire le silence
    - Respecter ses camarades tout en ayant un regard "critique" sur leur production: la critique se fera par rapport au respect ou au non respect des consignes données et/ou par rapport aux connaissances propres à la Danse acquises progressivement au cours du cycle (ex : notions d'espace , de rythme , d'énergie ,de regard , d'amplitude ... etc ... voir fiche d'auto-évaluation en Annexes )
    - Acquérir progressivement un certain nombre de "clés" permettant de regarder, d'apprécier un spectacle de danse ( cf fiche auto - évaluation en Annexes )
  - ⇒ **Danseur** :
    - Accepter le regard de l'autre : présenter seul ou en groupe le résultat de son travail
    - S'évaluer par rapport aux "connaissances" acquises
- A partir de "règles" plus ou moins contraignantes , à partir de différentes entrées possibles ( musique , matériel , consignes , ... ) , **inventer , créer ...** seul puis en groupe de 4 ou 5 une production à visée "esthétique" pour la **montrer** à ses camarades
- D'un point de vue **gestuel, explorer** puis commencer à **maîtriser** une motricité inhabituelle , non stéréotypée (au niveau des équilibres , des dissociations , des enchaînements ...)
  - ⇒ Seul
  - ⇒ À plusieurs
- Du point de vue relationnel:
  - ⇒ Dans le cadre de la Danse, **être à l'écoute** d'un autre , des autres ( les autres danseurs , les spectateurs ... ) pour mieux s'écouter en classe
  - ⇒ Construire ensemble une production. Construire ensemble c'est : chercher ensemble, négocier, essayer, faire individuellement le mieux possible pour ne pas "briser" le travail du groupe
- Se fixer un **projet** de travail ( donc **s'investir** : chercher , essayer , répéter pour s'approcher du "mieux possible" ...) seul ou en groupe

SUITE !

- Du point de vue de la connaissance de l'activité, acquérir *progressivement* des savoirs propres à la danse:

✓ Notion d'espace:

- \* Agrandir l'espace de mouvement autour de soi: les mouvements peuvent être dans un espace:
  - avant - haut
  - arrière - bas - latéral
- \* Varier *l'amplitude* du mouvement : il peut être près du corps ou devenir très ample
- \* Agrandir et varier l'espace de déplacement :
  - se déplacer vers: l'avant , l'arrière , latéralement
  - se déplacer en lignes droites, en courbes , en zigzags ...
  - utiliser des modes de déplacement variés : des marches , des courses , des sautillés , des sauts , des pas chassés , des tours , des déséquilibres ...
- \* **Gérer** l'espace en fonction de sa production et par rapport:
  - à l'emplacement du public
  - aux autres danseurs occupant le même espace
- \* Adapter sa production, ses gestes dans un espace différent ( plus court ou plus long ... )

✓ Notion de temps et d'énergie:

- \* Varier la vitesse et l'énergie du mouvement :
  - maintenir une vitesse constante
  - varier la vitesse: accélération et ralentissement , suspension ...
  - rythme saccadé
  - placement d'arrêts volontaires
  - placement de mouvements explosifs ( varier l'énergie)
- \* Être en relation avec la musique:
  - s'appuyer sur la pulsation de la musique quand c'est nécessaire
  - adapter un enchaînement , une production sur une musique différente ( adaptation à la pulsation , aux temps forts etc ... )
  - se détacher du tempo de la musique et placer des arrêts, des vitesses de mouvement inégales
  - créer soi-même un univers sonore à partir de bruitages ( onomatopées ... )
  - danser sans musique : rechercher " *musicalité* " du geste , de l'enchaînement ...

✓ Mobiliser toutes les parties de son corps:

- les bras et les jambes
- la tête, les épaules, les genoux, le buste, les coudes, les chevilles, les mains, les poignets ...

✓ Entrer en relation :

\* **écoute de soi :**

- prise de conscience des différents segments
- perception de sensations , relaxation ...

\* **écoute et regard:** les *autres*

- savoir placer son regard , être concentré ( savoir où on va , ce qu'on regarde ... )
- être à l'écoute de son partenaire
- être à l'écoute de ses partenaires
- prendre en compte le public

\* Accepter et varier les **contacts** avec les autres:

- "contact avec les yeux"
- contact avec les mains
- contacts avec d'autres parties du corps

# 1<sup>ère</sup> partie

## Pour entrer en danse... Dominante relationnelle

*à partir de*

- *Consignes concernant les modes de relations à l'autre, aux autres*
- *Consignes concernant le corps et le mouvement*
- *Consignes relatives à l'espace (amplitude, niveaux, trajectoires ... )*



### Objectifs essentiels

*Mettre en place les éléments de base nécessaires à cette activité, c'est-à-dire :*

- *Oser entrer en activité. Accepter de rentrer dans une activité particulière avec tout le sérieux nécessaire (concentration ... )*
- *S'écouter, écouter l'autre , les autres ...*
- *Commencer à construire quelques fondamentaux de l'activité : temps, espace, qualité et nuances du geste dansé ...*
- *Commencer à créer de la " matière " danse*





<p style="text-align: center;"><b>3</b></p>	 <p style="text-align: center;"><i>musique :</i> musique dynamique donnant envie de sautiller</p>	<p><b><u>Marcher tout en courbe :</u></b></p> <p>" Sans entrer en communication avec les autres , regard porté loin devant , marcher tout en courbes " Un leader est désigné : quand il s'arrête , tout le monde s'arrête ; quand il repart , tout le monde repart .</p> <p>Chaque danseur reçoit un numéro ; à l'appel de son numéro on devient leader ( le leader est donc inconnu du groupe )</p> <p>Plus de leader désigné , chacun peut devenir leader quand il le veut : chacun peut prendre la décision de s'arrêter quand il veut. Remarque : Celui qui s'arrête devient de fait leader et c'est lui qui décidera de repartir . Chacun ne peut devenir leader que pour un arrêt. Cons. : " avant de décider de s'arrêter , on doit nécessairement prendre le temps de marcher un peu : ne pas enchaîner arrêt sur arrêt ! "</p> <p>Reprise de l'exercice précédent sur une musique dynamique : sautiller et s'arrêter à l'écoute A l'arrêt le leader entraîne ses partenaires à tourner sur place en trois temps en prononçant " AM ! STRAM ! GRAM ! " Ensuite reprise des sautillés etc ...</p>	<p>⇒ travail d'écoute ( ne jamais regarder le leader mais " sentir le groupe " )</p> <p>⇒ Permettre à chacun de " porter " le groupe ⇒ forcer les danseurs à avoir un regard périphérique ( on ne peut plus regarder le leader qu'on ne connaît pas ! )</p> <p>Ecoute des autres , faire un choix , prendre la décision à un moment de prendre le pouvoir sur le groupe</p> <p>⇒ Idem ci - dessus mais en musique ( contrainte supplémentaire )</p>
<p style="text-align: center;"><b>4</b></p>		<p><b><u>Marcher en ligne droite :</u></b> ( voir également situation 9 plus détaillée )</p> <p>Marcher en ligne droite en respectant la consigne : " Je colle mon regard , je marche , je m'arrête , je pivote ... "</p> <p>Idem , mais la longueur de la trajectoire est limitée par l'émission d'un son " voyelle " qui peut être plus ou moins haut . " On s'arrête de marcher en même temps que le son s'éteint ! " " De temps on temps on s'arrête , immobile , on écoute les autres et on repart ! "</p>	<p>⇒ Maîtrise d'une trajectoire (trajectoire rectiligne) ⇒ Concentration</p> <p>⇒ Travail sur la durée ⇒ Oser la voix</p>



### Faire comme ...

Même procédure que précédemment : 2 groupes et marche en dispersion sans regarder quelqu'un de particulier , sans accrocher quelqu'un du regard et donc sans suivre quelqu'un : champ visuel

L'un des "acteurs" est désigné par le meneur: c'est lui qui sera chargé de "porter " le groupe: il trouvera des modes de déplacements différents que les autres essaieront d'imiter:

- Pour le "chef d'orchestre" : proposer des modes de déplacement simples pour permettre aux autres de faire: il doit **porter** le groupe
- Pour les autres , ne pas regarder le chef d'orchestre mais avoir une *vision périphérique* sur les autres "acteurs" : se passer le relais
- Attention aux mouvements *parasites* qui peuvent perturber le passage des relais.
- Les transformations doivent se faire de plus en plus précisément , de plus en plus simultanément.
- Ne pas regarder quelqu'un de précis (il peut avoir "tort"!)

### *✂ Vers le progrès ...*

- \* Laisser un mode de déplacement s'installer avant d'en changer.
- \* Passer progressivement d'un geste à un autre : éviter les changements brusques mais trouver des mouvements intermédiaires.
- \* Rechercher des mouvements successifs avec *changement d'énergie* pour installer une "musicalité".
- \* Pour le chef d'orchestre, *avoir la sensation* de porter le groupe

### *✂ Des variantes pour aider à progresser ...*

♣ Passer vers chacun et leur donner secrètement un numéro ( de 1 à .. ).  
De temps en temps , changer de leader en annonçant un numéro.

♣ Donner des consignes:

- Varier les changements de "hauteur" : petit , moyen , grand
- Varier les orientations : en avant , en arrière , latéralement ...
- Varier les rythmes ...
- Varier l'énergie ( élan , ... )

⇒ Perception , entrer en relation avec le groupe

⇒ Ecoute : être à l'écoute des uns et des autres ...

⇒ Trouver une "musique" du groupe

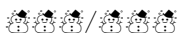
⇒ Le leader étant inconnu des enfants , prendre des informations sur le groupe et non sur une seule personne

⇒ Permettre à de nombreuses personnes d'assurer le rôle de leader ( porter le groupe )



Musiques variées:





- \* jazz
- \* percussions
- \* R. Aubry
- \* Musiques brésiliennes
- \* etc ...



## Marcher en ligne droite ... et ... se suivre et s'imiter ...

1. Marcher en ligne droite: " Je marche , je m'arrête , je pivote et je redémarre "
2. Marcher en ligne droite en fixant un point qu'on s'est choisi avant de partir.: " Je marche , je m'arrête , je pivote , je choisis un point dans l'espace , j'y colle mon regard et je redémarre " ( remarque: le point est la "cible" vers laquelle on doit aller )
3. Idem 2. Mais demander aux enfants de dire à haute voix le point choisi avant de partir.
4. Idem 2. Mais marcher de façon décidée, énergique . S'arrêter pour laisser passer en cas de croisement ( bousculades interdites )
5. Reprendre 2. Mais en deux groupes : acteurs et spectateurs en alternance .  
Les spectateurs choisissent un camarade et vérifient le respect des consignes. Après la présentation , chaque spectateur va voir le camarade observé et lui donne les conclusions de son observation.
6. Idem, se déplacer en ligne droite mais sur chaque trajectoire, trouver une façon différente de se déplacer. ( forme et rythme du déplacement)
7. Idem 6. Mais acteurs spectateurs en alternance
8. idem 6. Mais entrer en communication passagère, brève et non verbale avec quelqu'un ( entrer en communication , c'est imiter quelqu'un proche ou à distance , faire pareil ... )
9. Faire l'inventaire des différentes façons d'entrer en communication:
  - ◇ suivre et imiter
  - ◇ faire pareil mais à distance ( rôle du regard )
  - ◇ face à face: l'un avance, l'autre recule
  - ◇ ...
10. Idem 8: mais on peut à certains moments, former des groupes plus nombreux ... 3, 4, ou même plus.  
essayer d'obtenir que les groupes se fassent et se défassent au gré des rencontres, des envies ... tenter des séparations sans rupture
11. Se suivre et se surprendre: par 2 , l'un derrière l'autre
  - Quand N°1 se retourne, N°2 doit se retourner **en même temps**
  - Faire ainsi des allers et retours sur des musiques différentes
12. Se suivre et s'imiter:
  - Celui qui est devant fait une traversée en reproduisant un geste, un mode de déplacement ...
  - N°2 imite N°1 et fait en même temps
  - Changement de leader sur le retour
13. Idem par 3, en triangle:
  - Celui qui est devant est leader: marche rectiligne: "je marche, je m'arrête, je pivote, je colle mon regard, je repars ..."
  - A chaque changement de direction, changement de leader (toujours celui qui se retrouve devant)
  - 14. Idem par 3, en triangle : Sur chaque trajectoire, celui qui est devant improvise un mode de déplacement que les deux suivants imitent/
  - Travail à l'écoute : faire **ensemble les mêmes** gestes.

