

# Danse et création



à l'école

# SOMMAIRE

<b>Partie 1 : ce qu'il faut savoir</b>	<b>3</b>
<b>I. <u>Ce qu'il y a à apprendre en danse</u></b>	<b>3</b>
<b>II. <u>Essence de l'activité</u></b>	<b>5</b>
A. Définition	5
B. Enjeu	5
C. Un point de vocabulaire	6
<b>III. <u>Les composantes de la danse</u></b>	<b>7</b>
<b>IV. <u>Les 3 rôles de l'élève, le rôle de l'enseignant</u></b>	<b>8</b>
<b>V. <u>La démarche</u></b>	<b>9</b>
A. L'unité d'apprentissage	9
B. La séance :	10
1. <i>Structure d'une séance en danse</i>	11
2. <i>Pour entrer en danse</i>	12
3. <i>La musique : sa place, son rôle</i>	13
C. Composer une chorégraphie	14
<b>VI. <u>Ressources</u></b>	<b>18</b>
<b>Partie 2 : boîte à outils</b>	<b>19</b>
Utilisation des fiches	19
Sommaire des fiches	20
Fiches	21

# Partie théorique

## Ce qu'il faut savoir

### I. Ce qu'il y a à apprendre en danse ?

#### 1. à l'école maternelle :

Construire et conserver une séquence d'actions et de déplacements en relation avec d'autres partenaires, avec ou sans support musical.

<i>AGIR, S'EXPRIMER</i>	<i>S'EXPRIMER, COMPRENDRE</i>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Danser et improviser avec des objets de tailles et de formes différentes (gros cartons, chaises, ballons, doudous...)</li> <li>• Explorer des mouvements et des déplacements pour agir sur et avec ces objets (les faire tourner, voler, laisser tomber, tourner avec, glisser avec, ramper avec...)</li> <li>• Explorer différents modes de déplacements (marcher, sautiller, sauter, courir, galoper...)</li> <li>• Danser en mobilisant différentes parties du corps (bras, jambe, tête...)</li> <li>• Faire l'expérience des contrastes de temps (courir, s'immobiliser, marcher à pas feutrés...)</li> <li>• Choisir des mouvements et les répéter</li> </ul>	<p>Prendre plaisir à danser avec les autres, comme les autres.</p> <p>Explorer, expérimenter.</p> <p>Construire une séquence seul ou à plusieurs.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rechercher différentes façons de danser avec les objets ou de « les faire danser »</li> <li>• Chercher à donner à un objet des effets multiples (le faire glisser sur le sol, contre son corps ; le faire rouler sur le sol, sur soi ; le faire tourner devant soi, autour de soi, au-dessus de sa tête, sur le sol...)</li> <li>• Manipuler et déplacer un objet avec différentes parties du corps (sur la tête, le bras, l'épaule, le pied...)</li> <li>• Enchaîner plusieurs déplacements et mouvements dans l'espace (marcher, s'arrêter, danser avec le haut du corps, se relever...)</li> <li>• Explorer des mouvements à partir de verbes d'action (fondre, exploser, caresser, frotter)</li> <li>• Rechercher et expérimenter des déplacements et des mouvements contrastés dans le temps (continus et saccadés...)</li> <li>• Explorer l'espace : se déplacer en suivant des trajectoires, tracés variés et en explorant les différents niveaux de l'espace corporel (déplacements au sol, accroupi, à 4 pattes, se déplacer sur la pointe des pieds...)</li> <li>• Entrer dans la relation à l'autre, en agissant sur lui (le sculpteur), en dansant comme lui (le miroir)</li> </ul>	<p>Etre un spectateur attentif et respectueux de la danse des autres : observer, commenter (exprimer son ressenti et son émotion) et faire des propositions pour la transformer.</p> <p>Rencontrer, fréquenter des œuvres ou extraits et des artistes (en garder des traces dans un carnet culturel).</p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Expérimenter des mouvements induits par les objets manipulés ou imaginés (retirer progressivement les objets) et des aménagements de l'espace</li> <li>• Varier les appuis au sol (1 appui, 2 appuis, 3 appuis au sol... avec pied, main, coude, genoux...)</li> <li>• Enchaîner différentes actions</li> <li>• Reproduire ou transformer un même mouvement en jouant sur la variable temps (très lent, très rapide) ou sur la variable énergie (continu, discontinu, fluide, saccadé...)</li> <li>• Explorer l'espace : enchaîner et anticiper différentes trajectoires dans l'espace scénique (lignes courbes, zigzag, spirales...)</li> <li>• Varier l'amplitude du mouvement (danser grand, étiré, petit, serré...)</li> <li>• Danser avec l'autre en variant les modes de relation (en miroir, en parallèle, en contact, en prenant appui sur lui, en entourant des parties de son corps, en question réponse...) et en variant les modes regroupement (par 2, en demi-groupe, en groupe classe... en même temps, en décalé, par accumulation...)</li> <li>• Construire à 2 ou à plusieurs une courte phrase dansée et la mémoriser pour la montrer</li> </ul>	<p>Acquérir le lexique relatif au domaine des arts du spectacle :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- le lieu (scène, coulisses...)</li> <li>- la topologie (devant, arrière...)</li> <li>- les styles de danse (contemporaine, traditionnelle, africaine, hiphop, classique...)</li> <li>- qualifier les mouvements (lent, rapide, saccadé, ralenti, ample...).</li> </ul>
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

## 2. au cycle 2 :

### **Composer à plusieurs une séquence dansée, comprenant un début, un développement et une fin, et illustrant un thème, un propos, et la montrer**

- improviser à partir de différents inducteurs
- transformer des mouvements improvisés en mouvements dansés, en jouant sur l'une ou l'autre des différentes composantes de la danse : corps, espace, temps, énergie, relation aux autres
- enchaîner plusieurs de ces mouvements de façon harmonieuse
- Corps : rechercher un engagement corporel entier, l'amplitude, l'équilibre,...
- Espace : réaliser des mouvements utilisant différentes hauteurs, varier intentionnellement les directions, les trajets,...
- Temps : moduler les vitesses de réalisation, suivre ou non un rythme, une mélodie, une pulsation, savoir s'arrêter...
- Energie : moduler les intensités, les dynamismes : fort, faible, saccadé, ...
- relation aux autres : tenir compte des autres pour construire à plusieurs une courte chorégraphie. Entrer en relation dansée, par des regards, des contacts, des appuis, des portés,...
- observer un aspect ciblé d'une danse, donner son avis, apprécier (notion de spectateur)
- enrichir sa propre pratique par l'observation des autres et le dialogue avec eux
- accepter de se produire devant les autres
- construire à plusieurs une chorégraphie de 3 à 5 éléments, avec un début et une fin
- synchroniser ses actions avec d'autres
- mémoriser les mouvements pour les reproduire

### 3. au cycle 3 :

**Construire à plusieurs une chorégraphie de 5 éléments au moins pour exprimer corporellement des personnages, des images, des sentiments et pour communiquer des émotions, sur des supports sonores divers.**

- improviser à partir d'un inducteur : musique, texte, œuvre d'art, objet, thème...
- transformer des mouvements improvisés en mouvements dansés, en jouant sur l'une ou l'autre des différentes composantes de la danse : corps, espace, temps, énergie, relation aux autres
- enchaîner ces mouvements de façon harmonieuse
- Corps : engager tout le corps dans les mouvements ; réaliser des attitudes, des sauts, des tours, des déplacements, des chutes,... en jouant sur l'amplitude, l'équilibre,...
- Espace : réaliser des mouvements en variant les hauteurs, les directions, les trajets, ...
- Temps : moduler les vitesses d'exécution, s'inspirer de la musique : rythme, tempo, accents, mélodie, silences...
- Energie : moduler les intensités, les dynamismes, ... pour créer des effets
- Relation aux autres : jouer sur l'espace collectif, utiliser les oppositions, les synchronisations, les décalages, les interrelations, ... pour inventer une danse originale
- observer un ou plusieurs aspect ciblés d'une danse, donner son avis, apprécier (notion de spectateur)
- enrichir sa propre pratique par l'observation des autres et le dialogue avec eux pour construire une chorégraphie à plusieurs
- accepter de se produire devant les autres
- construire à plusieurs une chorégraphie originale de 5 éléments au moins, avec un début et une fin
- synchroniser ses actions avec d'autres
- mémoriser les mouvements pour les reproduire
- évaluer une partie ou un aspect d'une chorégraphie à partir de critères simples

## II. Essence de l'activité

### A. Définition

**La danse est une Activité Physique et Artistique. Elle suppose une démarche de création. Son objet est l'expression, l'évocation par le moyen de formes corporelles destinées à créer un impact sur autrui.**

- Le terme « **évocation** » signifie que la danse n'est pas une simple traduction, reproduction du réel (comme le mime).
- Les termes « **formes corporelles** » signifient que le corps est l'outil privilégié et unique.
- Le terme « **autrui** » signifie que l'œuvre finale est destinée à un public.

**Danser, c'est donc produire seul ou à plusieurs une chorégraphie, signifiante pour quelqu'un. L'enfant est donc danseur, compositeur et spectateur.**

### B. Enjeux

LES ENJEUX	LES COMPETENCES DEVELOPPEES
DIMENSION CORPORELLE	Développer un vocabulaire corporel riche Enrichir ce répertoire moteur en jouant sur : <ul style="list-style-type: none"> <li>• L'espace</li> <li>• L'énergie</li> <li>• Le temps</li> <li>• Les autres</li> </ul>
DIMENSION SYMBOLIQUE (IMAGINAIRE)	Imaginer des réponses nouvelles seul ou à plusieurs Etre attentif et disponible pour lire les créations d'autrui
DIMENSION RELATIONNELLE	S'engager, dialoguer pour construire ensemble Oser se produire devant d'autres Etre un spectateur, attentif, actif et respectueux, Avoir confiance en soi, gérer ses émotions

### C. Un point de vocabulaire

Mimer : exprimer uniquement par des gestes, le plus fidèlement possible, la réalité. Imiter.

Expression corporelle : mouvements spontanés réalisés pour exprimer un sentiment, un ressenti, une image, une musique... Son but est l'expression de la personne, parfois dans un but thérapeutique. C'est surtout l'authenticité qui est recherchée.

Danse : La danse est une Activité Physique et Artistique. Elle suppose une démarche de création. Son objet est l'expression, l'évocation par le moyen de formes corporelles destinées à créer un impact sur autrui.