- \* *Recherche de concentration*
- \* *Maîtrise de l'espace et prise en compte de l'autre (on doit toujours savoir où sont les autres et ne jamais se bousculer: s'arrêter et laisser passer puis repartir sans regarder l'autre)*
- \* *obtenir la fixité du regard ( concentration , intentionnalité)*
- \* *Inciter les enfants à choisir avant de partir:*
- \* *Supporter le regard de l'autre*
- \* *Apprendre à avoir un regard critique (selon critères précis)*
- \* *Entrer en communication un temps limité*
- *Etre à l'écoute de l'autre*
- *Maîtrise de l'espace (maintenir le triangle )*
- *Faire ensemble, à l'écoute*

 	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tous les groupes en même temps puis présentation à la classe</li> </ul> <p>15. <u>Par 10</u> :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>1 demi-classe regarde, l'autre fait</li> <li>Sur des traversées et en allers-retours</li> <li>celui qui est le plus en avant improvise un mode de déplacement, des gestes que les suivants imitent : faire ensemble les mêmes gestes.</li> <li>A la fin de la traversée, le groupe pivote (ensemble) et se trouve en autre leader celui qui se retrouve le plus en avant <ul style="list-style-type: none"> <li>éviter les arrêts, les temps morts : enchaîner</li> </ul> </li> </ul> <p><b>Le groupe de spectateurs fera les bruitages pour <u>accompagner</u>, rythmer les mouvements . ( "ne pas changer de bruitage au milieu d'une traversée)</b></p> <p>16. <u>Idem 15 MAIS</u> :</p> <p>Cette fois les "acteurs" s'adaptent aux bruits imposés par les spectateurs.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Produire des sons collant bien aux gestes</li> </ul> <p>◇ Produire des gestes "collant" bien aux sons</p>
 <p>1 0</p>	<p><u>Les statues</u></p> <p><b>1: Seuls:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Se déplacer tout en courbes en utilisant tout l'espace sur une musique incitatrice. Au signal (arrêt de la musique) tout le monde se fige en statue sur place: immobilité complète, regard "collé" sur quelque chose.</li> <li>Pour enrichir des statues souvent stéréotypées ( toujours verticales) refaire en donnant une succession de consignes: <ul style="list-style-type: none"> <li>* Les statues devront avoir une main au sol au moins.</li> <li>* Les statues peuvent être hautes, moyennes ou basses : 3 arrêts successifs. " Chacun devra faire une statue de chaque type dans l'ordre qu'il voudra "</li> <li>* Les statues peuvent être étroites, rondes, angulaires ...</li> <li>* Elles peuvent exprimer, à la demande du maître, des états affectifs.</li> <li>* <u>Alternance</u> "Acteurs-Spectateurs": un groupe regarde, un groupe fait en appliquant les consignes suivantes: <ul style="list-style-type: none"> <li>↳ Définir 3 objets dans la salle: 1 au sol au milieu, 1 contre un mur, 1 au plafond. A l'arrêt de la musique, une fois les élèves immobilisés en statues, le maître prononce le nom d'un des objets : toutes les statues doivent tourner la tête pour coller leur regard sur l'objet.</li> <li>↳ Alterner les groupes</li> </ul> </li> <li>* <u>Reprendre Librement: on pourra Faire:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>- des statues de différents niveaux: hautes, basses ou moyennes</li> <li>- des statues qui regardent au plafond, au sol, devant ou derrière soi...</li> <li>- Les statues pourront exprimer des sentiments.</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul>	 <ul style="list-style-type: none"> <li>Produire de belles formes corporelles</li> </ul> <p>⇒ Immobilité et fixité du regard (maîtrise)</p> <p>⇒ Communiquer par le regard (Le fait de regarder tous la même chose donne une existence au groupe.)</p> <p>⇒ Obtenir un enrichissement des statues par des changements d'orientations imposés par l'obligation de regarder dans une direction précise</p>

## 2: Les statues à 2 :



Même démarche que 2) mais cette fois réaliser des statues à 2 à chaque arrêt:

### A: Règles:

- \* Se mettre en binômes : N°1 et N°2
- \* Marcher en dispersion
- \* Au signal , N°1 se fige en statue , N°2 rejoint N°1 et fait une statue avec lui sans modifier sa position . Improviser.

### B: Déroulement:

- Tout le monde fait sur une musique incitatrice. (R . Aubry par ex. )
- Alternance "Acteurs - Spectateurs "
- Faire le point : " Comment faire pour donner l'impression aux spectateurs que l'on fait une seule statue à 2 et non 2 statues l'une à côté de l'autre:
  - ↳ Se regarder dans les yeux.
  - ↳ Se toucher
  - ↳ Se tenir
  - ↳ Faire une forme identique, en symétrie
  - ↳ etc ...
- Refaire en utilisant les propositions précédentes
- Utiliser une succession de consignes pour enrichir:
  - ↳ Au signal, N°1 se fige en créant des "vides" avec son corps: N°2 rejoint N°1 et comble les vides
  - ↳ Au signal, N°1 se fige sur des appuis solides et N°2 vient s'appuyer, s'abandonner sur lui .

## 3: Préparation et présentation d'une prestation à 4 ou 5 :

### Règles:



- Dans chaque groupe chacun commence à marcher en ligne droite sur un espace réduit ( un espace distinct par groupe ) : concentration, regard fixé, " je marche , je m'arrête, je pivote ... )
- Se numéroter de 1 à 5.
- Quand il le souhaite N°1 se fige en statue au milieu de l'espace. Ensuite N°2 rejoint N°1 (statue à 2) puis c'est au tour de N°3 etc ... . Statue à 5
- La statue à 5 garde l'immobilité quelques secondes et se défait progressivement: N°5 repart en marche rectiligne, puis N°4 etc ... . La prestation finit comme elle a commencé ( tout le monde en marche rectiligne )




### Déroulement:

- Tous les groupes préparent en même temps sur une musique incitatrice.
- Présentation de chaque groupe. Les spectateurs "évaluent" en vérifiant le respect des consignes données. Ils tentent d'identifier les éléments "techniques" retenus par le groupe.



- \* *Créativité - improvisation*
- \* *Travail du contact corporel avec un partenaire.*

- *Réinvestir les acquis précédents*
- *Préparer en groupes un bref spectacle à présenter*

<p style="text-align: center;">1 1</p>		<p><b><u>Le musée de la classe:</u></b></p> <p>Par 2 : l'un est matière , l'autre est sculpteur.  Pendant 1 mn, le sculpteur "manipule" sa matière pour lui donner forme. La " matière " se laisse manipuler et ferme les yeux  Au bout de 1 mn, les sculpteurs vont visiter le musée de la classe : les "statues" ne doivent pas bouger ni réagir à l'examen des "visiteurs"  Inversion des rôles.  Ne pas parler : silence complet</p> <p><b><u>Variante:</u></b></p> <p>Le sculpteur produit 4 à 5 transformations successives ( ex : un doigt , un poignet , la tête , le tronc , un genou )  La statue reste immobile quelques secondes puis revient à une position neutre : elle essaie ensuite de retrouver sa position " statue " en refaisant dans l'ordre les transformations successives imposées par le sculpteur</p> <p>Tous ensemble puis en deux groupes , acteurs et spectateurs</p>	<p><i>Contact corporel</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Travail sur les articulations (ne mobiliser que les articulations nécessaires : dissociations)</i></li> </ul>
<p style="text-align: center;">1 2</p>		<p><b><u>A) Déplacements tout en courbes :</u></b></p> <p>Se déplacer tout en courbes en utilisant tout l'espace. Le regard est porté loin devant ...  Ne pas entrer en communication avec les autres "marcheurs".  Etre concentré c'est à dire : regarder quelque chose sans regarder les autres, si perception d'un risque de collision, s'arrêter , laisser passer et repartir .</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. " ne pas se voir "</li> <li>2. " Croiser le regard de l'autre "</li> <li>3. Se dire bonjour en verbalisant ou non.</li> <li>4. Se dire bonjour avec des intentions ( surprise, énervement, joie, tristesse , ennui, ... )</li> <li>5. Marcher en dispersion: au signal ( arrêt de la musique par exemple ) tout le monde se fige en statue et un enfant " leader " prononce un prénom de la classe que tout le monde répète <b>en même temps</b> tout en gardant l'immobilité.</li> <li>6. Idem 5 mais demander au "leader" de varier la façon de dire le prénom: en chuchotant, en criant, crescendo, decrescendo, avec surprise ...</li> </ol> <p><b><u>B) Conversation:</u></b></p> <p>Répartir les enfants en 2 groupes (A et B) d'égale importance que l'on place face à face à 4 ou 5 mètres d'intervalle.  Un enfant du groupe A avance d'un pas et dit un " bonjour " au groupe B, associé à un geste et à une intonation. Ses camarades du groupe A avancent à leur tour et reprennent en choeur ce qui a été dit et fait.  Idem avec des phrases.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* <i>Maîtriser d'une autre forme de déplacement ( tout en courbes) et de l'espace ( occuper tout l'espace)</i></li> <li>* <i>Prise en compte de l'autre et de ses déplacements</i></li> <li>* <i>Maintien de la concentration des situations précédentes: " Je sais où je vais et je sais ce que je regarde! "</i></li> </ul> <p>◇ <i>Communication</i></p> 







## L'aveugle et son guide (C2-3)

### 1ère phase : avec son guide

Un aveugle ( yeux fermés ) est conduit par un guide . D'abord à l'arrêt puis en déplacement .  
L'aveugle doit être complètement disponible et se laisser aller .

Le guide essaie de lui faire sentir différents caractères de mouvements : lent s , rapides , saccadés , immobilité , élan ,  
accélération , vers le haut , vers le bas , vers l'avant , vers l'arrière , etc ...

### 2ème phase : sans son guide

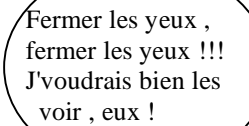
L'aveugle essaie de retrouver les caractères , les nuances des mouvements à l'arrêt , seul sans son guide .  
Idem avec les déplacements mais yeux ouverts

### 3ème phase : présentation en 2 groupes

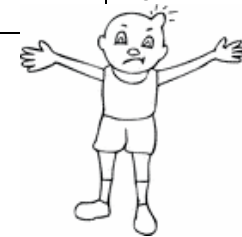
Remarque : faire verbaliser les qualités des mouvements



⇒ Retrouver les nuances et  
qualités des mouvements  
induits par le guide



Fermer les yeux ,  
fermer les yeux !!!  
J'voudrais bien les  
voir , eux !



# 2<sup>ème</sup> partie

## Des rituels

### **Un rituel a pour fonction :**

- \* **d'entrer** psychologiquement dans une activité différente des autres et ayant ses exigences propres ( mise en écoute , disponibilité ... ) **ou de recentrer** l'attention des enfants **en fin de séance**
- \* d'échauffer , d'éveiller les différents segments corporels
- \* de faire un travail sur soi : perceptions , sensations ...
- \* d'enrichir de façon guidée les possibilités corporelles des enfants : ça peut être un moment d'apport " technique "
- \* Si on le poursuit , il peut devenir un contenu danse

Un rituel ne devrait pas excéder ¼ de la séance mais il peut déboucher naturellement sur des situations " danse "

Les rituels ont été mis en deuxième partie du document car ce type de situation est relativement impliquant et difficile à faire en début de cycle : il vaut mieux commencer par des situation dites " d'entrée " ( 1ère partie )

**Remarque** : Certains rituels utilisent la voix plus que le mouvement, d'autres associent les deux : libérer le corps, c'est aussi libérer la voix et pour bien des enfants il est plus difficile de s'exprimer verbalement que corporellement ...

# Les algues


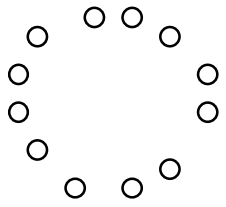
## rituel ... puis ... Danse



### Objectifs essentiels :





- **Enrichir son " corpus gestuel " :**
  - ⇒ apprendre de " nouveaux gestes " ; dissociation segmentaire pour **diversifier** : utiliser les différents segments du corps
    - Phase 1 : sous la direction du maître, mobilisation successive de différents segments
    - Phase 2 : réinvestissement libre sans puis avec musique
    - Phase 3 : Composition
- **Réinvestir quelques fondamentaux de la danse à l'école :**
  - ⇒ Espace :
    - explorer l'espace *avant* , l'espace *arrière* , l'espace *latéral*
    - explorer les différents *niveaux* : haut , moyen , bas
  - ⇒ Temps :
    - *rythme* : lent , rapide , saccadé , accélération , ralenti
    - *énergie* : envol , retenue , explosion , suspension , tonicité , relâchement ...
    - Inscription sur une musique à 2 possibilités ( rythme très marqué ( percussions ) ou saxophone très coulé )
  - ⇒ Qualités et nuances du geste dansé :
    - oser *l'amplitude* , *contrastes* : loin ou près du corps
    - *regard* qui précède le mouvement
    - *appuis* fixes ( pieds collés au sol )
- Apprendre le rôle de spectateur : regarder en silence , apprécier en fonction du respect ou du non - respect des consignes données par le maître




### Démarche Adoptée :

1. Apprentissage guidé , directif : apport gestuel
2. Réinvestissement libre
3. Jeu de consignes successives pour améliorer les productions individuelles : ces consignes concernent :
  - la qualité des gestes dansés : amplitude , regard
  - la diversité de l'espace exploré ( AV , AR, LAT , ... )
  - les niveaux explorés : bas , haut , moyen
  - la qualité du regard qui précède le geste dansé
  - la diversité des rythmes utilisés : lent , rapide , accéléré , ralenti , saccadé ...
  - La diversité des énergies : retenue , envol , relâché , tonique , explosion ,
4. Mise en musique : imposer une contrainte supplémentaire : inscrire sa " gestualité " dans un rythme imposé

	MATÉRIEL	SITUATIONS	Objectifs
1		<p><b>Les algues</b></p> <p><i>disposition des élèves:</i> en cercle</p>  <p>Le maître donne des consignes très précises et les enfants exécutent.</p> <p><b>1er temps :</b> enfants debout, jambes légèrement écartées, bien en équilibre</p> <p>⇒ <u>Ne mobiliser que la tête:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆ dire " NON " : ne mobiliser que la tête de la façon suivante: regarder derrière son épaule droite et tourner lentement la tête pour aller regarder derrière l'épaule gauche. Faire ce mouvement en disant sans arrêt , d'une épaule à l'autre " NNNNNNOOOON ! " La classe produit ainsi un bourdonnement agréable. Recommencer plusieurs fois</li> <li>◆ dire " OUI " : ne mobiliser que la tête de la façon suivante: Regarder le plafond au-dessus de soi, le plus loin possible derrière et descendre lentement la tête jusqu'à ce que le menton touche la poitrine. Pendant toute la durée du geste, prononcer ensemble un " OUUUUUUUUUUUUUUUUUUUU " prolongé.</li> <li>◆ Faire un cercle le plus ample possible avec la tête ( en ne mobilisant que la tête ) "Regarder au-dessus de soi au plafond, aller regarder derrière son épaule droite, revenir menton poitrine, aller regarder derrière son épaule gauche puis regard plafond ." Faire le cercle dans les deux sens.</li> </ul> <p><u>Ne mobiliser que les épaules:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆ - Au signal " hop ! " du maître, ne soulever qu'une épaule ( " l'épaule vient dire bonjour à l'oreille " ) ; au 2ème signal "Ha !! " rebaisser son épaule</li> <li>- idem avec l'autre épaule, avec les deux épaules ...</li> <li>- varier les consignes : ex: "lever une épaule , lever l'autre , baisser les deux ..." ex: " lever les 2 épaules , en baisser une puis baisser l'autre. "</li> </ul> <p><i>remarque: cet exercice se fait en chœur en produisant collectivement un bruit ( ex donné ici: HOP! Et HA! )</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆ Les deux épaules viennent se dire " bonjour " devant Les deux épaules vont se dire " bonjour " derrière</li> </ul> <p>⇒ <u>Ne mobiliser que ...</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆ les mains: coudes bloqués contre le ventre , les mains bougent dans tous les sens</li> <li>◆ les avant-bras et les mains ( coudes toujours bloqués )</li> </ul>	<p>⇒ Mise en train : créer les conditions pour entrer en activité</p> <p>⇒ Enrichir le " corpus " gestuel en apprenant des gestes imposés par le maître pour les réinvestir librement dans un 2ème temps</p> <p>⇒ Oser des gestes inhabituels sans puis avec spectateurs</p> <p>⇒ Du point de vue moteur : dissociations</p>

	 <p>Musique type oriental ou autre : musique "coulée" ou au contraire très "marquée"...</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ les bras ( mobiliser mains , avant-bras, bras )</li> <li>⇒ <u>Ne mobiliser que les hanches :</u></li> <li>◆ Jambes écartées et tendues ( elles sont en bois ) , mains posées sur les hanches, seules les hanches bougent et forment des cercles plus ou moins amples.</li> <li>⇒ <u>Ne mobiliser que les genoux :</u></li> <li>◆ Jambes légèrement écartées, seuls les genoux fléchissent et forment des cercles?</li> </ul> <p><b>2ème temps :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ Enchaîner sous la conduite du maître les différents mouvements appris: ne répéter qu'une fois chaque mvmt: <ul style="list-style-type: none"> <li>- NON - OUI - 1 Cercle avec la tête dans un sens, dans l'autre - Une épaule - l'autre épaule - les 2 épaules - bonjour devant - bonjour derrière - mains - avant-bras - bras - hanches - genoux</li> </ul> </li> <li>⇒ Refaire sans le maître en étant <u>à l'écoute</u> les uns des autres ( ne pas communiquer autrement que par le regard )</li> <li>" <u>Faire ensemble sans se parler</u> "</li> <li>⇒ Si nécessaire, se retrouver par petits groupes de 6 ou 7 pour répéter et présenter ensuite aux autres.</li> </ul> <p><b>3 ème temps :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ Bouger tout le corps en réinvestissant les gestes précédemment appris (possibilité de les enchaîner et de les superposer )</li> <li>Tous ensemble</li> <li>Une demi-classe "actrice" , l'autre demi-classe " spectatrice " puis inversion des rôles.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ Être à l'écoute des autres (se regarder, trouver un rythme commun )</li> <li>⇒ Accepter le regard de l'autre</li> <li>⇒ Oser faire</li> </ul>
2		<p><b><u>Situations et consignes successives pour améliorer les productions :</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a) Le jeu de la main : le regard est collé sur une des deux mains : " la main commande le regard "</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ Le regard suit la main qui explore tout l'espace ( orientations , niveaux ) : ce qui entraîne le corps et en particulier le buste dans des orientations originales ( en particulier vers l'espace arrière qui n'est jamais exploré par les enfants )</li> </ul>

		<p><u>consignes successives :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- La main va en haut, en bas</li> <li>- La main va devant, sur les côtés, derrière</li> <li>- La main va lentement, rapidement</li> <li>- La main accélère puis ralentit</li> <li>- La main s'arrête, repart, s'arrête</li> <li>- La main va loin du corps, près du corps</li> <li>- La main s'envole, explose, caresse ...</li> </ul> <p>b) Utiliser les deux mains : le regard passe en relais d'une main sur l'autre</p>	<p>⇒ Améliorer les productions par un jeu de consignes successives</p> <p>⇒ Mobiliser les deux mains ( éviter que l'une des deux ne soit " morte " )</p>
3	<p>Musique : rythme très marqué ( percussions ) ou saxophone très coulé</p>  	<p><b>Réinvestissement :</b></p> <p>Réutiliser les gestes appris avec ou sans la main sur une musique ayant la particularité de présenter deux <b>exploitations possibles :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Un rythme très marqué ( percussions )</li> <li>• Une mélodie très " coulée "</li> </ul> <p>Choisir un des deux aspects de la musique et danser les algues dessus Commencer ensemble à l'écoute , arrêter ensemble à l'écoute Introduire dans sa danse des moments de " silence " ( immobilité )</p> <p>Travail en deux groupes : danseurs et spectateurs</p>	<p>⇒ Réinvestissement de toutes les notions abordées dans une production individuelle</p> <p>⇒ Travail individuel, mais travail en écoute avec les autres : commencer ensemble, s'arrêter ensemble</p>
4	 <p>D'abord sans musique puis avec musique</p> 	<p><b>Composition : travail à deux</b></p> <p>a) Travail préparatoire :</p> <p>Par deux , l'un (A) danse ( algue ) , l'autre (B) regarde Quand il le souhaite , celui qui regarde (B) touche le danseur qui se fige dans la position ( statue ) Le spectateur (B) se place alors derrière lui et imite le plus fidèlement possible la position du danseur : emboîtement</p> <p>Le danseur (A) se dégage alors et relance (B) qui danse à son tour ( relance un geste : ex : lance un bras ... )</p> <p>Etc ...</p> <p>b) Présentation par demi - groupe</p> <p>c) Présentation d'un groupe de deux face à la classe</p>	<p>⇒ Mise en scène</p> <p>⇒ Travail à deux d'écoute corporelle</p> <p>⇒ Apport d'une règle de fonctionnement</p>


     Musique rythmée type tablas indien	<p>d) <u>Mise en scène</u> , <u>composition</u> ( un exemple )</p> <p>Par demi -classe: un groupe de danseurs , un groupe de spectateurs</p> <p><b><u>Règles</u> : phase 1:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Un danseur (A) entre seul en scène</li> <li>- Après quelques secondes , B entre en scène et touche (A)</li> </ul> <p><b><u>phase 2</u> :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Les autres (A) entrent en même temps que le premier (A) et prennent place dans l'espace ( statues )</li> <li>- Le premier (A) arrête son (B) qui se statue</li> </ul> <p><b><u>phase 3:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Le Premier (B) relance son ( A ) et va relancer toutes les autres statues puis sort de scène</li> </ul> <p><b><u>phase 4:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tous les (B) entrent en même temps à l'écoute et vont arrêter leur (A)</li> </ul> <p>etc ...</p> <p>Fin de la danse : Repartir en se suivant à deux , l'un derrière l'autre .</p>	<p>⇒ Travail à l'écoute : tous les danseurs arrivent ensemble , repartent ensemble , sans se parler ni se regarder</p>
--	--	--

## Manipulation au sol ... à deux ...




*Cet exercice de relaxation peut également être utilisé en rituel, en début de séance : c'est un exercice de relaxation tout en étant un exercice de " mise en éveil corporel " ( écoute de soi ). Il peut, dans un deuxième temps, déboucher sur de la danse ...*

### Objectifs essentiels :

- Relaxation ... bien-être , écoute de soi  
( état de relâchement global , mobilisation d'un bras ou d'une jambe tout en laissant le reste du corps très relâché .)
- Relation à l'autre : confiance , contact corporel
- Prise de conscience des différents segments par mobilisation successives chez l'autre ( comment mobiliser , isoler un segment sans en même temps entraîner une autre partie du corps )
- Prise de conscience des possibilités articulaires

	MATERIEL	SITUATIONS	Objectifs
1	Sol confortable ( pas froid )  	<p><b><u>Par deux : A manipule B</u></b></p> <p>1. <b>B</b> est à plat dos en état de relâchement :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- bouche entrouverte</li> <li>- paumes vers le ciel</li> <li>- la masse du corps étalé sur le sol ( idée de poids qui s'enfonce dans le sol )</li> <li>- Prendre conscience des points de contact entre corps et sol : essayez de les visualiser</li> </ul> <p>2. <b>A</b> manipule <b>B</b> :</p> <p><b>A</b> fait passer successivement son énergie dans différents segments du corps de <b>B</b> : chaque segment est isolé et manipulé indépendamment des autres :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- les doigts ( en bloquant la main pour ne réellement mobiliser que les doigts )</li> <li>- les mains ( poignet bloqué pour ne mobiliser que la main )</li> <li>- les avant-bras (coude bloqué )</li> <li>- 1 bras puis les 2 bras ( laisser l'épaule au sol )</li> <li>- les épaules ( les soulever légèrement en tirant sur les mains délicatement ) , les reposer</li> <li>- travail identique sur :                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- les chevilles</li> <li>- les genoux</li> <li>- les hanches</li> </ul> </li> </ul> <p>3. Le relâchement doit se propager jusqu'à la tête : donner un coup sec sous les talons de B Il y a relâchement si le coup donné se propage du talon à la nuque . ( tête bouge )</p> <p>4. Changement de rôle</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Relaxation ... bien-être , écoute de soi ( état de relâchement global , mobilisation d'un bras ou d'une jambe tout en laissant le reste du corps très relâché .)</li> <li>• Relation à l'autre : confiance , contact corporel</li> <li>• Prise de conscience des différents segments par mobilisations successives chez l'autre ( comment mobiliser , isoler un segment sans en même temps entraîner une autre partie du corps )</li> <li>• Prise de conscience des possibilités articulaires</li>   <li>• Vérification de l'état de relâchement</li> </ul>



2		<p><b><u>A retourne le corps de B :</u></b></p> <p>A Retourne B sur le ventre en tirant délicatement sur un bras ; le bras doit frôler la poitrine. Le bras doit entraîner les épaules et le reste du corps suit ( les hanches puis la tête s'il y a relâchement ) A ramène B sur le dos en tirant sur une épaule ou sur les hanches ( B reste toujours aussi relâché )</p> <p>Idem en tirant sur une cheville ( La jambe frôle l'autre jambe )</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Avec l'aide de quelqu'un, ne mobiliser qu'une partie du corps pour se retourner : le reste du corps étant très relâché suit la partie mobilisée</li> </ul>
3	 <p>Musique douce ( ex: : athmosphère planante ou " aquatique " ... )</p>	<p><b><u>Seul : retrouver les sensations dans les retournements</u></b></p> <p>B se retourne tout seul en ne mobilisant qu'un bras qui passe au-dessus de la poitrine et qui tire le reste du corps . Tourner en " tirant " sur une main qui entraîne le reste du corps , en " tirant " sur un pied qui tire la jambe au-dessus de l'autre jambe et qui entraîne le reste du corps . Idem avec hanches , épaules ... Retrouver les sensations éprouvées lorsqu'on était manipulé</p> <p>Variante : Si on rencontre un autre "danseur" , mobiliser une partie du corps pour repartir de l'autre côté Variante : Si on rencontre un autre "danseur" , l'un passe en douceur par dessus l'autre en respectant la règle de l'exercice</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Seul, ne mobiliser qu'une partie du corps pour se retourner : le reste du corps étant très relâché suit la partie mobilisée : retrouver les sensations éprouvées lorsqu'on était manipulé.</li> </ul>
4		<p><b><u>Présentation:</u></b></p> <p>Présentation à la classe : présentation par petits groupes_</p>	

# Se balancer ... rituel ... danse

## OBJECTIFS :

### 1. Pratique personnelle

- **Oser faire**
- Rechercher **plaisir** pour donner envie de **refaire**
- Contacts corporels à deux

- Communication - écoute de l'autre (à deux)
- Communication - écoute dans le groupe
- Retour sur soi : sensations
- Recherche de finesse dans la réalisation corporelle
- Mise en scène des réalisations avec essais de bruitage

## SITUATIONS

## Objectifs



### Les balancés :

A) Les élèves sont par deux et changent de rôle en alternance :

*L'un* est debout , pieds légèrement écartés pour être bien ancré au sol.

Yeux fermés , il relâche complètement ses bras qui deviennent très lourds . Ses pieds s'enfoncent dans le sol .

L'autre lui prend les bras délicatement , les manipule et les lâche pour vérifier l'état d'abandon du N°1

B) Quand numéro 1 est suffisamment relâché , il commence à se balancer d'avant en arrière sans décoller les pieds ( balancés légers ).

N°2 place une main dans le dos et une main sur le haut de la poitrine de N°1 : il accompagne le balancer en le limitant en amplitude .