Ainsi, ces 3 activités sont différentes :

- Le mime reproduit une réalité, c'est la justesse qui est recherchée, la fidélité au réel. L'expertise du mime se traduit par la qualité de ses mouvements pour imiter le réel.
- L'expression corporelle traduit des ressentis. Elle prend sa source dans les émotions de la personne qui bouge, et sa justesse se trouve dans sa totale disponibilité à ce qu'elle ressent, et sa capacité à laisser tout son corps l'exprimer.

La danse est un art. Elle se sert parfois du mime et de l'expression corporelle comme d'un matériau de départ, un premier jet. Avec des élèves d'école primaire, des évocations de scènes de vie, ou d'émotions sont des inducteurs possibles, qui entraînent un premier niveau de réponse mimé ou « expressif »... Mais la démarche de la danse est de travailler sur ce premier jet, en jouant sur des amplitudes, des contrastes, des mises à distance du réel ou du ressenti, afin d'épurer, de suggérer, de surprendre... Le mouvement peut être totalement abstrait, déconnecté de la réalité, ou détourné... on joue sur l'espace, le temps, l'énergie, le corps, ou les autres, pour inventer des effets, provoquer l'imaginaire et l'émotion du spectateur.

Par rapport au mime, la danse ne s'ancre pas dans le réel. Elle l'utilise parfois, mais s'en détourne le plus souvent. Comme les autres arts, elle suggère, transforme, pour surprendre ou émouvoir.

Par rapport à l'expression corporelle, la danse est construite, intentionnelle, elle est faite pour être vue. Elle est travaillée, et destinée à un public.

### III. Les composantes de la danse

L'enseignant devra, dans un même temps, conduire l'enfant à :

- mettre en jeu son imaginaire
- affiner et enrichir son langage corporel à travers les différents fondamentaux de la danse

IMAGINAIRE	→	Le corps	<p>Actions : marcher, courir, sauter, glisser, chuter, étirer, descendre au sol, ...</p> <p>Postures – attitudes, ...</p> <p>Travail de différentes parties du corps : isolation, dissociation, ...</p> <p>Respiration, souffle</p>
	→	L'espace	<p>Des niveaux : haut – moyen – bas – vertical – horizontal, ...</p> <p>Des directions : avant – arrière – latéral – en diagonale, ...</p> <p>Des trajectoires : en courbe – en zig-zag, ...</p> <p>Des distances : proche – loin, ...</p>
	→	Le temps	<p>Des Proposition de supports sonores : La musique – des bruitages – le silence – des voix – s'accompagner avec la voix ou des objets sonores, ...</p> <p>Des repères temporels : le début et la fin – les temps forts – les refrains – les silences – les phrases – la pulsation – les rythmes, ...</p>
	→	L'énergie	<p>Nuancer, contraster : de doux à fort – léger à lourd – raide à élastique – fluide à saccadé – continu à discontinu, ...</p> <p>Balancer, vibrer, ...</p>
	→	La relation aux autres	<p>Faire ensemble :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- à 2, à plusieurs, tous ensemble, ...</li> <li>- répéter, faire en canon, à l'unisson, en relais, en opposition, ...</li> </ul> <p>Varié les formations :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- face à face, dos à dos, en ligne, en cercle, en colonne, en tunnel, en dispersion, en grappe, ...</li> </ul> <p>Entrer en contact :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- se regarder, se toucher, se porter, s'accompagner, s'appuyer, ...</li> <li>- par l'intermédiaire d'un objet</li> </ul>



#### IV. Les 3 rôles de l'élève, le rôle de l'enseignant

***L'élève danseur, spectateur ou compositeur explore les fondamentaux de la danse : corps, temps, espace, énergie, relation aux autres. Il joue avec les qualités et les nuances du geste dansé et communique avec les autres. L'enseignant chorégraphie l'ensemble.***

<b>L'élève DANSEUR</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Il s'engage individuellement dans la danse.</li> <li>• Il développe les qualités de son mouvement dansé en explorant les fondamentaux de la danse : corps, temps, espace, énergie, relation aux autres.</li> <li>• Il traduit avec son corps des états, des sensations, des sentiments, des émotions, des situations.</li> <li>• L'enfant est interprète. Il accepte d'aller au-delà de ce qu'il sait faire. Il accepte de prendre des risques.</li> </ul>
<b>L'élève COMPOSITEUR</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ses premières propositions sont simples et personnelles. Il fait appel à son imagination en étant actif dans le processus de création. Il est inventeur en étant à l'écoute de lui-même et des autres.</li> <li>• Il construit de courtes séquences dansées qu'il est capable de reproduire. Il y accède par des règles de jeu chorégraphique qui donnent sens à la danse et s'appuient sur les composantes du mouvement dansé.</li> <li>• Il prélève dans la danse des autres, dans les œuvres rencontrées, dans les suggestions de l'enseignant et dans son imaginaire des éléments supplémentaires à investir (reproduction ou transformation).</li> <li>• Il se donne des repères pour construire, seul ou à plusieurs, une chorégraphie structurée (début – développement – fin).</li> </ul>
<b>L'élève SPECTATEUR</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Il manifeste respect et attention, plaisir et curiosité dans des rencontres avec des œuvres chorégraphiques ou la danse des autres. Il construit son regard.</li> <li>• Son intérêt l'amène à distinguer, identifier, prélever des éléments constitutifs de la danse des autres pour se les approprier et les confronter à sa propre expérience. Il renforce ainsi son imaginaire et développe de nouvelles images, de nouvelles ressources pour sa danse et la danse des autres.</li> <li>• Si au début les critères d'appréciation de l'enfant sont liés à l'émotion ressentie, son jugement se réfère plus tard à une culture chorégraphique.</li> </ul>
<b>L'enseignant CHOREGRAPHE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Il est un spectateur privilégié ; par son observation, il retient les éléments intéressants et les organise</li> <li>• Il instaure des règles structurant l'espace et le temps (plus ou moins contraignantes selon le cycle)</li> </ul> <p>Il organise la mise en scène des compositions des enfants afin de les mettre en valeur</p>

## V. La démarche

### A. L'unité d'apprentissage

**REMARQUE : des objectifs pédagogiques et artistiques doivent être définis. Ils se traduisent par une démarche de création guidée. L'unité d'apprentissage ne se réduit pas à une succession de fiches.**

**1<sup>ère</sup> partie : des séances de « construction de phrases dansées » à partir des fiches.**

Ces séances sont l'occasion de travailler de façon ciblée et complète les différentes composantes de la danse. Les fiches seront choisies dans ce but. On y construira donc des petites phrases dansées, individuellement ou à plusieurs, que l'on fera mémoriser aux élèves (il sera nécessaire de réactiver ces mises en mémoire lors de séances suivantes). Ces différentes phrases ne sont pas ordonnées, ni liées entre elles à priori.

A partir de ces matériaux, l'enseignant concevra progressivement une esquisse de scénario pour une chorégraphie, de groupes ou de classe :

- soit il a déjà un projet en tête, et il orientera ses séances dans le sens qu'il a choisi afin de construire les matériaux qu'il lui faut.
- soit il n'a pas de projet précis, et c'est au fur et à mesure des séances qu'il va réfléchir à partir des séquences produites pour les organiser entre elles.

**2<sup>ème</sup> partie : des séances de « mise en chorégraphie ».**

On y construira l'**introduction**, les « **paragraphes** », et la **conclusion (le final)**, comme si l'on composait un récit.

Pour chaque partie, il faudra convenir de :

- Quelles phrases, à quels moments, et avec quel espace ?
- Quelle(s) musique ? quels repères de temps ? (ex : quand la musique s'arrête, quand les voix commencent à chanter...)
- Quelles organisations dans l'espace pour le début, les différentes parties, le final ?

Cette trame permettra d'encadrer les mises en forme des élèves, leur laissant malgré tout un espace de liberté (la trame n'est pas un carcan rigide, elle doit permettre aux élèves de s'exprimer dans un cadre qui valorise leurs créations). Plus les élèves sont grands, plus ils auront d'espaces de décision. Certaines séquences peuvent comporter une part d'improvisation.

Lors de ces séances de construction collective de la chorégraphie, on peut travailler par séquences (mise en espace et en musique) qu'on liera entre elles ensuite, ou chronologiquement.

Montrer, par demi-classes par exemple, reste un moment important pour la fin de ces séances également.

### 3<sup>ème</sup> partie : répétition de l'ensemble (1 ou 2 séances)

Il sera alors nécessaire, surtout, de bien mémoriser les repères d'espace et de temps.

Il est important de ne pas répéter trop longuement la chorégraphie finale, afin de préserver le plaisir de la montrer, et de garder une part de spontanéité...

## B. La séance :

### 1. Structure d'une séance en danse

Mise en disponibilité corporelle	Quelques exercices de mise en train, qui amènent les enfants à se concentrer, se rendre disponible pour danser (voir plus loin « <i>pour entrer en danse</i> » page 14).
Situation de départ Mise en place du thème de travail	Une consigne induit une recherche, ou la reprise d'un travail déjà commencé à la séance précédente, que l'on approfondit. On peut proposer plusieurs temps de recherche sur une même consigne.
Approfondissement du thème de travail	On fait évoluer les productions des élèves par des images, des repères, des précisions.  On travaille sur les autres composantes de la danse, par exemple « <i>réaliser le(s) mouvement(s) trouvé(s) en :</i> - traversant l'espace de la salle et en changeant 2 fois de direction (Espace) - allant au sol et en se relevant (Espace) - évoluant lentement puis vite (Temps) - faisant un de ces mouvements brusquement (Energie) ».
	On valorise en faisant montrer les réponses les plus riches, puis toute la classe essaie de faire comme X, ou toute la classe reprend son travail avec en plus l'idée de Y, ...