C) Le toucher de N°2 est le plus délicat possible .

D) N°2 n'accompagne plus N°1 sur tout le balancer : il se contente de le repousser délicatement du bout des doigts pour limiter l'amplitude du balancement .

Consigne à N°1 : " Ecoutez le bout des doigts de vos camarades ! "

E) Quand le balancer d'avant en arrière est bien installé , N°2 cesse son aide et laisse N°1 se balancer seul .

F) Demander à N°1 d'accompagner son balancer par une respiration sonore : aspiration et expiration sur le balancer ( se donner un rythme personnel )

G) N°2 se place derrière N°1 et modifie délicatement le balancer de N°1 :

- latéralement , en appui d'un pied sur l'autre ( sans décoller les pieds ) en poussant légèrement au niveau des épaules .

- Puis dans tous les sens , avant arrière , côté droit côté gauche , balancés circulaires ...

N°1 doit être disponible et n'offrir aucune résistance à N°2






- **Oser faire**
- Rechercher **plaisir** pour donner envie de **refaire**

- Contacts corporels à deux



- Communication - écoute de l'autre (à deux )

- Retour sur soi : sensations
- Recherche de finesse dans la réalisation corporelle

- Recherche d'une grande disponibilité , abandon

	<p>H) Reprendre les balancés d'avant en arrière uniquement .          Quand N° 1 est bien installé dans son balancement avec l'aide de N°2 , N°2 va se placer derrière N°1 , le plus près possible sans toucher et se balance au même rythme que N°1 . ( travail à l'écoute )</p> <p>Demander à N°1 de sonoriser sa respiration sur le rythme du balancer , N°2 calque sa respiration et son rythme de balancer sur N°1 .</p> <p>Idem mais demander ensuite à N°2 de fermer également les yeux après quelques instants ( le rythme de balancer est donné par la respiration )</p> <p>I) Tenter de trouver un rythme de balancer commun à tous les enfants en scène : / </p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ½ classe fait</li> <li>- ½ classe regarde</li> </ul> <p>La demi classe qui fait essaie , grâce à une respiration sonore de trouver un rythme de balancer commun . Les spectateurs soutiennent les danseurs en prenant le même rythme de respiration sonore . De temps en temps , les danseurs arrêtent de respirer bruyamment et écoutent le rythme respiratoire de ses camarades et vérifie qu'ils sont en phase ...</p> <p>J) <b>Mise en scène ( composition )</b> : / </p> <p>2Comment arriver en scène ?          Comment terminer ? ( N°2 s'appuie sur N°1 qui tente de continuer ses balancés ... ) ⇒ écouter suggestions des enfants !          Chaque ½ classe présente : alternance acteurs - spectateurs .</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Communication - écoute à 2</li> <li>• Communication - écoute dans le groupe</li> <li>• Mise en scène des réalisations avec essais de bruitages</li> <li>• Faire " beau " pour le plaisir de montrer</li> </ul>
<p>2 </p>	<p><b>Fondre comme glace au soleil ...</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Après les balancés à deux , celui qui est derrière vient s'appuyer ( tête , torse ) contre celui qui est devant ( appui mais pas abandon total )</li> <li>• Lentement, celui qui est devant va descendre au sol , emmenant celui qui est derrière qui maintient les appuis , les contacts ...</li> <li>• Image à donner aux enfants : " On descend au sol comme si on était de la glace qui fond au soleil ! "</li> <li>• Dans la descente au sol qui doit être très lente , les "danseurs" ont le droit de prendre de nouveaux appuis ( avec un pied une main ... ) pour ne pas tomber . Il ne doit pas y avoir de déséquilibre ...</li> <li>• Autre image à donner : " En fondant, l'eau se répand sur le sol , s'étale lentement ... "</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Contact corporel proche</li> <li>• Maîtrise</li> <li>• Recherche à 2</li> </ul>



		<p>Faire l'inventaire des différents types de gestes et de sons:  <u>Les gestes peuvent:</u>  être amples ou rétrécis  être lents ou rapides  être avec ou sans changement d'énergie (ralentissement ou accélération )  être fluides ou saccadés  n'engager qu'une partie du corps (souvent les bras) ou engager tout le corps  Changer de plan: gestes hauts, bas ( descendre vers le sol ) , moyens</p> <p><u>Les bruits peuvent être:</u>  gras ou aigus  forts ou faibles  brefs ou longs  d'une émission régulière ou avec changement d'énergie  crescendo ou decrescendo  etc ...</p>	
3		<p><b><u>Les soupirs ... ou ... créer sa musique</u></b></p> <p>Tous en cercle  Inspiration profonde , expiration sonore : pousser des soupirs de contentement ( comme si on était bien après avoir bien mangé , ou bien bu ... )</p> <p>Variantes :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Soupirer bouche grande ouverte</li> <li>• Soupirer Bouche fermée</li> <li>• Soupirer crescendo</li> <li>• Soupirer doucement , fortement , moyennement</li> <li>• Fermer les yeux</li> <li>• Soupirer comme on veut ( reprise des variantes précédentes ) : chacun démarre comme il veut et quand il veut . On peut s'arrêter de temps en temps pour écouter . Laisser mourir les soupirs naturellement dans le groupe .  Essayer de créer quelque chose d'harmonieux , se compléter les uns les autres ( Ne pas faire en chœur ) ...</li> </ul> <p><i>Remarque</i> / Les soupirs ne doivent pas être forcés. Ils meurent naturellement quand il n'y a plus d'air</p>	<p>⇒ Créer la cohésion du groupe  ⇒ Écoute dans le groupe  ⇒ Produire une musique collective harmonieuse</p>
4		<p><b><u>La chorale des voyelles :</u></b></p> <p>Tous en cercle  Inspiration complète , expiration sonore complète</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sur l'expiration produire le son AAAAAA .... et le laisser mourir naturellement</li> <li>• Idem sur le son OOOO..... , EEEEE..... , IIIIIIIIIII ..... , UUUUU .....</li> </ul>	<p>⇒ idem ci-dessus</p>

- Varier l'intensité ( fort , moyen , doucement )
- Varier les hauteurs : 3 hauteurs : bas , moyen , aigu .... ( attention le son doit être clair et non forcé )
- Chacun produit librement ses sons sur l'expiration en utilisant les variantes précédentes
- Recherche collective d'harmonies :
  - On ne produit plus les sons que pour soi
  - On essaie de produire une " musique " collective harmonieuse en réinvestissant les différentes variantes au bon moment
  - On s'autorise des moments de silence pour écouter
  - On ne fait pas à l'unisson : chacun démarre et finit à des moments différents ...
  - La musique du groupe meurt naturellement ...



C'qui faut pas entendre !!! Z'appellent ça d'la musique.

# 3ème PARTIE

## Avec du matériel

*Le matériel est un moyen intéressant pour aider les enfants à créer de la matière.*

*Chaque matériel\* est inducteur de mouvements particuliers ayant leur énergie propre, leur espace propre ...*

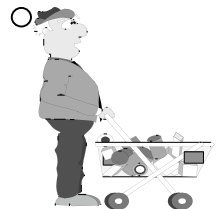
*Ainsi, de grands tissus donneront des gestes amples et énergiques avec des élans loin du corps, des enveloppements ... alors qu'un papier-journal induira des gestes plus près du corps, moins amples, rythmés comme le piétinement, le froissement ... Des ballons de baudruche aboutiront à des gestes ralentis, tout en douceur et utilisant des parties du corps inhabituelles comme le dos, les fesses, les coudes, etc ...*

***Le matériel** n'étant qu'un moyen pour aider les enfants à découvrir des gestes, des énergies, des élans, des espaces variés ( amplitude, niveaux ... ), **il** doit, dans un 2ème temps, être abandonné. Les enfants auront alors à rechercher dans leur mémoire les gestes avec toutes leurs qualités et leurs nuances.*

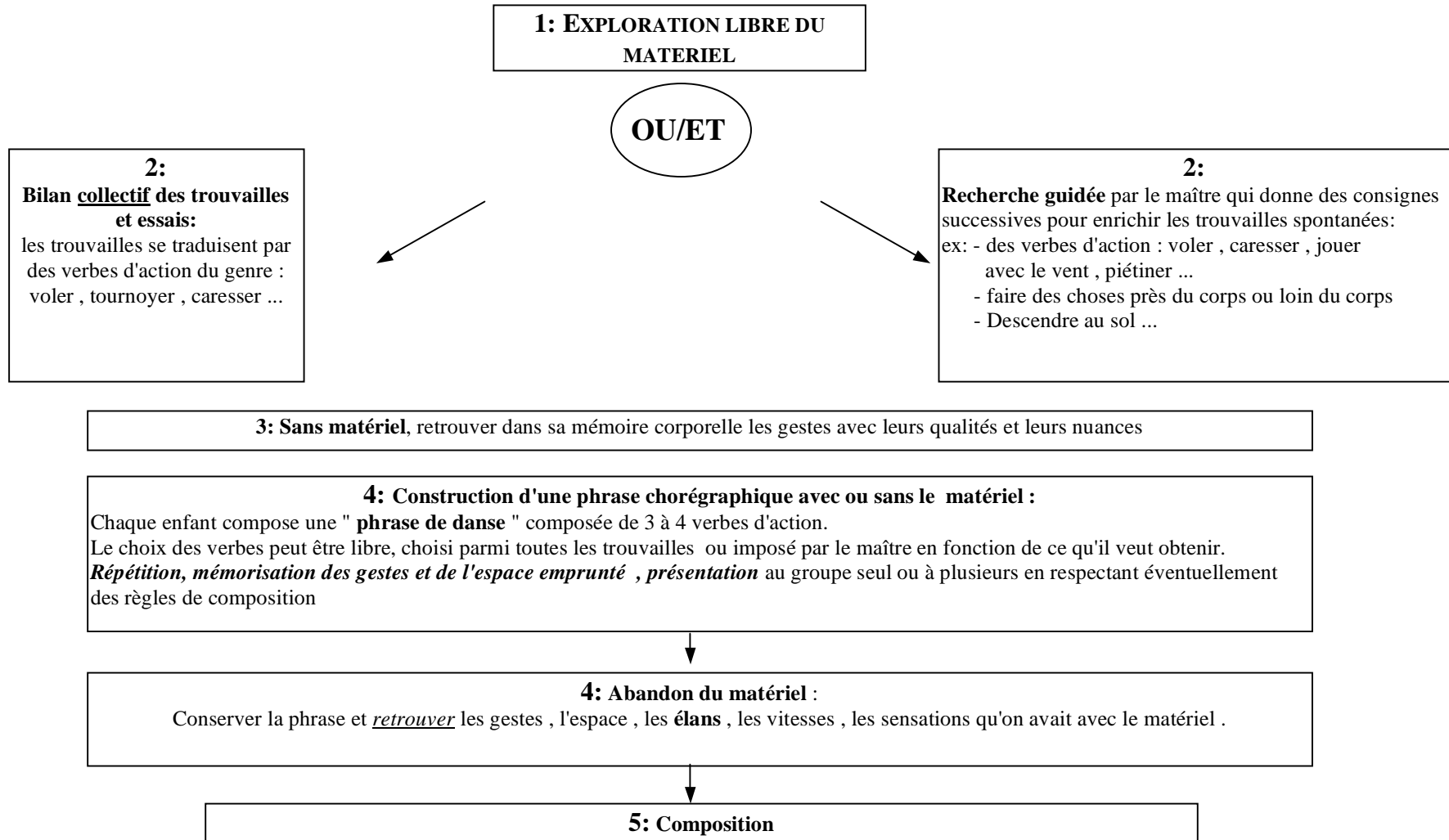
*Quel que soit le type de matériel utilisé, la démarche est toujours la même ... j'ai essayé de la résumer page suivante .*

\* Grands tissus, ballons de baudruche, papier journal, chaises, vestes, ...

Et bla bla bla ...  
Et si on dansait  
maintenant !!!