Structuration	<p>Une commande induit un travail de construction d'une phrase corporelle.</p> <p>La commande est une liste d'exigences attendues : par ex 3 déplacements dans 3 directions différentes + un moment lent + un mouvement brusque.</p> <p>La commande lie étroitement le thème de travail et les approfondissements conduits avec la classe.</p> <p>Chaque élève ou groupe d'élèves construit et apprend une séquence dansée ou phrase.</p>
Evaluation	<p>Les élèves montrent la phrase qu'ils ont inventée.</p> <p>Par demi-classes, ou par tiers, ...</p> <p>Les spectateurs sont invités à valoriser ce qui leur plaît.</p>
<p>Mise en mémoire</p> <p>Mise en perspective</p>	<p>En fin d'UA, les élèves intégreront leurs nouvelles phrases dans un scénario plus vaste qui fera le spectacle final.</p> <p>La mise en perspective se fera à certaines séances, pour mémoriser et structurer un travail d'ensemble.</p> <p>L'appareil photo, la caméra, le dessin, le modelage, l'écriture... sont des moyens efficaces d'aide à la mise en mémoire.</p>

## 2. Quelques situations pour entrer en danse

**Déplacements** (ils peuvent se faire avec ou sans support musical ou instrumental)

*Objectif : Enrichir le répertoire des élèves en matière de déplacement*

- ♫ Marcher vite, lentement, grands pas, petits pas.
  - ♫ Se déplacer en lignes courbes.
  - ♫ Se déplacer en lignes brisées.
  - ♫ Se déplacer et s'arrêter au signal (sonore ou visuel).
  - ♫ Se déplacer et s'arrêter mais la partie nommée continue de bouger.
  - ♫ Se déplacer comme son camarade ou comme l'enfant nommé.
  - ♫ Se déplacer vers un point donné : tous vers le même point, chaque groupe vers un point différent.
  - ♫ Se déplacer comme l'animal nommé.
  - ♫ Se déplacer sur une grande courbe à la limite du déséquilibre, s'arrêter en équilibre sur une jambe.
- 
- ♫ Déplacement en dispersion dans la salle (marche avant, marche arrière, au signal, accroupi en boule – rouler puis repartir, ...).
  - ♫ Marcher en dispersion dans la salle et réduire progressivement l'espace d'évolution en continuant à se déplacer sans se toucher puis agrandir à nouveau l'espace en se déplaçant en balançant les bras.

### Mobilisations :

- ♫ Frotter les mains l'une contre l'autre, jambes écartées, fléchir les jambes et passer le poids du corps de l'une à l'autre en restant bas.
- ♫ Se relever, s'étirer totalement.
- ♫ Mobiliser un segment nommé (bras, tête, jambe, ...).
- ♫ Dessiner des ronds avec la partie du corps nommée (le coude, le nez...).

### Mémorisation - concentration :

- ♫ Petit enchaînement simple donné par l'enseignant à mémoriser puis déplacement dans la salle et au signal on refait l'enchaînement dans l'orientation où on se trouve.

### 3. La musique : sa place, son rôle

La musique fait partie intégrante de la séance de danse. Elle est attendue par les élèves : si l'on fait de la danse il y a de la musique. Elle est un levier pour motiver les élèves, les entraîner dans le projet. Elle « donne le ton », crée une ambiance pour travailler tel ou tel thème.

#### a. Quelle musique choisir ?

Toutes les musiques sont possibles. Par contre il est important :

- ♪ qu'elles « parlent aux élèves », qu'ils puissent les adopter, qu'ils les écoutent avec un certain plaisir.
- ♪ qu'elles ne soient pas trop connotées (par ex la danse des canards, ou la lambada à son époque) : si elles évoquent trop précisément une gestuelle, ils auront des difficultés à sortir de ces représentations précises, et ne seront pas disponibles aux consignes.
- ♪ les chansons en français induisent beaucoup de choses. Il est plus facile de se servir de morceaux instrumentaux, ou dans une autre langue... à moins que la chanson française soit en adéquation avec ce qui est travaillé.

Varié les musiques est important, pour l'ouverture culturelle... classique, jazz, variété, musiques du monde...

#### b. Comment l'utiliser ?

La musique matérialise les plages de temps où l'on danse. En maternelle c'est un signal important.

Elle crée une ambiance, elle suggère. Elle est assortie à ce que l'enseignant a choisi de travailler : elle est lente s'il veut cibler l'amplitude, elle est rythmée si l'on recherche des déplacements dynamiques...

Cependant, la musique n'est souvent qu'un fond sonore, comme un décor. Il est difficile de l'utiliser précisément pour structurer toutes les évolutions, car cela s'avère fastidieux et difficile. Les repères accessibles aux élèves sont :

- ♪ les changements de musiques, de morceaux
- ♪ les silences
- ♪ les repères musicaux nets tels que les temps forts (s'il y en a), les moments chantés, les refrains.

Au delà, c'est compliqué.

Il est souvent pertinent de superposer des signaux sonores (tambourin ou autre) à la musique pour aider à la structuration du temps, notamment avec les plus petits.

**REMARQUE** : la musique n'est pas obligatoire. Pour certains exercices, elle peut être absente, le silence aidant à l'écoute de son corps, de l'autre... La musique peut aussi être créée par et pour la danse : voix, bruitages, frappés,...

## C. Composer une chorégraphie

### Pourquoi ?

Construire une chorégraphie pour un spectacle est une source de motivation pour les élèves et les enseignants.

A l'école, le spectacle de danse est une création collective, qui a du sens pour tous les élèves et les enseignants. Les enfants ont inventé les gestes dansés, les enseignants vont les faire évoluer et favoriser la communication entre les danseurs et les spectateurs. En effet, le spectacle permet d'aller plus loin dans la création, parce qu'il sera partagé et offert au regard et à l'exigence des autres.

### Comment composer une chorégraphie pour un spectacle ?

La construction d'une chorégraphie repose sur un travail patient, une démarche progressive et non sur la recherche de la production immédiate.

1 - Dès les premières situations, l'enseignant proposera aux élèves d'utiliser **des phrases dansées**<sup>1</sup> construites pendant les séances, pour donner à voir un moment dansé avec un début et une fin identifiées. Lorsque ces moments dansés sont aboutis, il conviendra de les **nommer**, afin d'établir ensuite une liste de phrases dansées qui ont bien fonctionné.

2 – L'enseignant, en tant que spectateur privilégié essayera d'imaginer les **liaisons**<sup>2</sup> entre elles, à savoir, comment passer d'une **séquence dansée**<sup>3</sup> à l'autre sans heurt.

3 – Lorsque la chorégraphie est construite, il est indispensable de fixer et de **mémoriser** l'enchaînement des séquences dansées.

<sup>1</sup> La phrase dansée : un enchaînement de 3 trois actions. Exemple : s'étirer-glisser-chuter.

<sup>2</sup> Les liaisons : exemples « se déplacer pour se repositionner, être immobile en attendant le début de la séquence dansée... »

<sup>3</sup> La séquence dansée : exemple « enchaîner 2 ou plusieurs phrases dansées... »

### **Quelques conseils pour enrichir une chorégraphie :**

La danse de création ne peut pas se développer dans un climat de laisser faire. Il faudra cependant veiller à ne pas figer la forme. Dans la chorégraphie, une place peut être laissée à l'improvisation, mais celle-ci sera de qualité parce que nourrie par les situations vécues. La trame du spectacle doit être structurée, construite, mais la danse doit garder une part de spontanéité.

Pour surprendre les spectateurs et éviter la monotonie, l'enseignant chorégraphe cherchera à créer la rupture et casser la symétrie. Il prendra en compte les paramètres suivants :

- **L'énergie**
  - en jouant sur les contrastes,
  - en alternant des mouvements liés, fluides, avec d'autres saccadés.
- **Le corps :**
  - en isolant certaines parties du corps / en mobilisant le corps tout entier,
  - en cassant les symétries (mouvements désaxés, dissociation des 2 bras par exemple).
- **L'espace**
  - en jouant sur les hauteurs d'évolution dans l'espace vertical,
  - en variant l'occupation de l'espace scénique (avec tous, quelques groupes, des traversées, des duos, un solo...),
  - en utilisant les lignes de force dans l'occupation de l'espace, notamment les diagonales qui sont très riches.
- **Le temps**
  - en variant les musiques ou les supports sonores,
  - en prévoyant éventuellement des silences assortis ou non de mouvements,
  - en prévoyant éventuellement des moments d'arrêt plus ou moins longs,
  - en créant la surprise avec des interventions parlées.
- **L'autre**
  - en variant la formation des groupes (groupé, dispersés, en cercle, en triangle...),
  - en alternant des moments dansés à l'unisson avec des moments en groupes, en duos, en solo, en écho, en canon, ...
  - en laissant certains danseurs immobiles pendant que d'autres bougent.



Un spectacle n'aura de force et de retentissement que si les acteurs ont appris :

- à rester concentrés tout au long de la danse,
- à ne pas « bavarder »,
- qu'une des priorités est d'impressionner le spectateur,
- qu'**un regard** avec une intention, un visage expressif suscitent de l'émotion chez le public. Ex : fixer un point (en déplacement ou immobile), suivre la trajectoire d'un geste...

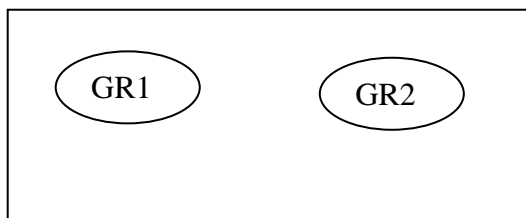
### **Comment mettre en valeur une chorégraphie ?**

- **Le lieu** :  
Il varie en fonction du projet final et doit être pensé pour valoriser le travail accompli. L'espace scénique doit être réfléchi pour permettre les entrées et les sorties.
- **Les spectateurs** :  
Ils peuvent être devant une scène, autour de l'espace scénique, sur les côtés...Il faut en tenir compte.
- **L'accompagnement musical** :  
Il ajoute une coloration et peut revêtir différentes formes. Exemples :
  - Montage de musiques...
  - Une alternance de morceaux de musiques et de phases vocales, de bruitages, de paysages sonores composés et joués par les enfants (instruments Orff) ...
- **Les costumes** :  
Un costume trop sophistiqué peut gêner les mouvements. Il est préférable d'opter pour des vêtements amples, légers, qui permettent la mobilité, et de danser pieds nus. On peut également surprendre les spectateurs, en introduisant des accessoires (parapluie, chapeau, éventail, objets divers...)

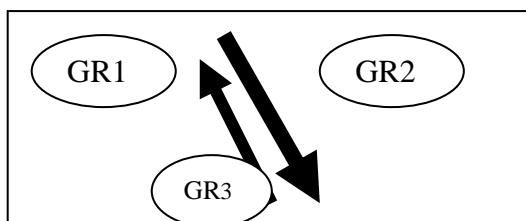
**Exemple de chorégraphie :**

a) Les Groupes 1 et 2 dansent en alternance

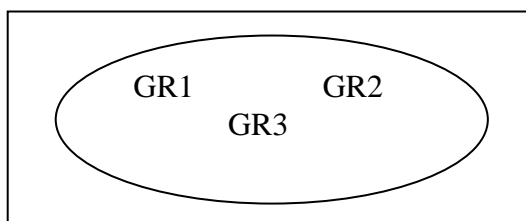
b) Les Groupes 1 et 2 s'immobilisent en statue ou monument



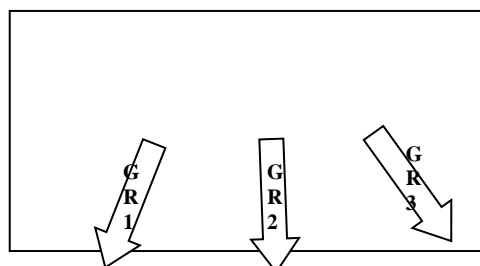
c) Le Groupe 3 traverse en diagonale



d) Les Groupes 1, 2 et 3 dansent à l'unisson



e) La chorégraphie se termine par un (ou plusieurs) monuments face au public



## VI. Ressources

### A. BIBLIOGRAPHIE :

- 1) « *Arts visuels et danse* » : Pascale GOUDIN - CRDP Poitou Charentes
- 2) « *La première année d'éveil à la danse* » : Véronique DERREUX - Ed L'Harmattan
- 3) « *La danse intégrée (sur le handicap)* : Muriel Guigou - Ed L'Harmattan
- 4) *La danse à l'école Pour une éducation artistique* » Jackie LASCAR - Ed L'Harmattan « *La danse pour tous les enfants à l'école* » Marie France BONNARD RETZ
- 5) « *Danser les arts* » Tizou PEREZ et Annie THOMAS - CRDP des Pays de la Loire
- 6) « *La danse à l'école maternelle* » BELLICHA et IMBERTY - Collection Nathan pédagogie
- 7) « *les sept secrets de Monsieur Unisson, un album à Danser* » Edition EPS Equipe du TARN (cycles 1 et 2)

### B. FILMOGRAPHIE

DVD : « *Entrez dans la danse* » CRDP de la LOIRE

DVD : « *Des idées pour chorégrapheur* » EPS1 TARN CRDP midi Pyrénées CDDP du TARN

# Boite à outils

## I. Utilisation des fiches :

Les fiches sont classées par cycle(s) à titre indicatif, mais chacune peut être adaptée à d'autres niveaux.

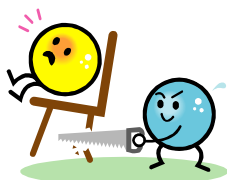
Une ou deux composantes principales sont mises en évidence pour la situation de départ, elles sont enrichies par la suite par les autres composantes.

## II. Sommaire des fiches

FICHES	PAGES	COMPOSANTES PRINCIPALES				
		Corps	Espace	Temps	Relations	Energie
<b>TOUS CYCLES</b>						
1. Les chaises	22	X				
2. Les regards	23-24	X				
3. Le parcours	25-26	X	X			
4. Les zones	27-28		X			
5. Les machines	29-30					X
6. Les chutes	31-32	X				X
7. Les éléments (l'eau et le feu)	33-34					X
8. Le triangle et le tambourin	35	X				X
9. Les éléments (le vent et la terre)	36	X				
<b>CYCLE 1</b>						
10. Pit le pingouin	37-38	X				
11. La peur	39-40	X				X
12. Voyage dans la forêt	41-42	X	X			
13. Mon doudou	43-44	X				
<b>CYCLES 1 &amp; 2</b>						
14. Les deux arbres	45-46				X	
15. Le tissu	47			X		
<b>CYCLE 2</b>						
16. Le sac de sable	48	X				
17. Les traversées	49	X	X			
<b>CYCLES 2 &amp; 3</b>						
18. Le jardin japonais	50					X
19. Modelages	51-52	X				
20. Les ballons de baudruche	53-54		X			
21. Les sacs d'air	55-56	X	X			
22. La feuille de papier	57-58	X				
23. Les verbes	59	X				
24. Les postures	60-61	X				
25. Le miroir	62	X			X	
26. L'orchestre	63	X			X	
27. La toile d'araignée	64		X			
28. Lettre et signature	65	X				
29. Le combat	66				X	
<b>CYCLE 3</b>						
30. Les appuis	67	X			X	
31. Les rencontres	68-69				X	
32. Danser une musique particulière	70-71			X		

# 1. Les chaises

Tous  
cycles



Composante  
principale



LE CORPS
L'espace
Le temps
les relations
l'énergie

## Objectif

Grâce à la chaise, construire des mouvements originaux, qui illustrent un maximum de verbes d'action

## Proposition de supports sonores

♫ *Acrobate* ou *La Pavane de la Belle au Bois Dormant* in Aria 2001

## Inducteur - consigne de départ

Une chaise chacun, évoluer avec sa chaise de toutes les façons imaginables sans prendre de risque.

Consigne de départ : « **Danse avec ta chaise, sans faire mal aux autres ni à toi-même** » (en maternelle : « **danse autour, sur, sous...** »)

## Explorer, enrichir, diversifier ...

Les verbes : monter sur (faire toutes sortes de postures, sur un genou, une fesse...), se coucher sur, dessous, sauter, tourner autour, soulever, passer dessous, transporter, faire basculer doucement, avancer avec, trainer, pousser, balancer, enfiler, se blottir dedans...  
Imaginer que la chaise est : un ennemi, un ami, un monstre, une maison, un habit, ton doudou...

## Structurer :

Diviser la salle en 2 espaces ; les chaises (une par élève) sont placées de différentes façons (retournées, couchées,...)... dans l'un les chaises sont amies, c'est un espace refuge et calme, je trouve des postures en contact avec la chaise...dans l'autre elles composent une aire de jeu aménagée où j'évolue en continuité comme dans un parcours. Passer librement de l'un à l'autre (maternelle)

En cycles 2 ou 3 on aura 3 ou 4 espaces différents, avec des consignes adaptées : une zone où les chaises sont posées, une autre où elles sont manipulées chacune par un danseur, une zone où quelques chaises circulent entre plusieurs danseurs, une zone libre.

## Rôle de spectateur :

Reconnaît-on les caractéristiques des différents espaces ?

## 2. Les regards

Tous cycles



Composante principale



### LE CORPS

L'espace

Le temps

les relations

l'énergie

### Objectif

Utiliser le regard comme « une partie du corps » qui danse aussi, qui crée des effets...

### Proposition de supports sonores

Musique lente énigmatique

♫ *Etrangement instrumental* in Aria 2001

### Inducteur - consigne de départ

Les élèves sont dispersés dans la salle

Consigne : « **Circulez dans la salle. Lorsque vous croisez un camarade, vous le regardez dans les yeux tout en continuant votre chemin. Vous le quittez des yeux le plus tard possible.** »

### Explorer, enrichir, diversifier...

Dominante corps :

- Deux groupes face à face, les n° 1 de chaque groupe se croisent, regard neutre (regard devant soi), les n°2 partent dès que les n°1 ont rejoint le groupe d'en face, ... (= effet cascade)
- Se déplacer sans quitter des yeux un objet posé au sol.
- Se déplacer librement, au signal chacun s'arrête en statue et fixe son regard vers un point donné au départ.
- Idem mais chaque danseur choisit le point à fixer.
- Idem en regardant à travers un cadre.

### Dominante Relations :

- Jeu de l'hypnotiseur : par 2, A dirige B par geste de la main. (fait comprendre à l'autre qu'il doit monter, descendre, reculer, ...). B fixe la main de A du regard et en suit les mouvements avec tout son corps, en déplacement ou pieds fixés au sol.
- Idem avec un meneur pour tout un groupe.
- A 2, avec différents placements possibles (face à face, côte à côte, l'un derrière l'autre) A fait la même chose que B sans le quitter des yeux. Inverser les rôles.
- Par 3 : placement en triangle, le meneur tourne le dos aux deux autres ; quand il se tourne vers l'un des deux autres danseurs, celui qui est regardé devient meneur.

Solidarité : à 5, 6 ou 7 de front, alignés serrés côte à côte, regard fixé droit devant soi, chercher à rester en ligne et à avancer ou reculer ensemble, comme une seule personne, en étant très attentifs aux initiatives des uns et des autres par les contacts ressentis.

### **Structurer :**

Repérer et retenir 3 points dans la salle. Regarder chacun des points successivement, en faisant pour chacun une action différente : déplacement, attitude, descente au sol.

A 2 après un déplacement en dispersion, marquer un arrêt, se chercher du regard, se rejoindre pour reproduire un geste (ou un enchaînement dansé)

### **Rôle de spectateur :**

Observer si le regard de chacun est constamment placé.

Repérer un moment où le regard donne de la force et de l'émotion.



## 3. Le parcours

Tous cycles



Composantes principales



**LE CORPS**

**L'ESPACE**

Le temps

les relations

l'énergie

### Objectif

Réaliser des actions successives dans un parcours aménagé...les mémoriser pour en faire une phrase dansée avec puis sans les aménagements.

### Matériel et Proposition de supports sonores

Matériel : un (ou plusieurs) parcours aménagés, plus ou moins complexe suivant l'âge des élèves, Ex : cônes, cerceaux, tunnel bas, bancs, lattes, briques....

Proposition de supports sonores :

♫ *La révolte des élèves* de René Aubry

### Inducteur - consigne de départ

Le parcours est décliné 4 fois, les élèves sont répartis en 4 groupes, derrière chaque parcours. Les premiers de chaque colonne se déplacent librement sur le parcours et ainsi de suite.

Consigne de départ : « **Tu évolues librement sur le parcours (sauter, tourner, ramper, franchir, s'équilibrer, s'appuyer...) puis tu essayes de faire autre chose que ton camarade.** »

### Explorer, enrichir, diversifier...

1/ Le parcours est en place :

Corps : trouver d'autres actions, traverser, s'éloigner, se rapprocher, hésiter, se précipiter...

Energie : glisser, se frotter, gratter, effleurer, s'élancer, bondir...

Temps : varier les vitesses des actions. Ex : passer lentement à travers les cerceaux à la verticale tourner vite autour du jalon...

2/ Choisir un enchaînement d'actions et le répéter afin de le mémoriser.

3/ Le matériel est retiré et une musique est proposée :

A partir de l'enchaînement retenu varier les amplitudes, les vitesses, introduire des contrastes pour être plus original et créer des effets.

Relation à l'autre (cycle 3) : Apprendre sa phrase à un camarade et réciproquement. Ensemble composer une nouvelle phrase dansée à deux : à l'unisson, en décalé...