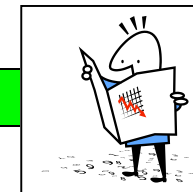


# Avec du matériel ... Démarche générale





# AVEC DU PAPIER JOURNAL

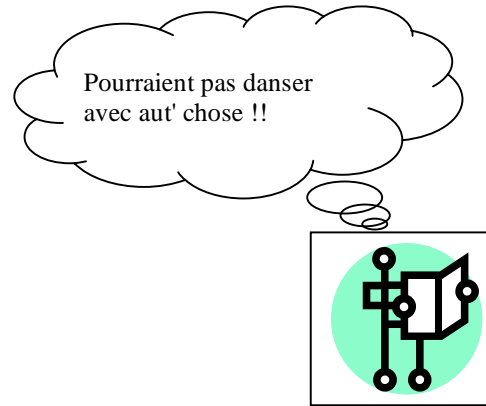


## « De la création de matériaux chorégraphique ... à ... la composition »

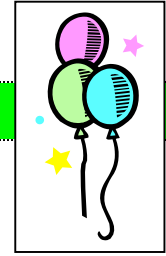
	MATERIEL	SITUATIONS	Objectifs
1	<p>Papiers journaux</p>	<p><b>RECHERCHE - INVENTION / phase exploratoire</b></p> <p>Recherche de tous les possibles avec ce type de matériel .</p> <p>⇒ recherche individuelle : on se donne le droit de s'arrêter et de regarder ce que font les autres , d'imiter ...</p> <p>⇒ la recherche peut être guidée par un jeu de consignes successives du type :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- jouer avec toutes les parties du corps ( mains , tête , dos , ventre ... )</li> <li>- rechercher l'envol</li> <li>- après l'envol , essayer de rattraper le journal avec d'autres parties du corps que les mains ( dos , tête , ventre ... )</li> <li>- " chercher le vent " pour le faire tenir sur le corps sans le tenir</li> <li>- frotter , caresser , froisser , piétiner : expérimenter ces quatre verbes ...</li> </ul> <p>⇒ <b>remarque</b> : un retour au grand groupe avec inventaire des trouvailles et essais successifs est possible ( non fait pour cette séquence car démarche déjà expérimentée avec tissus ) : cet inventaire peut se faire sous forme de verbes d'actions ( froisser , caresser , piétiner , jeter , fouetter , frotter , frôler , aller dans le vent , déchirer ...</p>	<p>⇒ Créer de la matière chorégraphique ( gestes avec toutes leurs nuances induites par le type de matériel )</p> <p>⇒ Enrichir les trouvailles par consignes successives</p>
2	<p>papiers journaux</p>	<p><b>Construction d'une phrase chorégraphique :</b></p> <p>Chacun choisit <b>3 verbes</b> auxquels on rajoute obligatoirement un <b>envol</b> : se constituer une " phrase de danse " :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ La répéter à l'identique</li> <li>⇒ La mémoriser</li> <li>⇒ L'inscrire toujours dans le même espace</li> </ul>	<p>⇒ Se constituer une phrase de danse , la répéter pour la mémoriser et la réaliser toujours à l'identique</p>
3		<p><b>Reprise de la phrase sans le papier journal :</b></p> <p>Chacun abandonne son papier-journal et retrouve sa phrase le plus fidèlement possible</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ Retrouver les gestes et leurs nuances : précision et sensations : amplitude , rythme , durée , énergies , élans ...</li> <li>⇒ Retrouver le même espace : commencer et finir dans les mêmes espaces</li> </ul>	<p>⇒ de l'utilisation de matériel à la danse : retrouver les gestes et leurs nuances induits par le type de matériel utilisé</p>
4		<p><b>Composition :</b></p> <p>2 groupes : chaque groupe reçoit 5 verbes à réaliser dans l'ordre + 2 verbes à utiliser quand on veut ! ( marcher - courir )</p> <p><u>groupe 1</u> : jeter , jouer avec le vent , froisser , tourner , frotter + marcher , courir</p> <p><u>groupe 2</u> : voler , caresser , tourner , fouetter , piétiner + marcher , courir</p>	<p>⇒ Se construire une phrase chorégraphique <b>commune</b> pour ensuite composer une chorégraphie</p>



	<p>⇒ <b><u>Phase 1</u></b> : recherche , négociation , choix</p> <p>⇒ <b><u>Phase 2</u></b> : répétition en tenant compte des conseils du maître ( ces conseils sont relatifs aux fondamentaux )</p> <p>⇒ <b><u>Phase 3</u></b> : présentation</p>	<p><i>choisir , décider , répéter , s'investir , montrer ...</i></p>
--	--	--



# BALLONS DE BAUDRUCHE



## OBJECTIFS ESSENTIELS

- Créer de la matière danse à partir de la manipulation de ballons de baudruche ( matière danse = gestes + qualités et nuances ; nuances = vitesse , rythme , suspension , élan , fidélité à ce qu'on avait expérimenté avec le matériel ... )
- Recherche de mots qualifiant le mouvement dansé

## SEANCE 1

	Situations	Objectifs
1	<b>Exploration libre</b> dans un espace suffisamment grand	<ul style="list-style-type: none"> <li>• répondre à l'envie très forte de manipuler</li> </ul>
2	<p><b>Enrichir les trouvailles par des consignes successives:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ne plus utiliser les mains</li> <li>• jouer avec la tête , le dos , les fesses , les genoux , le visage , les bras ...</li> <li>• ne pas uniquement frapper le ballon , le caresser</li> <li>• accompagner le ballon au sol</li> <li>• accompagner le ballon au sol pour le faire remonter en utilisant différentes parties du corps</li> <li>• se peindre le corps en le faisant rouler contre soi , sur toutes les parties du corps ...</li> <li>• peindre le corps d'un autre</li> <li>• jouer avec le vent ...</li> <li>• tenir le ballon en équilibre sur la main , le bras plié , le ventre , le dos ...</li> <li>• souffler pour le faire avancer au sol ou en l'air ...</li> <li>• etc ...</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Enrichir la gestualité des enfants :                             <ul style="list-style-type: none"> <li>↳ mobiliser différentes parties du corps , souvent inhabituelles</li> <li>↳ - Agir sur les nuances : vite, lent, caresse, frappe,, ralenti,...</li> </ul> </li> </ul>
3	<p><b>Inventaire des trouvailles :</b> écrire au tableau tout ce qu'on a trouvé et tout ce que le maître a donné comme consignes, sous forme de mots ( adjectifs , verbes , noms ... )</p> <p>ex de mots trouvés à Bavilliers:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• frapper , caresser , pousser , rouler , souffler , peindre , regarder le ballon , etc ...</li> <li>• bras , mains , dos , genoux , pieds , ventre, coude , bras plié , tête , front , doigt ...</li> <li>• Caresse , douceur , équilibre , vitesse , ralenti , lenteur ...</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Faire apparaître tous les possibles</li> <li>• Montrer les contrastes gestuels illustrés par des " contraires " comme :                             <ul style="list-style-type: none"> <li>↳ vitesse - lenteur</li> <li>↳ accélération - ralentissement</li> <li>↳ doux - énergique</li> <li>↳ etc ...</li> </ul> </li> <li>• <b>Vocabulaire :</b> recherche de mots qualifiant le mouvement dansé</li> </ul>
4	<p><b>Reprise des ballons :</b></p> <p><b>Reprendre l'exploration en tentant de réinvestir tous les mots ...</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• exiger le silence</li> <li>• tous ensemble puis deux groupes : acteurs et spectateurs</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reprise de l'exploration</li> <li>• Regarder les autres pour puiser des idées</li> </ul>

	<p><u>Consignes supplémentaires :</u></p> <p>Introduire de temps en temps des suspensions de mouvements , des arrêts sur image_</p> <p><b>Introduire des ralentissements , des accélérations</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Tenter d'améliorer les productions par des consignes verbales</i></li> </ul>
5	<p><b>Sans ballon</b> , Essayer de retrouver les gestes , élans , retenues qu'on avait avec le ballon ...</p> <p>1. <u>Tous ensemble , libre ...</u></p> <p>Intervenir individuellement pour montrer le décalage entre la production sans ballon et le geste avec ballon exemple : enfant imitant le déplacement avec ballon en équilibre sur un doigt : voit-on les hésitations , les recherches permanentes d'équilibre , ...</p> <p><u>Consignes supplémentaires:</u></p> <p>- " Ne pas inventer , refaire des chose qu'on faisait ... "  - " Regarder son ballon comme s'il était là ! " </p> <p>2. <u>Acteurs spectateurs ...</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ne regarder qu'un seul camarade</li> <li>• Consigne donnée aux spectateurs: " Tenter de voir si le ballon est bien là , est-ce que vous pouvez l'imaginer ? La façon de faire est-elle possible ? " </li> <li>• Avant changement de rôle , l'observateur va voir l'observé pour lui donner les conclusions de son observation</li> </ul> <p>Remarque : Le maître arrêtera de temps en temps les danseurs pour illustrer le décalage entre le geste imité et le geste réel pour bien montrer ce qu'il attend !</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Retrouver dans sa mémoire corporelle les gestes vécus avec le ballon</i></li> <li>• <i>Apprendre à regarder à partir des consignes données et en même temps s'imprégner des consignes pour refaire plus tard</i></li> <li>• <i>Apprendre à "juger" la production d'un camarade , non pas en terme de jugement de valeur , mais en fonction du respect ou du non respect de la consigne</i></li> </ul>

## SEANCE 2 et suivantes

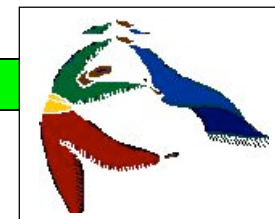
6	<p><b>Avec ballon :</b></p> <p>Après relecture des mots trouvés, rappel des consignes données lors de la séance précédente, reprendre la manipulation pour retrouver les gestes et leurs qualités et nuances ...</p> <p>Si nécessaire, guider par des consignes verbales extraites de la séance précédente ...</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Réactiver la séance pour retrouver dans sa mémoire corporelle ...</i></li> </ul>
7	<p><b>Sans ballon</b></p> <p>Reprise collective, tous ensemble</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Retrouver dans sa mémoire corporelle toutes les sensations</i></li> </ul>

	<p>Guider par reprise des consignes verbales de la séance précédente Reprendre les grands principes vus en S1 ( " Ne pas inventer, on doit pouvoir imaginer le ballon , le ballon n'est pas là mais je dois le voir quand même , ... " )</p> <p>Ne pas hésiter à montrer un élève qui illustre bien ce qui est attendu ...</p>	<p><i>et les gestes faits précédemment</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Guider par consignes successives</i></li> </ul>
8	<p><b>Écriture d'une phrase de danse courte:</b></p> <p>On peut écrire une phrase de danse comme on écrit une phrase sur son cahier. Une phrase a un commencement , un milieu et une fin . (" le sujet , le verbe et le complément ") Reprenez vos recherches et isolez un petit morceau : le mémoriser en le répétant : ce sera votre sujet. Faites de même pour le verbe</p> <p>Vous aurez ainsi une phrase composée de deux morceaux : Le sujet + le verbe</p> <p>Il y a dans tout ce que vous avez fait des petits morceaux de danse dans lesquels vous vous trouvez bien , que vous répétez souvent ! Répétez S+V , S+V , S+V , S+V</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b><u>Choisir , Fixer et reproduire</u></b> un morceau de danse</li> <li>• <i>Notion de phrase chorégraphique</i></li> <li>• <b><u>Du point de vue moteur :</u></b> enchaînement d'actions originales non stéréotypées , coordinations complexes , anticipation , mémorisation</li> <li>• <i>Travail de la mémoire dans une forme inhabituelle : mémoire corporelle</i></li> <li>• <b><u>Du point de vue du comportement :</u></b> investissement dans la recherche et la qualité</li> </ul>
9	<p><b>Montrer en deux groupes sur musique</b></p> <p>danseurs + spectateurs_ <b><u>Spectateurs : Essayer de deviner où s'arrête le sujet , où commence le verbe (?)</u></b> Demander à certains de montrer leur sujet, leur verbe ...</p>	
10	<p><b>Apprendre un complément</b></p> <p>Se mettre par deux L'un montre sa danse à l'autre qui emprunte un morceau qui lui plaît pour en faire son complément. Le morceau emprunté peut se limiter à un tout petit morceau , un moment très court ...</p> <p><b><u>Comment faire pour apprendre un morceau de l'autre ?</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Celui qui fait montre plusieurs fois de suite ( enchaînement de son S+V ,S+V , S+V , etc...</li> <li>• Celui qui regarde choisit et fait le petit morceau en même temps que celui qui montre à chaque fois qu'il le répète</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Enrichir sa danse grâce à l'autre</i></li> <li>• <i>Enrichir par emprunt d'un geste , d'une énergie qu'on n'avait pas soi-même</i></li> <li>• <i>Coopérer</i></li> <li>• <i>Apprendre à apprendre un geste de l'autre : se poser le problème du " comment faire ?</i></li> </ul>
11	<p><b>Mémorisation de la phrase S+V+C , S+V+C , S+V+C , S+V+C , S+V+C</b></p> <p>La répéter à l'infini Attention à conserver la qualité, les nuances que les ballons avaient apportées ( Si nécessaire , reprendre les ballons en échauffement )</p>	<p><b><u>Mémorisation de sa phrase :</u></b> <b><u>TRAVAIL</u></b></p>

<p><b>12</b></p>	<p><b>transposition :</b></p> <p><i>Traverser</i> la scène en répétant sa phrase une ou plusieurs fois selon sa longueur</p>	<p><i>Transposer sa phrase ( adaptation = maîtrise ) dans un espace différent et imposé : une traversée = trajectoire en ligne droite</i></p>
<p><b>13</b></p>	<p><b>Composition</b></p> <p>Deux groupes , acteurs et spectateurs</p> <p>Danseurs : Par deux, sur une musique , traverser la scène en répétant sa phrase</p> <p>Les deux danseurs suivants partent quand les deux premiers passent au milieu</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Mise en scène</i></li> <li>• <i>Aboutissement = Spectacle , motivation</i></li> <li>• <i>Se présenter seul face au public</i></li> </ul>

**On peut adopter la même démarche avec tout type de matériel .... Des ballons de baudruche, des cordelettes, des sachets poubelles, des bâtons, des feuilles de papier journal... Chaque objet a ses caractéristiques et permet donc une exploration gestuelle différente se traduisant par des verbes d'actions (froisser, piétiner, déchirer, claquer, voler, planer, ....)**

## **Avec des foulards ou de grands tissus ...**



- ↪ Expérimenter une gestuelle induite par un aménagement matériel
- ↪ Retrouver dans sa mémoire corporelle cette gestuelle en gardant la qualité du mouvement initial.

### **Phase 1 :**

Exploration libre

### **Phase 2 :**

Exploration conduite (consignes successives):

- ↪ "On ne se déplace plus"
- ↪ "On tient le foulard à deux mains"
- ↪ "On explore l'espace : bas, haut , devant , derrière, ..."
- ↪ "On modifie les vitesses : vite –lent – insertions de silences (immobilité) "
- ↪ On fait planer le foulard qui doit gonfler légèrement ; on le fait claquer, tourner, ...on le lance à deux mains et on le récupère sur la tête, ....on le fait tourner, s'enrouler, Etc.....

Grands tissus = amplitude et richesse, corpus gestuel inhabituel (énergie, amplitude)

### **Phase 3**

Exploitation libre sur musique

### **Phase 4**

Chacun son tour, sur musique : traverser l'espace en proposant un geste au milieu.

### **Phase 6**

Réalisation collective d'un geste choisi parmi les propositions.

### **Phase 7**

Foulard tenu à deux mains devant soi, bras tendus...

Courir ... Le foulard se colle sur le corps.

S'arrêter et ne redémarrer que lorsque le foulard s'est décollé du corps pour reprendre sa position verticale .

### **Phase 8 ... reprise des foulards (séance suivante)**

a) Reprise libre après rappel des consignes énoncées lors de la séance précédente : "sans déplacement ... deux mains ou une main"



- b) Consignes successives:
- ↳ exploration de l'espace : bas , haut , moyen , devant , derrière
  - ↳ introduire des arrêts sur image (statues)
  - ↳ jouer sur la lenteur : le faire planer , voler , caresser , ....
- c) Mise en musique : réinvestir librement **plusieurs** éléments explorés.
- d) Retrouver dans sa mémoire corporelle (sans le matériel)
- e) Danseurs – spectateurs
- ↳ Question aux spectateurs: "que retrouve t'on des paramètres explorés (variations de hauteur, de vitesse, ...) ?
- f) Seul : reprendre avec matériel et choisir deux gestes différents pour les enchaîner puis pour les mémoriser .
- g) Les réaliser sans matériel en gardant amplitude, énergie, ...
- h) Spectateurs – danseurs ... mise en scène
- ↳ Les danseurs entrent en scène en canon .... Quand le précédent finit son deuxième geste.
  - ↳ Les spectateurs regardent leur N°1 et vérifient l'exactitude de la répétition des deux gestes.

### **Phase 9 : construction à plusieurs (cycle3)**

Se regrouper par trois... chacun apprend aux deux autres sa phrase de deux gestes.

Chaque groupe choisit un geste issu de chacune des 3 propositions ... et construit une nouvelle phrase constituée de trois gestes.

Apprentissage de cette nouvelle phrase pour la réaliser à l'unisson face à un public.

## Avec des sachets ...

↳ À partir de matériel, se créer un corpus gestuel (dans toutes ses dimensions : forme mais surtout énergie, ...) et le retrouver dans sa mémoire corporelle.

Un sachet / enfant (différents volumes)

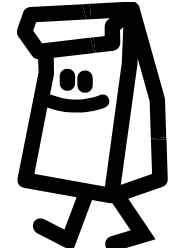
### 1: Découverte du matériel

Des sachets sont au sol ... dispersés dans la salle.

- ▶ Marcher sans toucher aux sachets.
- ▶ Marcher et faire le tour du sachet rencontré.
  - ↳ Quand on tourne, garder les yeux collés sur le sachet.
  - ↳ Tourner ou sauter autour du sachet.



Chostakovitch



Choisir des sachets légers à anses.

### 2 : Recherche – invention (exploration)

Recherche individuelle et collective des possibles ; tous ensemble puis alternance acteurs – spectateurs

Le maître peut aider les enfants à enrichir leurs trouvailles par un jeu de consignes successives:

- ↻ Sur place (sans déplacement) ... exploration des différents espaces (bas, devant, ....) en déplacement
- ↻ Utilisation de verbes d'action : voler, claquer, jeter, froisser, ... des adjectifs : bruyant, silencieux, lent, rapide, explosif, ...
- ↻ Il doit toujours être gonflé !
- ↻ S'arrêter de temps en temps, le regarder et ne recommencer que lorsqu'il est dégonflé.
- ↻ Le faire tomber comme un parachute, regarder et ne le reprendre que lorsqu'il est au sol
- ↻ Idem et l'accompagner au sol
- ↻ On peut le faire claquer, il peut voler comme une plume ... le plus délicatement possible pour ne rien entendre.

Réinvestissement libre en utilisant le plus de variables possibles (sans puis avec musique)

**3: Abandon du matériel :** retrouver dans sa mémoire corporelle les éléments gestuels avec leur énergie, leurs silences, leurs temps,

a: "refaire sans les sacs poubelles" ... On doit avoir l'impression de voir les sacs même s'ils ne sont pas là!

b: Essai avec musiques ; acteurs spectateurs ... en deux groupes, à deux ou même seul devant la classe.

**4: Retour au calme :** inventaire collectif des trouvailles

↻ Chacun montre un élément trouvé (celui qu'il a préféré) le maître fait alors varier les paramètres (vitesse, énergie, espaces, ...) pour enrichir l'élément présenté.

Courir en tenant le sachet ouvert au-dessus de sa tête et aller prendre la place du danseur opposé

### 5 : Évolution possible

Choisir un geste commun à tous et ...

- ↪ Enchaîner plusieurs fois la même action en faisant varier vitesse, énergie, hauteur  
Jouer à plusieurs avec cette même action : tous les danseurs l'inscrivent dans l'espace le nombre de fois qu'ils le désirent. Le démarrage se fait ensemble ou librement.
- ↪ Chacun choisit une façon de le faire et entre en scène pour le présenter le nombre de fois choisi avant de sortir de scène.

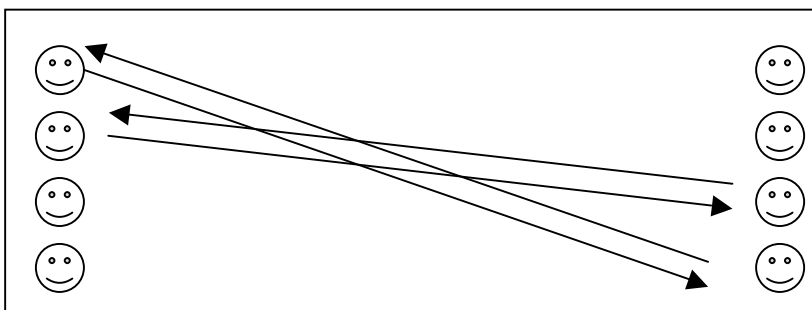
**Remarque** : le retour au matériel doit être fait à chaque fois que les gestes perdent de leur authenticité (énergie)

### 6 : Courir et voler.

Traverser l'espace en courant et en tenant le sachet à deux mains au-dessus de la tête, bras tendus. On va prendre la place de... l'échange se fait à l'écoute (accord des yeux)



Lambarena :  
« Bombe » N°6



### 7 : Montage chorégraphique possible

📻 T1 et T3 Lambarena : « Bombe » N°6 T5 Chostakovitch

Les enfants arrivent en faisant « bruisser » leur sachet, choisissent leur place et déplient leur sachet en le faisant claquer 1 seule fois puis statue.

**Temps 1** : la musique démarre et chacun danse sur place en réinvestissant les fondamentaux. (hauteurs, vitesse)

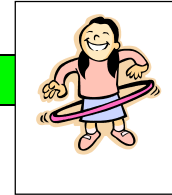
**Temps 2** : la musique s'arrête ; les enfants lancent leur sachet en l'air, le suivent du regard jusqu'au sol puis s'immobilisent statue, regard collé sur sachet.

**Temps 3** : la musique reprend, chacun danse sans le sachet en retrouvant dans sa mémoire gestes et énergie.

**Temps 4** : musique s'arrête ; statue et chacun reprend son sachet pour aller se placer sur les côtés ...

**Temps 5** : « courir et voler » (cf. §6) ; les deux premiers sans musique puis les suivants en musique.

## Avec des cerceaux ...

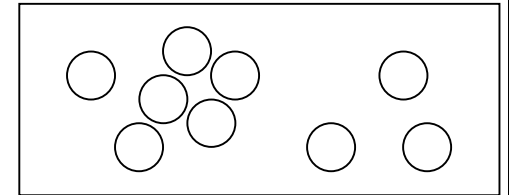


### « Les flaques d'eau ! »

 Propeller Heads N°2

Des cerceaux dispersés au sol dans la salle...plus ou moins serrés... ce sont les flaques d'eau.

*Retrouver des déplacements dans sa mémoire corporelle.*



Les cerceaux disposés dans la salle figurent les flaques d'eau. On les enjambe, on les contourne, on saute à pieds joints dedans pour le plaisir d'éclabousser. On retire ensuite les cerceaux mais on continue de jouer avec les flaques d'eau.

**Temps 1 :** sans musique, en demi classe... enrichir par le jeu des consignes successives.



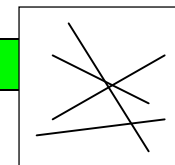
Consignes successives:

- ↳ « on ne marche pas dans les flaques... on ne doit pas toucher les cerceaux ! »
- ↳ « on peut les enjamber, sauter par-dessus ! »
- ↳ « on peut de temps en temps sauter dedans à pieds joints ! »

**Temps 2 :** idem mais en musique

**Temps 3 :** on enlève les cerceaux et on retrouve dans sa mémoire les mêmes gestes.

## Avec des fils de laine tendus dans la salle ...



### La traversée de la forêt.

↪ Expérimenter une gestuelle induite par un aménagement matériel

↪ Retrouver dans sa mémoire corporelle cette gestuelle en gardant la qualité du mouvement initial.

**Matériel** : laine tendue entre chaises (long à installer...)

1. Traverser l'espace sans toucher les morceaux de laine
2. Idem mais à côté, sans le dispositif matériel
3. Traverser l'espace en utilisant les avant-bras et les jambes pour écarter les morceaux de laine
4. idem à côté, sans le dispositif matériel.
5. Mise en scène/ présentation sur musique

## Avec des cordelettes (par deux)



↪ Expérimenter une gestuelle induite par un aménagement matériel.

↪ Relation à deux, regard : le danseur qui tient l'extrémité de la cordelette doit toujours la garder "tendue"

### **Phase 1 :**

Un enfant à chaque bout de la cordelette

- a) Le guide dirige l'aveugle.
- b) Exploration libre en respectant les consignes minimales : "la cordelette doit rester tendue"

### **Phase 2 : enrichissements**

- i) Consignes successives:
  - ↪ exploration de l'espace : bas , haut , moyen , devant , derrière
  - ↪ introduire des arrêts sur image (statues)
  - ↪ jouer sur la lenteur : lent / rapide / accélération
  - ↪ fermer les yeux
- j) Mise en musique : réinvestir librement **plusieurs** éléments explorés.

### **Phase 3 : pour les plus grands**

Abandon du matériel et retrouver dans sa mémoire corporelle la qualité gestuelle et relationnelle

- k) Mise en scène : arrivée sur scène et danse.

# 4<sup>ème</sup> partie

## A partir de règles du jeu

### **Construction en groupe de mini-chorégraphies en trois ou quatre temps**

- 1: Phase de construction à partir des règles données par le maître ( essais , mémorisation , répétition , )
- 2: Adaptation à une musique ( éventuellement )
- 3: Présentation à la classe
- 4: Éventuellement : retour en petit groupe pour amélioration de la production en tenant compte des suggestions des spectateurs ( maître + élèves )

### **Remarque**

**Ces situations sont pédagogiquement intéressantes** : vrai travail de groupe ( construction collective donc négociations , essais , répétitions , mémorisation , responsabilité commune ... ) , enjeu donc souvent engagement sérieux des enfants qui devront présenter seuls face à la classe . Elles permettent souvent d'engager les plus récalcitrants dans l'activité.

**Par contre**, du point de vue danse , elles induisent souvent des gestes saccadés, mécaniques et surtout sans "couleur" . On ne trouvera que rarement des élans , des changements de rythme, des amplitudes variées ... C'est pourquoi on pourra envisager, quand ce sera possible et selon ce qu'on voudra obtenir, une quatrième phase de reprise , avec consignes pour tenter d'améliorer les réponses ( voir illustrations dans fiches suivantes ) .

# LA MACHINE ...

## Objectifs essentiels :

- Construire ensemble une prestation à présenter à des spectateurs : Créer, répéter, présenter, accepter le regard des autres et des "critiques " constructives ( critiques en fonction des consignes données )
- Rechercher la perfection, l'originalité
- Créer la communication dans le groupe ( donner la sensation d'être un groupe et non une succession d'individus ... )
- Position du jeu par rapport au public

MATERIEL	SITUATIONS	Objectifs
	<p><b>1: Description:</b></p> <p>Par groupes de 4 ou 5, les enfants vont créer ensemble une machine imaginaire: chaque joueur est un rouage, une pièce indispensable de la machine.</p> <p><b>Règles:</b></p> <p>Dans chaque groupe , se numéroter de 1 à 5.            Le n°1 de chaque groupe s'écarte de ses camarades et produit un geste qu'il reproduit sans cesse ( geste sans déplacement )            Puis le n°2 rejoint le n°1 et greffe un geste complémentaire au geste de n°1.            Puis le n°3 ... etc ...</p> <p><b>Démarche:</b></p> <p>1ère phase:</p> <p>Pas de préparation: au signal, tous les n°1 s'écartent et font un geste            Au second signal, le n°2 va imbriquer son mouvement dans celui du premier            etc ...</p> <p>2ème phase:</p> <p>Chaque groupe dispose de 5 minutes pour : choisir les gestes des uns et des autres            essayer</p> <p>Après ces 5 minutes de préparation , chaque groupe présentera sa machine aux spectateurs.            Consigne : " On ne doit voir qu'une machine , et non 5 machines l'une à côté de l'autre !            "Penser à la position du public: le public doit voir ! "</p>	<p>Produire un "mécanisme" collectif dans lequel chacun a une fonction</p> <p>Dans un premier "jet":            pas de préparation:            improvisation</p> <p>Importance de la position du jeu par rapport au public (prise en compte du public)</p>

Comment faire pour donner cette sensation de ne faire qu'une machine ?