### **Structurer :**

Mémoriser la phrase dansée, la reproduire.

Proposition de mise en scène collective : les élèves sont disposés en 4 colonnes, disposés au bord de l'espace scénique. Dans chaque colonne le premier démarre et les suivants partent après deux actions de l'élève précédent. Chaque élève réalise sa phrase dansée deux fois, puis quitte l'espace de danse (en principe au milieu de la salle)

### **Rôle de spectateur :**

Repérer les moments forts qui m'ont plu dans la présentation collective (rencontres, croisements, contrastes...)

## 4. Les zones

Tous cycles



Composante principale



Le corps
<b>L'ESPACE</b>
Le temps
les relations
l'énergie

### Objectif

Réinvestir différentes situations abordées lors d'une unité d'apprentissage pour agir dans un espace délimité en 4 zones précises.

### Matériel et Proposition de supports sonores

Un espace scénique divisé en 4 zones (de moins en moins visibles au fil des séances)

Relativement neutre, qui permette plusieurs formes de travail

♫ *Far West instrumental* in *Aria* 2001

### Inducteur - consigne de départ

Les élèves sont répartis dans les 4 zones.

Consigne de départ : « **Dans chaque zone il y a une consigne : danser uniquement au sol, danser tout saccadé, danser à 2 ou plusieurs, .... Dès qu'on change de zone, on change de consigne. »**

### Explorer, enrichir, diversifier...

Dominante espace :

- augmenter ou diminuer la surface des zones.
- faire apparaître des contrastes haut-bas-moyen.
- définir le sens de rotation pour les changements de zone ou pas, ...

### Dominante temps :

- donner un signal pour les changements de zone ou pas
- orchestrer les changements de zone (tout le monde change en même temps, seul un groupe est désigné pour changer, ...)
- accélérer ou ralentir les mouvements, les changements de zone, ...

### Dominante relations : dans la zone « danser à 2 ou à plusieurs »

- préciser la zone de contact entre les danseurs
- demander des niveaux différents entre les danseurs qui s'associent
- donner un point à fixer du regard par tous les danseurs de la zone ou par les danseurs de toutes les zones

### Dominante énergie :

- définir les zones pour faire apparaître des contrastes (une zone saccadée/une zone toute molle, ...)
- accentuer le changement de zone par un changement de mouvement net, précis

### Dominante corps :

Dans chaque zone faire danser une partie du corps imposée.

## **Structurer :**

L'enseignant peut être le chef d'orchestre qui par un code visuel ou sonore fera varier: l'énergie, les hauteurs, les groupes de danseurs en action...

En maternelle par exemple, un code couleur définira la ou les zones qui se mettent en activité.

Possibilité d'installer une zone spectateurs parmi les 4 zones.

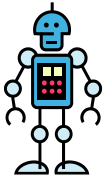
## **Rôle de spectateur :**

Deviner les zones

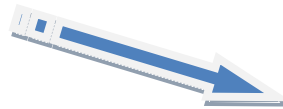
Repérer les consignes associées aux zones.

## 5. Les machines

Tous  
cycles



Composante  
principale



Le corps
L'espace
Le temps
les relations
<b>L'ÉNERGIE</b>

### Objectif

Travailler sur l'énergie : produire des mouvements saccadés, hachés, conduits, brusques, frappés... en dissociant ou coordonnant différentes parties du corps.

### Proposition de supports sonores

*Musiques de rap, de hip-hop, électroniques ou électro-acoustiques*

- ♫ *Acrobate in Ecoutaria 2001*
- ♫ *La batterie de cuisine ou Rumbalsako in Aria 2003*
- ♫ *Messe pour le temps présent de Pierre Henry*

### Inducteur - consigne de départ

**« Vous vous déplacez en marchant. Lorsque j'aurai agité ma baguette magique (C2) ou lorsque je mets la musique en route, vous vous transformerez en machines. »**

### Explorer, enrichir, diversifier...

#### Dominante Corps :

- Varier les évolutions : marcher, rouler, tourner, tanguer, aller au sol, rebondir...
- Varier les parties du corps qui travaillent :
  - Une à la fois : tête qui dit oui, pied qui tape, coude qui monte.
  - Plusieurs ensemble.

- Evoquer des pièces de machines ( pistons, poulies, bras de levier...) des jouets des engins mécaniques... qui creusent, transportent, surveillent, fabriquent...
- Avoir le regard fixe et absent
- La machine se détraque, les mouvements deviennent incontrôlés
- Détraquer une seule partie de la machine (une jambe, une épaule, un coude, le bassin, le genou).

#### Dominante Temps/énergie :

- les actions sont différentes selon que la machine est détraquée ou non
- varier les énergies (mouvements brusques, saccadés, balancés...)
- Etre raide

#### Dominante Relations :

Construire une machine à plusieurs : les pièces s'ajoutent les unes après les autres en cohérence avec le mouvement de la précédente.

#### **Structurer :**

Construire et faire fonctionner une machine qui est ensuite régulée par un « élève-ouvrier » qui l'arrête, la redémarre, l'accélère, la ralentit, la détraque,

#### **Rôle de spectateur :**

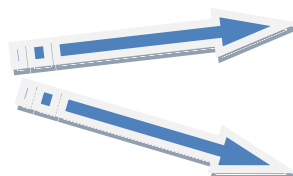
Chaque élève est-il totalement devenu une pièce de machine ? Faire référence à quelques critères : pas de regard, gestes mécaniques, pas de geste parasite...

## 6. Les chutes

Tous cycles



Composantes principales



**LE CORPS**

L'espace

Le temps

les relations

**L'ÉNERGIE**

### Objectif

Descendre au sol de différentes manières

### Matériel

**Matériel** : Balle de tennis, sac de sable, plume, feuille de papier, foulard de jonglage, ...

**Support sonore** : aucun

### Inducteur - consigne de départ

L'enseignant debout sur une chaise fait tomber un objet, les élèves dispersés dans la salle l'observent.

Consigne : « **Regarde tomber l'objet jusqu'à ce qu'il s'immobilise complètement puis tombe comme lui** »

On utilisera successivement différents objets.

### Explorer, enrichir, diversifier...

Dominante corps :

- les objets sont posés au sol dans la salle, les élèves se déplacent librement. Chaque fois qu'ils passent à côté d'un objet ils chutent comme cet objet, se relèvent et poursuivent leur chemin.
- varier les manières de descendre au sol à partir de la position debout : toucher le sol d'abord avec un bras, la fesse, le genou, ...
- descendre par l'avant, par le côté, en tournant, en s'enroulant, ...
- on pourra de la même façon varier les manières de se relever.

### Dominante relation :

- par 2, l'un derrière l'autre. Celui qui est devant se laisse aller en arrière, l'autre le retient sous les aisselles et l'accompagne jusqu'au sol en le tournant vers un côté pour qu'il roule puis se relève et se place derrière à son tour. Recommencer en inversant les rôles. Enchaîner ainsi une suite de chute/relevé à 2.

Le bonhomme de neige qui fond : Déplacement libre en musique. Quand le volume de la musique baisse, descendre au sol comme si l'on fondait jusqu'à la position allongée sur le dos. Quand la musique remonte, se relever par le même chemin.

### **Structurer :**

Composer une phrase corporelle pour traverser l'espace scénique comprenant deux déplacements différents et deux chutes avec des énergies différentes.

### **Rôle de spectateur :**

Repérer le contraste entre les deux chutes.

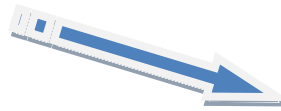


## 7. Les éléments : l'eau et le feu

Tous  
cycles



Composante  
principale



Le corps
L'espace
Le temps
les relations
<b>L'ÉNERGIE</b>

### Objectif

Réguler son énergie en mettant en évidence des contrastes. Nous ferons ici le choix d'associer :

- ✚ A l'eau : lenteur, fluidité et rondeur
- ✚ Au feu : vivacité, rapidité, énergie forte

### Proposition de supports sonores

- ♪ Musiques "planantes" pour l'eau : Enya, J-M Jarre, ...
- ♪ Musiques toniques pour le feu : symphonies, Carmina Burana, Guem...

### Inducteur - consigne de départ

Les deux musiques sont proposées en alternance.

Consigne : « **Quand la musique est douce, tu dances comme dans de l'eau... Quand la musique est vive, tu dances comme dans du feu, tu es une boule de feu, une étincelle, le sol est brûlant...** ».

### Explorer, enrichir, diversifier...

Dans chaque registre, spécifier les mouvements (énergie), et les travailler avec toutes les parties du corps.

#### Eau :

- ✚ Rechercher l'amplitude,
- ✚ Evoluer en courbes,
- ✚ Arrondir le tronc, les bras, les trajets, tourner...

### **Feu :**

- ✚ Evoluer avec vivacité et force, mais aussi avec contrôle,
- ✚ Produire des pics d'énergie comme des explosions,
- ✚ Aller loin dans chaque mouvement, penser à se déplacer vivement.

### **Structurer :**

2 musiques sont proposées alternativement. Reconnaître chacune et évoluer selon le thème qu'elle évoque.

Mise en scène : les uns choisissent l'eau, les autres le feu. On démarre en position de statue (au choix) et seuls ceux dont la musique démarre dansent parmi les statues. Quand leur musique s'arrête, ils se figent, et les autres s'animent quand ils entendent leur musique.

NB : utiliser le « paysage de statues » en dansant.

### **Rôle de spectateur :**

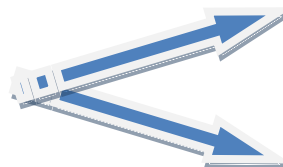
Le contraste entre eau et feu est-il clair ?

## 8. Le triangle et le tambourin

Tous cycles



Composantes principales



**LE CORPS**

L'espace

Le temps

les relations

**L'ENERGIE**

### Objectif

En réponse à un son, faire varier les énergies en fonction du son qu'on entend (lié-saccadé).

### Proposition de supports sonores

Le triangle et le tambourin.

Alternance de deux musiques : saccadée et liée.

### Inducteur - consigne de départ

Les élèves sont en dispersion dans la salle. L'enseignant actionne alternativement le triangle ou le tambourin.

Consigne : « **vous bougez tant que vous entendez le son d'un instrument et vous arrêtez dès qu'il y a silence.** »

### Explorer, enrichir, diversifier...

#### Dominante espace et corps :

- en réponse au son, explorer l'espace dans ses 3 dimensions.
- en déplacement ou les pieds fixés au sol.
- Associer un ou des verbes d'action à chaque instrument.

#### Dominante relations :

- par 2, l'un répond au son du tambourin, l'autre répond au son du triangle. Il est possible de faire résonner les 2 instruments alternativement ou en même temps.
- Idem mais en tenant compte du partenaire (se répondre corporellement, aller au contact...)

#### Dominante temps et énergie :

Faire correspondre le mouvement au son : mouvement sec et court en réponse au tambourin, mouvement lent et qui dure en réponse au triangle.

### Structurer :

Par 2, mémoriser en alternance une succession de mouvements, triangle (lié), tambourin (saccadé) sans le support musical.

### Rôle de spectateur :

Repérer les 2 énergies.

## 9. Les éléments (le vent et la terre)

Tous  
cycles



Composante  
principale



### LE CORPS

L'espace

Le temps

les relations

l'énergie

### Objectif

Créer des formes dansées alternant des déplacements aériens et d'autres plus enracinés (appuis au sol)

### Proposition de supports sonores

- ♫ Vent : Vivaldi - *Les nuages* in *Aria* 1998 ou *Nomade* in *Aria* 2004
- ♫ Terre : *Diggérido* (instrument aborigène Australie) – Guem (percussions)

### Inducteur - consigne de départ

Deux morceaux musicaux spécifiques sont choisis et proposés alternativement.

**Consigne de départ** : « *repère la musique qui fait penser au vent, à la terre... puis selon la musique, évolue au pays du Vent ou au pays de la Terre* ».

### Explorer, enrichir, diversifier...

#### Vent :

- Varier la force du vent : la brise, la tempête, le tourbillon....
- Imaginer qu'on est une feuille qui tourbillonne (travail de la chute)
- Varier les hauteurs dans les déplacements (haut bas moyen).
- Se déplacer sur une ligne à deux et imaginer qu'un vent fort rend la progression difficile....

#### Terre :

- Varier les contacts à la terre pour se déplacer (mains, coudes, , ventre...).
- Jouer sur le poids (comme si on était plus ou moins lourd).
- Varier les hauteurs dans les déplacements (haut bas moyen).

S'inspirer des gestuelles liées au travail de la terre (labourer, modeler, creuser, bêcher, rouler, aplatir, ...)

### Structurer :

Mémoriser une phrase dansée dans laquelle on retrouve les deux éléments.

L'apprendre à un camarade. La présenter sur une musique neutre (Trilok Gurtu)

### Rôle de spectateur :

Reconnaître les moments correspondant aux éléments.

Observer l'utilisation de l'espace dans les déplacements.

# 10. Pit le pingouin

Cycle  
1



Composante  
principale



## LE CORPS

L'espace

Le temps

les relations

l'énergie

### Objectif

Se déplacer de différentes manières et enrichir la gestuelle.

### Proposition de supports sonores

- ♪ *Nouveau monde* de René Aubry in *Projection privée*
- ♪ *La Marche* de Bruno Coulais in *Himalaya*
- ♪ BOF « Le peuple migrateur » de Bruno Coulais

### Inducteur - consigne de départ

Le livre « PIT LE PETIT PINGOUIN » de Marcus Pfister

Texte français : A. Marie Chapouton - Editions Nord-Sud

Situation de départ :

En classe, avant chaque séance, un rappel est fait sur les actions des pingouins et leurs attitudes.

Consigne de départ :

- 1) ***Marche comme Pit ou comme un grand pingouin.***
- 2) ***Nage comme les pingouins, de différentes manières***
- 3) ***Imite les jeux de Pit.***

### Explorer, enrichir, diversifier...

#### Déplacements

- marcher en étant pataud.
- marcher en utilisant les bras (ailes) ou en les gardant collés le long du corps.

- être petit – être grand.
- se suivre et imiter.
- glisser, tout droit, en avant, en arrière en faisant des virages.
- nager de différentes manières.

#### Actions/mouvements

- faire des pirouettes – tomber – se relever sans les mains.
- sautiller – s'aplatir – se relever de différentes manières.

#### Dominante Relations :

- A plusieurs : marcher et se suivre, au même rythme, à un rythme différent. (cf. film la marche de l'Empereur)

Remarque : il est intéressant de construire un imagier à partir des verbes d'actions.

#### **Structurer :**

Nommer les séquences : la marche des pingouins – la glissade des pingouins – la nage des pingouins – les jeux de Pit. Enchaîner les 3 séquences pour faire la danse des pingouins.

- Choisir un déplacement marché (en étant pataud et petit, en étant grand les bras collés le long du corps....) A l'unisson, en allant dans le même sens, en étant regroupés (les élèves peuvent se toucher) faire la marche des pingouins.
- En dispersion, certains élèves réalisent la glissade des pingouins, d'autres la nage des pingouins

Tous ensemble, mais librement, les élèves réalisent les pirouettes, les sautillés et les chutes de Pit.

#### **Rôle de spectateur :**

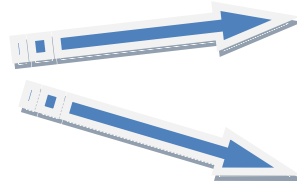
Je reconnais ce que font les pingouins dans le livre.

# 11. La peur

Cycle  
1



Composantes  
principales



**LE CORPS**

L'espace

Le temps

les relations

**L'ENERGIE**

## Objectif

*Evoquer la peur par des mouvements, des déplacements, des regards et des attitudes.*

## Matériel

*Des cartons ouverts, assez grands pour qu'un enfant se cache à l'intérieur (1 par enfant), ou des tables recouvertes de tissu, des cachettes ...*

### Support sonore :

Dead can dance : « Nierika » et « devorzhum »

Guem : « afrique tango » et « forêt vierge »

## Inducteur - consigne de départ

Les cartons sont répartis dans la salle, et les enfants se cachent à l'intérieur.

### **Consigne de départ :**

**« Vous êtes caché dans le carton, c'est votre maison, vous y êtes en sécurité. Vous avez un peu peur d'en sortir, mais vous voulez quand même voir ce qu'il y a dehors quand vous entendez la musique. Vous en sortez donc prudemment, en faisant bien attention, et vous vous déplacez prudemment dans la salle »**

## Explorer, enrichir, diversifier...

- Sortir du carton :
  - Regarder dehors : jouer sur les vitesses : par ex, sortir la tête doucement et la rentrer vite
  - Se mettre debout : en regardant partout autour de soi, en marquant des arrêts comme si on entendait un drôle de bruit
  - enjamber les bords avec précaution, toujours en regardant partout
- se déplacer dans la salle :
  - marcher lentement en regardant autour de soi (marche retenue, bras écartés du corps...)
  - s'effrayer par moments, sursauter

- Se déplacer vite puis se cacher derrière un carton (rythme : vite / stop), plusieurs fois
- en ajoutant des signaux sonores brusques et forts à des endroits de la salle (le M se déplace dans la salle et donne un coup de tambourin) :
  - Au signal (coup de tambourin) faire comme si le M nous faisait peur (faire une statue effrayée) : travailler sur les attitudes (placer les bras, le corps, le regard, changer de hauteur...)
  - Au signal se sauver en évitant les autres et aller dans son carton : travailler la vivacité des déplacements, les trajets en zigzag, la vitesse d'exécution pour entrer dans le carton
  - Au signal s'effrayer (attitude) puis se regrouper tous à un endroit prévu à l'avance en reculant pour fuir le M : marcher lentement en regardant le M.

### **Structurer :**

Démarrer caché dans le carton, en sortir précautionneusement quand la musique démarre. Se déplacer en étant inquiet.

Un enfant se promène avec le tambourin, il est celui qui fait peur.

Quand il frappe sur le tambourin (la musique s'arrête), réagir soit en se sauvant, soit en faisant une statue de peur.

Quand la musique redémarre, reprendre des déplacements prudents.

Au coup de tambourin suivant, réagir à nouveau, etc.

Un double coup de tambourin marque le final, et les enfants font une dernière statue de peur, ou s'écroulent sur place (jouer à « mourir de peur »)

### **Rôle de spectateur :**

Sent-on qu'ils sont inquiets ?



# 12. voyage imaginaire dans la forêt

Cycle  
1



Composantes  
principales



<b>LE CORPS</b>
<b>L'ESPACE</b>
Le temps
les relations
l'énergie

## Objectif

A partir de cinq verbes d'action, développer une gestuelle personnelle, transférable dans un espace de danse structuré

## Matériel

### Support(s) sonore(s)

Une musique douce qui invite à explorer un monde imaginaire.

Une alternance de musique douce et lente avec une musique accélérée pour le passage d'un lieu à un autre.

## Inducteur - consigne de départ

**Inducteur** : un voyage imaginaire dans une forêt

Les enfants sont regroupés autour de l'enseignant afin d'échanger sur ce voyage. L'enseignant schématise ensuite une liste de verbes visible par toute la classe. L'enseignant choisit cinq actions pertinentes et les schématise sur une autre affiche. Les enfants effectuent une lecture de ces verbes.

**Consigne de départ** :

**« Vous venez avec moi tout au fond de la salle et vous écoutez bien mon histoire. Vous allez me suivre et vous n'avez pas le droit de me dépasser. Ecartez-vous bien pour que tout le monde puisse faire les mouvements en même temps que moi. »**

Exemples de verbes : pousser – s'ouvrir et se fermer – s'équilibrer – tourbillonner – sauter.

## Explorer, enrichir, diversifier...

CORPS :

- Pousser : la forêt est épaisse, pousser les branches avec les bras, les jambes, le dos... pour cela, s'étirer sur les côtés, vers l'avant, vers l'arrière. Allonger le corps pour passer sous les branches, pour les écarter. La promenade est difficile, longue et lente. Les mouvements sont amples et au ralenti.
- S'ouvrir et se fermer : dans la clairière inondée de soleil, s'ouvrir pour prendre le soleil, se fermer pour se cacher du soleil. Aller de l'étirement maximal au regroupement sur soi. Varier les appuis et tester différents étirements et regroupements.
- S'équilibrer : Sur un chemin parsemé de rochers plus ou moins gros et plus ou moins stables, s'équilibrer pour ne pas tomber. Alternier petits et grands déplacements.

- Tourbillonner : Au sommet de la montagne, il y a un véritable courant d'air. Se laisser porter par le vent, voler comme des feuilles d'automne, tourbillonner, s'élever en retombant sur le sol après plusieurs pirouettes.
- Sauter : devant le ruisseau, sauter sur l'autre rive. Petits sauts, grands sauts, 2 pieds, un pied, un pied arriver deux pieds...appels et réception seront divers.