Se toucher

Se regarder

Faire des gestes complémentaires

Remarque: Les critiques des spectateurs se feront à partir des consignes données: sont - elles respectées ?

⇒ Y-a-t-il construction progressive ?

⇒ Les gestes sont-ils complémentaires ? A-t-on utilisé le regard ? le toucher ?

3ème phase:

" Se retrouver par groupes et améliorer sa machine ": consignes possibles:

- 📖 Varier les niveaux des joueurs (ils sont souvent tous debout): à genoux, accroupis, couchés, assis ...
- 📖 Associer un son à un geste (onomatopée) ou adapter la machine à un rythme musical ( type famfam de R. Aubry)
- 📖 Imaginer une fin à la machine: comment va-t-elle s'arrêter ? ( arrêt simultané des joueurs, arrêts successifs, explosion ... )
- 📖 Lui trouver un nom.
- 📖 Le maître peut également proposer des thèmes pour donner un sens à la machine, une finalité, une intention:
  - la bicyclette infernale
  - la machine à donner des coups de pied
  - un avion magique
  - les machines interplanétaires
  - les animaux préhistoriques
- 📖 Les machines peuvent ou non se déplacer.
- 📖 Possibilité d'utiliser du matériel (cordelettes, baguettes, cerceaux etc ....)

📌 **Remarque:** Chaque groupe peut recevoir une consigne différente sur papier pour obtenir des machines différentes et créer la surprise lors de la présentation.

⇒ Construction du rôle de spectateur

⇒ Améliorer les productions par ajout de consignes

La machine: oui ... ou... non ?

	1	2	3	4	5	6
Groupes observés	3 hauteurs	Au moins 2 orientations dans l'espace	Qualité de l'arrivée: 1. Marche mécanique 2. Chacun va sans hésiter au bon endroit.	Concentration 1. Regard fixe 2. Pas de Parole 3. Jusqu'au bout	Choix des espaces Les spectateurs voient bien.	Qualité de la machine 1. Les gestes sont complémentaires 2. la machine est sonorisée.
			1: 2:	1: 2: 3:		1: 2:
			1: 2:	1: 2: 3:		1: 2:





# GESTES EN CASCADES

1	<p>Musique ou <u>non</u>, utiliser des rythmes différents</p> <p>Pas de musique</p>	<p>Travail en groupe de 4 ou 5 maxi; travail en 4 temps</p> <p><i>Règles:</i> - inventer et réaliser une cascade de gestes</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Dans chaque groupe se numéroter de 1 à 4 ( ou 5 )</li> <li>- le <b>N°1</b> invente un geste en deux temps ( bing- - boum )</li> <li style="padding-left: 20px;">Le n°2 reproduit le geste de N°1, puis le N°3 le reproduit, puis le N°4 , puis à nouveau le N°1</li> <li>- On revient alors à <b>N°2</b> qui reproduit le geste de N°1 et <b>rajoute</b> son propre geste en deux temps:</li> <li style="padding-left: 20px;">Le N°3 reproduit alors les gestes de N°1 et N°2 ( 2 gestes en 4 temps ) , puis c'est au tour successivement de N°4, N°1, N°2 puis à nouveau N°3.</li> <li>- <b>N°3</b> reproduit alors les gestes de N°1 et N°2 et <b>rajoute</b> son propre geste en 2 temps ( on a alors 3 gestes successifs en 2 temps chacun ) ; N°4 reproduit puis c'est au tour de N°1 puis N°2 puis N°3 de reproduire.</li> <li>- N°4 reproduit et rajoute son propre geste etc...</li> <li>- Lorsque tout le monde a fini <b>individuellement</b> de reproduire les 4 gestes, reprendre <b>tous ensemble</b>.</li> </ul> <p><b>1er temps:</b> phase de préparation en groupe</p> <p><b>2ème temps:</b> présentation à la classe qui évalue en fonction des consignes données:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Les gestes sont-ils en 2 temps ?</li> <li>- Les gestes sont-ils mémorisés ?</li> <li>- Y -a-t'il continuité , pas de rupture de rythme ( des blancs, des hésitations ... ) ?</li> </ul> <p><b>3ème temps :</b> Retour au petit groupe</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Introduire des <b>parasites</b>: ex: L'un des gestes devra être ralenti, un autre accéléré</li> <li style="padding-left: 40px;">ex: l'un des gestes devra être "amplifié" , l'autre raccourci</li> <li style="padding-left: 40px;">ex On doit trouver dans au moins 1 geste une variation d'énergie</li> <li>- Possibilité <b>de produire des sons</b> pour soutenir le mouvement ( plus facile pour faire ensuite ensemble et pour Se donner le rythme gestuel quand on fait seul )</li> </ul> <p><b>4ème temps:</b> présentation au groupe</p>	<p>⇒ Réaliser un vrai travail de groupe pour le présenter à d'autres</p> <p>⇒ Sortir des gestes stéréotypés (enrichir son " corpus gestuel " en se confrontant à d'autres : nécessiter de négocier , choisir ensemble de beaux gestes ... )</p> <p>⇒ Accepter le regard d'autrui et des critiques constructives</p> <p>⇒ Apprendre le rôle de spectateur: "critiquer" (évaluer ) en fonction des consignes données</p> <p>⇒ Enrichir les gestes trouvés dans la première phase par l'introduction de "parasites " qui sont autant de variables du geste dansé</p> <p>⇒ Acquisition de clés permettant d'apprécier un spectacle de danse</p>
---	---	--	--

## ENCHAINEMENT ...

### Objectifs essentiels:

- Construire en groupe un mini-enchaînement à réaliser pour le présenter à la classe
- Faire adhérer les plus récalcitrants à un projet " chorégraphique "
- Utiliser une fiche d'observation reprenant les consignes successives pour motiver le travail de préparation et l'observation
- Remarque : travail sur les déplacements en lignes droites à faire avant ( voir pages 5 et 6 )

	MATERIEL	SITUATIONS	OBJECTIFS
1	<p>D'abord sans musique</p> <p><b>puis</b> ...sur musique ( pulsation marche )</p> <p><i>Attention : si musique , nécessité de respecter le tempo ( éventuellement travail de repérage du tempo à faire )</i></p>	<p><b><u>Par trois : inventer un enchaînement de 6 à 10 pas à réaliser en triangle et dans une simultanéité parfaite :</u></b></p> <p>A) <b><u>PHASE 1</u></b></p> <p>Recherche par groupe : inventer , essayer , mémoriser ... répéter</p> <p><b><u>Règles à respecter :</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• les 6 à 10 pas doivent être mémorisés et réalisés ensemble</li> <li>• le point de départ et le point d'arrivée doivent être confondus</li> </ul> <p style="padding-left: 40px;"><i>respecter les règles mises en place jusqu'ici : concentration , regard , leader ... ( voir entrées en relation : travail sur les déplacements en lignes droites et en triangle p 5 et 6 )</i></p> <p>B) <b><u>PHASE 2</u></b></p> <p>Présentation à la classe de 2 ou 3 groupes en même temps selon les règles suivantes :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Chacun des trois groupes part d'un point dans l'espace en triangle en respectant les consignes des déplacements en triangle</li> <li>• Le départ des différents groupes doit être simultané , à l'écoute ...</li> <li>• Se déplacer en triangle , s'arrêter , faire l'enchaînement , repartir etc .... ( on fera trois fois l'enchaînement )</li> <li>• Chaque groupe peut s'autoriser un " silence " c'est-à-dire une suspension dans le temps, un moment d'immobilité complète</li> <li>• La danse s'arrête quand les trois groupes ont fini : si un groupe finit avant les autres, il reste en place en respectant une fixité totale</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><i>- Construire à partir de règles un enchaînement pour le présenter à la classe</i></p> <p style="text-align: center;"><i>- Engager les plus récalcitrants dans l'action : l'enjeu ( présentation ) entraîne souvent un travail de préparation sérieux</i></p> <p style="text-align: center;"><i>- Nécessité de faire préalablement tout le travail de déplacements en lignes droite proposé pages 5 et 6</i></p>

C) **Fixer l'enchaînement** ( en classe )

De retour en classe , demander à chaque groupe de fixer l'enchaînement appris en le codant sur une feuille à conserver

D) **Retour au travail de groupe par trois :**

reprendre l'enchaînement et l'enrichir en respectant les contraintes suivantes :

**ajouter dans l'enchaînement** : ( *ne pas leur demander tout en même temps: apporter les contraintes successivement* )

**D'abord :**

- **un passage au sol** : dans ce cas il faudra mémoriser l'appui au sol ainsi que le chemin qui permet de descendre et de remonter ( pour pouvoir faire ensemble )
- **un changement de direction** , donc de leader ( le changement de direction peut se faire au sol , dans la descente au sol ou dans la remontée ou encore entre deux pas ( liberté )

**Puis :**

- **un pas ample** ( à la place d'un pas normal : exemple : genou monte haut devant et pivote vers la droite ou la gauche etc ... )
- **une rupture de rythme** : ex : accélération sur un ou deux pas , un pas devient pas sauté etc ...

E ) *Présentation au groupe sur le même mode que la première fois*

*Observation des spectateurs : les consignes données sont-elles prises en compte par les danseurs:*

- *passage au sol simultané ? Appuis identiques ? Chemins empruntés dans la descente et la remontée identiques ?*
- *Y-a-t-il un pas plus ample que les autres ?*
- *Y-a-t-il changement de rythme ?*
- *y-a-t-il changement de direction dans l'enchaînement ?*

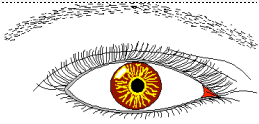
⇒ **Utiliser fiche observation jointe** : chaque groupe observera un groupe de danseurs après lecture des fiches d'observation ; à la fin de chaque " prestation " , les groupes observateurs rempliront leur fiche et la transmettront aux groupes observés avec commentaires !

- *Coder l'enchaînement pour le mémoriser*

- *Enrichir un enchaînement de pas mécanique en proposant des relances concernant : les niveaux ( passer au sol ) , les changements de direction , l'amplitude des gestes , les rythmes ( élan ) : transformer cet enchaînement en danse*

- *Motiver l' observation des spectateurs*  
- *bien mettre en évidence l'enjeu pour les danseurs*

## FICHE D'OBSERVATION DANSE

CONSIGNES	OUI	PAS TOUT A FAIT	NON
1) Les yeux sont-ils collés , concentrés ? 	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2) Sont-ils ensemble ? ( triangle , gestes )	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3) Est-ce qu'il y a un passage au sol ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4) Le chemin emprunté pour la descente au sol et pour la remontée est - il le même pour les trois danseurs ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5) Est-ce qu'il y a un changement de direction dans l'enchaînement ? Est-il réalisé au même moment ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6) Est-ce qu'il y a un pas <b>AMPLE</b> ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7) Est-ce qu'il y a un changement de rythme ( accélération ou saut ou ralentissement ... ) ?	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>

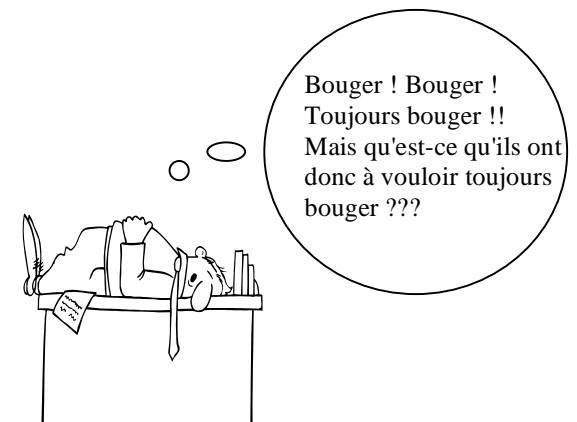
# 5ème PARTIE

## *Danser à partir de consignes concernant le corps et les mouvements ...*

*Toutes les situations en danse sont bien sûr productrices de mouvements ...*  
*Les situations suivantes se proposent de travailler directement sur le geste ou le corps qui seront toujours point de départ .*  
*Ici, pas de règles du jeu, pas de matériel, pas de musique pour inventer de " la danse " ...*  
*Juste le corps ... et les autres.*

### **SOMMAIRE**


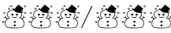

1. Les appuis
2. Le peintre











# Travail sur les appuis

## Objectifs essentiels :

- rechercher , expérimenter des matériaux chorégraphiques
- Construire à 3 ou 4 une " mini-chorégraphie " à présenter au groupe : s'emparer du projet , s'investir pour : rechercher , essayer , négocier , répéter , présenter ...
- Aborder quelques fondamentaux de la Danse à l'école :
  - \* Qualités et nuances dans le geste dansé : amplitude , énergie
  - \* Espace : direction , niveaux , trajet , ...
  - \* Temps : durée , rythme ( accélération , ralenti , régularité , suspension, ... ) : musicalité gestuelle ; inscription d'un mini-enchaînement dans une musique
  - \* Relations aux autres : écoute dans le groupe avec changement de leader selon l'orientation du groupe