Après un passage avec l'enseignant, les enfants vont explorer les gestuelles liées aux verbes d'action choisis.

### **Structurer :**

Il s'agit de structurer l'espace de danse à partir d'un plan avec les schémas correspondant aux verbes et de circuler dans un espace de danse structuré.

- Les enfants sont assis au centre avec l'enseignant. Ensemble ils partagent la salle en quatre lieux représentant 4 verbes. Au milieu, il y aura la rivière. Quand chaque lieu est repéré par tous, un enfant va coller sur le mur le dessin correspondant. Les enfants sont invités à se souvenir du voyage dans la forêt et à associer les verbes d'action.
- L'enseignant répartit la classe en quatre groupes. Chaque groupe démarre son voyage dans un coin de sa salle, soit de manière alternée, soit en même temps. Chaque groupe est autonome, mais les enfants du même groupe doivent voyager ensemble. Ils adaptent leur gestuelle aux exigences des lieux. Ils changent de lieu au signal et en franchissant la rivière. (tambourin, claves, changement de musique...)

### **Proposition de mise en scène :**

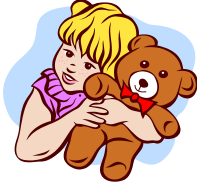
- Au préalable, une écoute musicale est nécessaire. L'enseignant demande aux enfants de lever la main quand la musique accélère : c'est le moment de se déplacer pour changer de lieu et sauter la rivière. Quand la musique devient plus douce, on baisse la main : c'est le moment de rester dans un lieu et de le visiter.
- ½ classe de danseurs, ½ classe de spectateurs.
- Les danseurs sont répartis dans les 4 lieux.
- Ils font un premier voyage par groupe, en sautant la rivière avant de changer de lieux, puis un deuxième voyage librement.

### **Rôle de spectateur :**

Est-ce que les actions correspondent bien aux lieux ?

# 13. Mon doudou

## Cycle 1



Composante principale



### LE CORPS

L'espace

Le temps

les relations

l'énergie

### Objectif

Passer d'un geste ordinaire à un geste dansé et varier la gestuelle.

### Matériel et Proposition de supports sonores

#### Matériel :

*Un doudou ou une peluche par élève.*

#### Proposition de supports sonores : chansons lentes

- ♫ *Une chanson douce* d'Henri Salvador
- ♫ ORYEMA
- ♫ *Plaisirs d'amour* de René Aubry
- ♫ *Rachel's balloon in dream* in Aria 2001

### Inducteur - consigne de départ

Les élèves sont dispersés dans la salle

Consigne de départ : « **danse avec ton doudou ou ta peluche ou fais danser ton doudou ou ta peluche** ».

### Explorer, enrichir, diversifier...

#### Dominante Corps :

- Porter la peluche de différentes façons (une main, deux mains, entre l'épaule et la tête, sous le bras, contre le ventre, contre la poitrine, sur le dos, un pied, une cuisse...)
- danser sur place en faisant des actions différentes : balancer, tourner, sauter, descendre au sol, lancer, monter, descendre...

- danser en faisant de grands gestes/en faisant de petits gestes

Dominante Espace :

- Se déplacer en avant, en arrière, sur le côté
- Se déplacer en tournant
- Se déplacer debout, au sol, sur les genoux
- Poser tous les doudous au sol et danser entre les doudous.

Dominante Temps/énergie :

- danser lentement/vite

**Structurer :**

Enchaîner un déplacement et un mouvement dansé sur place, et le répéter plusieurs fois.

Enchaîner un déplacement et un mouvement dansé au sol, et le répéter plusieurs fois.

Faire la même danse sans l'objet, mais comme si on l'avait.

Par ½ groupe : observateurs /acteurs

**Rôle de spectateur :**

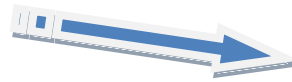
Repérer les deux actions : un déplacement et un mouvement sur place ou au sol.

# 14. Les deux arbres

Cycles  
1 & 2



Composante  
principale



Le corps
L'espace
Le temps
<b>LES RELATIONS</b>
l'énergie

## Objectif

Réaliser des actions à deux pour danser la danse des deux arbres.

## Matériel et Proposition de supports sonores

### Matériel :

Album « Les deux arbres » Elisabeth Brami et Christophe Blain, collection « les albums Duculot - Editions Castermann

### Proposition de supports sonores :

- ♫ *Dicking up brides* in BOF « Le dernier empereur »
- ♫ *Steppe* ou *Plaisir d'amour* de René Aubry
- ♫ *Cavalina* ou *l'heure exquise* in UTOPIA de Reynaldo Hahn
- ♫ BOF « Le peuple migrateur » de Bruno Coulais

## Inducteur - consigne de départ

L'histoire « Les deux arbres »

Consigne de départ : « **Par deux, côte à côte, trouvez toutes les façons de se toucher** »

## Explorer, enrichir, diversifier...

### Dominante Corps :

- Par deux, côte à côte, et proches : trouver tous les contacts possibles.
- Par deux, côte à côte éloignés, reproduire les mêmes actions ou d'autres en amplifiant les mouvements (sans contact).

Par deux serrés l'un contre l'autre de différentes façons, danser sans rompre le contact.

### **Structurer :**

- Par deux côte à côte, enchaîner trois contacts en étant proches puis les mêmes en étant éloignés

On appellera cette partie « côte à côte »

- Par deux face à face, choisir une manière de se tenir serrés, puis bouger avec les parties du corps qui restent mobiles

On appellera cette partie « étreinte »

- Pour faire la danse des deux arbres, enchaîner les deux parties.

### **Proposition de mise en scène :**

Des binômes sont éparpillés dans la salle. Les élèves côte à côte sont proches. Ils enchaînent trois contacts différents, se donnent la main, se lâchent, s'éloignent et se retrouvent pour refaire le même enchaînement, se lâchent, s'éloignent, se retrouvent pour faire l'enchaînement en étant moins proches, une fois.

La danse se termine : les élèves se tiennent serrés, en mêlant les parties du corps de leur choix.

### **Rôle de spectateur :**

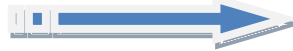
Est-ce qu'on ressent le lien entre les deux arbres ?

# 15. Le tissu

Cycles  
1 & 2



Composante  
principale



Le corps
L'espace
Le temps
les relations
l'énergie

## Objectif

Matérialiser la durée du silence corporel à l'aide d'un tissu très léger.

## Support sonore

Aucun.

## Inducteur - consigne de départ

Situation de départ :

Chaque élève a en sa possession un rectangle de tissu de 1,20 m sur 50 cm environ. Il le tient devant lui, dans le sens de la hauteur, de façon à ne laisser dépasser que sa tête et ses pieds.

Le jeu consiste à courir dans une direction et à s'arrêter brusquement. Le tissu est d'abord plaqué sur le corps par le vent de la course, puis soulevé dès que le danseur s'arrête. On doit alors respecter un silence corporel total, jusqu'à ce que le tissu revienne en contact avec le corps. On peut alors repartir dans une autre direction.

Consigne de départ : **«Cours en tenant le tissu devant toi. Arrête-toi brusquement, puis repars dans une autre direction lorsque le tissu est revenu en contact avec ton corps»**

## Explorer, enrichir, diversifier...

### Dominante Corps :

Faire le même jeu en reculant, en alternant course en avant et course en arrière.

Reprendre le travail sans tissu, en insistant sur l'importance de la respiration : inspirer dans la course, souffler pendant la suspension.

### **Structurer :**

Se déplacer à plusieurs en retenant 4 changements de direction. A l'issus du 5<sup>ème</sup> déplacement, le groupe se retrouve à son point de départ.

### **Rôle de spectateur :**

Quel groupe je préfère ? Pourquoi ?

# 16. Le sac de sable

Cycle  
2



Composante  
principale



LE CORPS
L'espace
Le temps
les relations
l'énergie

## Objectif

Grâce à un accessoire, le sac de sable, travailler sur les sensations de poids et l'énergie.

## Proposition de supports sonores

Silence ou percussion ou bruitage avec la voix.

## Inducteur - consigne de départ

Chaque danseur dispose d'un petit sac de sable.

Consigne : **«*Tout en dansant, manipule de différentes façons ton sac de sable*»**

## Explorer, enrichir, diversifier...

Dominante corps :

Diversifier les actions : lancer, rattraper, tirer, pousser, jeter, tenir en équilibre, faire glisser, porter de différentes façons...

Dominante Energie :

Varié les réponses en imaginant que les sacs ont différents poids.

**Reprendre le travail sans sac, en essayant de bouger de la même façon, d'avoir les mêmes sensations.**

## Structurer :

Se déplacer en portant le sac de façon originale ( sur la tête, le ventre, le dos...) en intégrant trois actions différentes : « sac lancé », « sac glissé », « sac bercé »... Répéter la phrase pour la mémoriser.

Idem sans sac

## Rôle de spectateur :

Je saurais reproduire l'enchaînement repris plusieurs fois par un camarade....



# 17. Les traversées

## Cycle 2



Composantes  
principales



**LE CORPS**

**L'ESPACE**

Le temps

les relations

l'énergie

### Objectif

Être capable de traverser un espace en tenant compte des autres.  
Réaliser des déplacements variés dans l'espace en tenant compte des autres.

### Matériel et proposition de supports sonores

Des plots ou bandes caoutchoutées...

- ♫ Toure kunda ou Guem.
- ♫ *Symphonie d'objets abandonnés* in Aria 2003
- ♫ *Rock'n'drôle Instrumental* in Aria 2004

### Inducteur - consigne de départ

Un espace scénique rectangulaire est matérialisé.

**Consigne de départ** : « *Circulez librement (comme dans la rue) autour de l'espace rectangulaire. Quand vous choisissez d'y entrer, vous le traversez tout droit de façon énergique et rythmée, en tenant compte des autres* ».

### Explorer, enrichir, diversifier...

- Traverser en regardant fixement un point.
- Varier les façons de traverser (hauteurs, énergies, modes de déplacement, vitesses....)
- Changer de trajectoire ( zig-zig, courbe, tourner sur soi-même.
- Traverser avec un camarade épaule contre épaule ou en se disant quelque chose dans l'oreille....
- Traverser tous au signal

### Structurer :

Retenir deux modes de déplacements différents pour 2 traversées et les réaliser plusieurs fois.