	MATERIEL	SITUATIONS	Objectifs
1	          	<p><b>Elaboration de matériaux chorégraphiques :</b></p> <p>Expérimenter, rechercher des appuis variés en utilisant différentes parties du corps Les appuis peuvent se faire :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- contre le mur</li> <li>- au sol</li> </ul> <p>remarque : appui ≠ forme esthétique de type statue :</p> <p>➡ Il y a appui s'il y a poids:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* " Le poids du corps entre dans le mur ou dans le sol au point de contact "</li> <li>* " Dans un appui , il y a abandon de poids "</li> </ul> <p><b>Relances :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Rechercher des appuis inhabituels ( coudes , hanches , dos ... )</li> <li>- rechercher des appuis éloignés dans l'espace ou au contraire rapprochés</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Phase exploratoire ( recherche , expérimentation )</li> </ul>
2		<p><b>Enchaîner des appuis :</b></p> <p>Passer d'un appui à un autre ( c'est-à-dire , transférer son poids d'un appui sur l'autre )</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* " C'est l'appui dans lequel on est qui permet , <b>en repoussant</b> le sol ou le mur , de passer d'un appui à l'appui suivant . "</li> <li>* " essayer de ne pas prévoir l'appuis suivant ( se laisser porter par le mouvement : le moment où on pense que le mouvement va s'achever porte en lui son nouveau départ . ) . "</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Maîtriser son corps dans des situations de déséquilibre en utilisant des appuis variés inhabituels : transfert de poids</li> <li>* consignes pour améliorer les réponses</li> <li>* Enchaîner des appuis dans une</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>* Donner un rythme personnel aux changements d'appuis : <ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ Vitesse : lent , rapide , suspension ...</li> <li>⇒ Énergie dans le repoussé : le " repoussé " peut être tout en retenue ou , au contraire , intense , explosif</li> <li>⇒ Amplitude</li> </ul> </li> </ul>	<i>diversité de rythme et de direction ( ruptures , continuités ... )</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>* <i>varier et nuancer le geste dansé : vitesse , amplitude , intensité</i></li> </ul>
3	 musique R.Aubry , la révolte des enfants	<b><u>Idem 2)</u></b> Inscrire son enchaînement dans la musique : utiliser la pulsation ( possibilité de la dédoubler , de suspendre sa danse puis de redémarrer ... )	⇒ <i>Relation à la musique</i>
4		<b><u>Travail de groupe : construction d'une mini-chorégraphie :</u></b>  par 3 , construire et réaliser ensemble un mini-enchaînement de 6 à 10 appuis : <ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ mémoriser les appuis ( Chaque appui devra être bien marqué ! )</li> <li>⇒ mémoriser les chemins qui permettent de passer d'un appui à un autre</li> <li>⇒ La position de départ devra être la même que la position de fin</li> </ul> <i>penser à :</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ Musicalité de l'enchaînement par : variation du rythme , de l'amplitude , de l'intensité ...</li> </ul>	⇒ <i>Travail de groupe sur un projet commun</i> ⇒ <i>S'investir , s'approprier le projet c'est-à-dire travailler , essayer , rechercher , proposer , répéter , mémoriser , présenter ...</i> ⇒ <i>Communiquer</i> ⇒ <i>améliorer l'enchaînement en s'appuyant sur les quelques fondamentaux vus jusqu'ici</i>
5	Musiques 	<b><u>Présentation des enchaînements :</u></b> Chaque groupe présente son enchaînement avec ou sans musique_	⇒ <i>Affronter le regard des autres</i> ⇒ <i>Apprendre le rôle de spectateur : observer et analyser à partir des connaissances acquises jusqu'ici</i>
6	Musiques   	<b><u>Montage chorégraphique et réinvestissement :</u></b> 3 groupes : <ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ chaque groupe va prendre une place dans l'espace qui tient compte: <ul style="list-style-type: none"> <li>- du trajet emprunté par son propre enchaînement</li> <li>- des enchaînements des 2 autres groupes ( éviter collisions )</li> </ul> </li> <li>⇒ Les trois groupes commencent à l'écoute ( quel est le groupe qui peut commencer ? )</li> </ul>	⇒ <i>Inscrire l'enchaînement dans une musique ( durée , rythme ... )</i> ⇒ <i>Utiliser l'espace en fonction des contraintes de :</i> - <i>sa propre chorégraphie</i> - <i>de celle de l'autre groupe avec lequel il évolue</i> - <i>de son entrée en scène et de sa sortie</i>
7		<b><u>VARIANTE : Les appuis sur le vide</u></b>  <b>a: phase exploratoire:</b> Par deux : (A) et (B)	• <i>Phase exploratoire de recherche et</i>








# LE PEINTRE

## OBJECTIFS ESSENTIELS

- relation à l'autre , toucher
- Centration sur soi , sensations
- A partir d'une situation d'appel , se créer de la matière pour écrire une phrase de danse puis composer
  1. exploration
  2. Construction d'une phrase chorégraphique : choisir et retenir 2 morceaux parmi tout ce qu'on a essayé pour écrire une phrase de danse ( sujet + verbe ) : répéter cette phrase à l'infini
  3. Enrichissement de sa phrase par emprunt à l'autre . Par 2 : l'un montre sa danse à l'autre qui en emprunte un morceau pour faire son complément ( sujet + verbe + **complément** )
  4. Mémorisation de cette phrase sujet + verbe + **complément**
  5. Inscripton de cette phrase dans un espace différent : traversée de la salle\_
  6. **composition**

MATERIEL	SITUATIONS	OBJECTIFS
<p>Néant</p> 	<p><b><u>Tirer l'autre , par deux :</u></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) (A) est étendu au sol , yeux fermés , relâché ... (B) vérifie que (A) est bien relâché ; il lui prend les mains et les secoue délicatement : les bras doivent bouger comme s'ils étaient en chiffon .</li> <li>2) (B) tire (A) par une main et entraîne (B) sur le ventre (A) doit rester très <b>relâché</b> : le bras tiré entraîne l'épaule puis la hanche et enfin la jambe .</li> <li>3) Ramener (A) sur le dos en tirant sur sa hanche , une épaule , un genou ... . Tout le reste du corps doit suivre complètement relâché.</li> <li>4) Idem en partant du pied</li> </ol> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. (B) peut mettre (A) en boule , le manipuler au sol , le mettre assis , recroquevillé ... ( nécessité d'empoigner le corps de l'autre )</li> </ol> <p><u>consignes successives :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• " Seule la partie tirée est mobilisée ! Le reste suit ! "</li> <li>• " Laissez-vous faire ! Abandonnez- vous ! " Soyez relâché !</li> <li>• " Faites - le avec douceur ! "</li> <li>• Celui qui est au sol n'aide pas celui qui manipule même s'il devine ce qu'il veut lui faire !</li> <li>• Jouez le jeu , s'il vous lâche , vous devez tomber !</li> <li>• Il ne s'agit pas de trouver des formes en positionnant des bras , des jambes ...</li> </ul> <ol style="list-style-type: none"> <li>6. <b>Seul</b> , trouver ce que son partenaire provoquait : les mouvements , les sensations , une seule partie du corps ( bras ou hanches ou pied ... ) entraîne le reste du corps ! Ne mobiliser que la partie permettant le mouvement ( un bras , un genou , un pied ... ) : le reste du corps est relâché</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Entrer en activité</li> <li>• Centration sur soi : sensations</li> <li>• Mémoire corporelle</li> </ul>  



## La mer de peinture :

### A : Phase exploratoire : recherche individuelle à partir d'une consigne puis enrichissements des trouvailles individuelles par jeu de consignes successives:

A1: " Seul , au sol , on est dans une mer de peinture "

- s'enduire de peinture ( tout le corps sans utiliser les mains ! )

Consignes successives:

- Il faut avoir de la peinture partout !
- Si on rencontre quelqu'un , changer de chemin
- Le dos , le dessus de la tête , sous les bras , les épaules ... les oreilles ...

A2: " Allez peindre partout autour de vous "

Consignes complémentaires:

- Vous pouvez peindre l'air autour de vous d'un grand coup de pinceau
- On peut peindre très haut , très loin !
- Si on n'a plus de peinture , replonger dans la peinture: aller en chercher dans le sol
- Vous peignez à 1 m de haut , allez jusqu'à 1m50
- Je fais un trait vers le haut et HOP je replonge chercher de la peinture !
- Ne pas peindre qu'avec les mains : utilisez la tête , les épaules , les coudes ...
- jets de peinture
- On peut faire des formes , des ronds , des traits ...
- Si on saute pour peindre haut , retomber au sol pour recharger le corps de peinture
- Plongez , accélérez !
- Prendre de la peinture pour aller en remettre ailleurs

A3: " Si rencontre ... "

- " Si vous rencontrez quelqu'un , laissez une trace de peinture sur le corps de l'autre
- " La trace doit être laissée par une partie du corps autre que la main "
- " Ne pas aller volontairement vers l'autre : rencontres dues au hasard ! "



- Gesticuler pour faire : entrer en contact avec le sol toutes les parties de son corps : créer de " la matière danse "

- Rechercher de l'amplitude gestuelle
- recherche d'élan , de suspension dans l'espace , de diversité
- Enrichissement des trouvailles individuelles

⇒ " consignes abandonnées car appauvrissement des productions "

### B: Ecriture d'une phrase chorégraphique , d'une phrase de danse:

B1 : Définition de la notion de " phrase chorégraphique "

Pour Construire une phrase de danse , vous allez choisir dans tout ce que vous avez inventé , 2 morceaux qui vous



- Identifier et isoler les différents gestes trouvés en conservant leurs qualités ( énergie , amplitude , élan , rythme ... )





- Règles de fonctionnement :  
*Un danseur part dans chacun des deux couloirs .  
Le danseur suivant part quand le précédent passe au milieu .  
Chacun explique son sujet et son verbe et explique ce qu'il a pris chez son camarade .*

**D: Composition - mise en scène :**

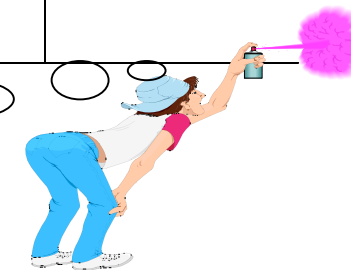
- Puis : un groupe de musiciens et un groupe de danseurs
- succession des différents danseurs sans parler
- Les musiciens font les bruitages de la mer avec leurs bouteilles ( sablier ) : ils essaient d'accompagner les danseurs en soulignant leurs gestes et leurs élans ...

Bouteilles d'eau en  
plastique remplies  
au tiers de graines

⇒ Mise en scène , spectacle



Pfuu ! S'il croit que  
j'vais peindre ce mur  
avec mon corps !



# INDEX

## 1ère PARTIE : Pour entrer en danse ... dominante relationnelle et spatiale

- |  |          |
|--|----------|
| 1: Le champ visuel   | (C3)     |
| 2: Déplacements en dispersion                              | (C3)     |
| 3: Marcher tout en courbe                                  | (C1-2-3) |
| 4: Marcher en ligne droite                                 | (C1-2-3) |
| 5: Faire comme   | (C1-2-3) |
| 6: Le tableau vivant                                       | (C1-2-3) |
|  |          |
| 7: Le jeu du miroir  | (C1-2-3) |
| 9: Marcher en ligne droite et ... se suivre et s'imiter    | (C1-2-3) |
|  |          |
| 10: Les statues  | (C1-2-3) |
| 11: Le musée de la classe                                  | (C1-2-3) |
| 12: Déplacements tout en courbes (C1-2-3) et conversations | (C2-3)   |
|  |          |
| 13: La photo de famille                                    | (C1-2-3) |
| 14: La photo de groupe                                     | (C1-2-3) |
| 15: La photo de classe                                     | (C1-2-3) |
|  |          |
| 16: Le jeu du miroir en différé                            | (C2-3)   |
| 17: L'aveugle et son guide                                 | (C1-2-3) |

## 2e PARTIE / Des rituels

- |                                     |          |
|-------------------------------------|----------|
| 1. Les algues et danse avec la main | (C1-2-3) |
| 2. Manipulation au sol ... à deux   | (C2-3)   |
| 3. Se balancer                      | (C-2-3)  |

Pages

- |                                 |          |
|---------------------------------|----------|
| 4: Des sons et des gestes       |          |
| La cascade de sons              | (C1-2-3) |
| La ronde des gestes et des sons | (C1-2-3) |
| Les soupirs                     | (C1-2-3) |
| La chorale des voyelles         | (C1-2-3) |

## 3e PARTIE Avec du matériel

- |                                  |                              |
|----------------------------------|------------------------------|
| 1: Démarche générale             |                              |
| 2: Avec du papier journal        | (C1 début de fiche , C2 C3 ) |
| 3: Avec de grands tissus         | (C1 début de fiche , C2 C3 ) |
| 4: Avec des ballons de baudruche | (C1 début de fiche , C2 C3 ) |
| 5: Avec des cordelettes          | (C2 C3 )                     |
| 6 : avec des sachets             | (c1 à 13)                    |

## 4e PARTIE A partir de règles du jeu

- |                       |              |
|-----------------------|--------------|
| 1: La machine         | (C1, C2 C3 ) |
| 2: Gestes en cascades | (C1-2-3)     |
| 3: Enchaînement       | (C3)         |

## 5e PARTIE Danser à partir de consignes concernant le corps et les mouvements

- |                           |                           |
|---------------------------|---------------------------|
| 1: Travail sur les appuis | (C2 début de fiche , C3 ) |
| 2: Le peintre             | (C2 début de fiche , C3 ) |

---