Quand je rencontre un camarade je peux choisir de le suivre en l'imitant.

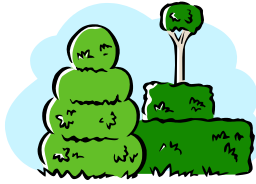
### Rôle de spectateur :

Comparer les déplacements hors et dans l'espace scénique.

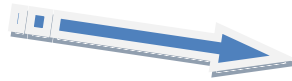
Repérer les effets intéressants produits par les rencontres.

# 18. Le jardin japonais

Cycles  
2 & 3



Composante  
principale



Le corps
L'espace
Le temps
<b>LES RELATIONS</b>
l'énergie

## Objectif

Utiliser son corps et celui des autres pour créer des tableaux (orientés vers un public).

## Proposition de supports sonores

Aucun

## Inducteur - consigne de départ

Par groupes de 5 ou 6 dans des espaces séparés :

Créer, en allant se placer successivement sur la scène (convenue à l'avance) un tableau, une composition collective intéressante. L'un se place, puis un autre a une idée et vient s'ajouter au paysage, puis un autre...

Consigne de départ : « **chacun son tour, allez vous placer dans le tableau** »

## Explorer, enrichir, diversifier...

- Jouer avec les volumes, les postures, les espaces... Utiliser les formes produites par les autres pour s'imbriquer et penser à ceux qui s'ajouteront ensuite. Proposer des postures originales.
- Thèmes possibles : (cf fiche rencontres) : postures à trous, horizontal/vertical, tout en ronds, haut/bas... Scène de rue, scène de jeu, de bagarre, paysage, photos de vacances...
- Ajouter une composante « regards » : le premier regarde un point, tous les autres feront de même.

Entrer en scène avec des déplacements variés dans leurs vitesses.

## Structurer :

Enchaîner ensemble 3 tableaux différents en 3 lieux différents (quitter les tableaux comme on veut, 1 par 1 ou tous ensemble).

## Rôle de spectateur :

Quel tableau je préfère des 3 ? Pourquoi ?

# 19. Modelages

Cycles  
2 & 3



Composante  
principale



LE CORPS
L'espace
Le temps
les relations
l'énergie

## Objectif

Créer des formes statiques en les visualisant. Mémoriser des formes de corps et les reproduire. Les organiser pour créer des tableaux

## Support sonore

Aucun

## Inducteur - consigne de départ

**« Par 2, l'un est modelleur, l'autre est modelé. Le modelleur crée une statue avec le corps de l'autre, qui se laisse faire comme un pantin ». Inversez les rôles. »**

## Explorer, enrichir, diversifier...

*Les modelleurs laissent leur statue et vont regarder les autres statues alentours. Les statues lâchent leur posture, marchent un peu, et la refont un peu plus loin*

## Donner des consignes au modelleur :

- une statue « pointue, ou ronde, ou hérissée, ou plate, ou tordue... »
- une statue rigolote, ou effrayante, ou monstrueuse, ou accueillante.
- une statue haute, ou basse.
- une statue qui représente une table, une chaise, un arbre, un oiseau...
- une statue modelée par plusieurs élèves.
- imiter une statue.
- à partir d'une position statue, animer une partie du corps

## Plusieurs sculpteurs construisent un monument avec plusieurs statues :

- exiger un contact entre les statues
- exiger 3 hauteurs différentes

### **Structurer :**

Mémoriser 3 postures, et les intégrer dans une phrase dansée dont la structure est imposée.

Exemples (les postures sont tenues 3 secondes) :

posture 1, un déplacement + un saut,

posture 2, descendre au sol,

posture 3.

Composer à 2 ou 3 des successions de tableaux immobiles, liées entre eux par des déplacements simples. (on peut proposer une chronologie entre les différents tableaux, comme des images de BD)

### **Rôle de spectateur :**

Apprécier la gestion de l'espace, les volumes... l'esthétique des ensembles.

Repérer les « moments-statues » qui doivent être parfaitement clairs (immobilité totale).

## 20. Les ballons de baudruche

Cycles  
2 & 3



Composante  
principale



Le corps
<b>L'ESPACE</b>
Le temps
les relations
l'énergie

### Objectif

Utiliser l'espace. Utiliser la légèreté d'un accessoire attrayant pour danser avec des mouvements amples et variés.

### Matériel et Proposition de supports sonores

#### Matériel :

- Des ballons de baudruche

#### Proposition de supports sonores :

*Musiques lentes ou plus rythmées pour varier les difficultés et les réponses*

♫ *Etrangement in Aria 2001*

### Inducteur - consigne de départ

Les élèves sont répartis dans la salle et disposent d'un ballon de baudruche.

Consigne de départ : « **Danse en faisant voler le ballon de différentes façons** »

### Explorer, enrichir, diversifier...

- Essayer d'envoyer le ballon au dessus de soi
- Danser en maintenant deux ballons dans l'espace.
- Interdire l'usage des mains pour repousser le ballon vers le haut et chercher à utiliser toutes les parties du corps possible.

- Varier les morceaux de musique pour diversifier les réponses.
  - ⊖ Musique douce : faire voler le ballon de façon douce et régulière, sans à-coups, en le touchant le moins souvent possible. Bouger comme lui, seul ou à deux...
  - Musique rythmée : repousser le ballon de façon plus sèche et dynamique. Bouger comme lui, seul ou à deux...

Danser pendant que le ballon est en l'air (aller au sol, tourner, sauter...)

### **Structurer :**

Sans ballon, les élèves choisissent une musique lente ou une musique plus rythmée. La séquence musicale dure 15 s. Les élèves dansent comme s'ils possédaient un ballon invisible, en reproduisant les gestes qu'ils faisaient pour le lancer, en respectant la même vitesse.

Si j'étais un ballon de baudruche :

Les élèves dansent comme s'ils étaient devenus le ballon,

### **Rôle de spectateur :**

Arrive-t-on à deviner la présence d'un ballon.

Les mouvements sont amples et légers.

# 21. Les sacs d'air

Cycles  
2 & 3



Composantes  
principales



**LE CORPS**

**L'ESPACE**

Le temps

les relations

l'énergie

## Objectif

Explorer tout l'espace : directions, trajets, hauteurs (haut, moyen, bas)  
Travailler l'amplitude et la continuité de tous les mouvements.

## Matériel et Proposition de supports sonores

Matériel : des sacs poubelle de 30 litres (de préférence de couleur)

Proposition de supports sonores : musiques douces et qui incitent à tourner

♫ *Plaisir d'amour* de René Aubry

♫ *Kitchen follies instrumental* in *Aria* 2003

## Inducteur - consigne de départ

Les élèves sont répartis dans la salle et disposent tous d'un sac. 1/3 démarre debout, 1/3 à genoux, 1/3 au sol.

Consigne de départ : « **Faites danser le sac de toutes les manières possibles de sorte qu'il soit toujours rempli d'air. Vous démarrerez debout, à genoux ou au sol et vous changerez au signal** » (prévoir un ordre).

## Explorer, enrichir, diversifier...

Comment faire pour que le sac soit toujours rempli d'air :

- Faire tourner ou balancer le sac
- Se déplacer sans cesse (en avant, en arrière, sur le côté...)
- Maintenir des mouvements continus

Comment varier sa danse :

- Varier les espaces corporels (avant, arrière, vers le haut, vers le bas, à mi-hauteur...).

- Varier les vitesses (lent pour balancer, vite pour tourner...).
- Introduire un passage au sol, un saut, un lâcher/rattraper...

Comment rendre sa danse plus expressive : le regard suit les mouvements du sac.

### **Structurer :**

Enchaîner : tourner, balancer (ou autre verbe) plusieurs fois sans s'arrêter.

Enchaîner : se déplacer, prendre une impulsion, tourner, balancer... passer au sol plusieurs fois (ordre au choix)

Fixer la phrase dansée, puis la réaliser sans le sac.

Mise en scène collective : par 6, se placer en dispersion dans l'espace. Reproduire trois fois sa phrase dansée avec un arrêt de 3 secondes entre chacune.

### **Rôle de spectateur :**

*Les 3 hauteurs sont investies.*

*Le sac semble-t-il toujours présent ?*



## 22. la feuille de papier

Cycles  
2 & 3



Composante  
principale



LE CORPS
L'espace
Le temps
les relations
l'énergie

### Objectif

Contraindre le danseur à utiliser des parties de son corps souvent délaissées.

### Proposition de supports sonores

Musiques rythmées, légères....

- ♫ *Tzigane* in Aria 2002
- ♫ BOF 37°2 le matin
- ♫ Rondo Veneziano

### Inducteur - consigne de départ

Chaque danseur a une feuille de papier qu'il doit tenir de la façon indiquée par l'enseignant (exemple : coincé entre son buste et son bras gauche). On choisira pour commencer une musique assez lente.

Consigne de départ : **«Déplace-toi en écoutant la musique et sans faire tomber la feuille de papier coincée entre .... et ....»**

### Explorer, enrichir, diversifier...

#### Dominante Corps:

Chercher d'autres manières de tenir la feuille: avec la tête, une jambe, les 2 à la fois,...

Faire des mouvements avec les parties du corps restées libres, sur place puis en déplacement.

Se déplacer debout ou couché, en allant au sol, en se relevant,...

Reprendre l'activité sans feuille de papier.

### **Dominante Energie :**

Expérimenter certaines réponses en faisant des mouvements lents. Idem avec des mouvements brusques, saccadés...

### **Dominante Relation :**

Par 4 ou 5, l'un se déplace en tenant la feuille d'une certaine façon et s'arrête dans une posture, les autres le rejoignent en l'imitant. Changer de leader. Chaque leader tiendra la feuille d'une autre façon.

### **Dominante Espace :**

Chaque leader choisit une direction différente.

### **Structurer :**

Se regrouper par 4 ou 5, chacun à son tour proposera un déplacement que les autres imiteront (la feuille est imaginaire). Ceci aboutira à un petit enchaînement de 4 à 5 mouvements différents, repris plusieurs fois. On peut également y intégrer des variations d'énergie : rythme rapide pour le premier, lent pour le second, saccadé pour le troisième...

On peut également imaginer des décalages dans le temps (départ en canon, différé, cascade...)

### **Rôle de spectateur :**

Deviner où est la feuille de papier imaginaire.

Retenir un mouvement rendu original par la tenue de la feuille imaginaire.

## 23. Les verbes

Cycles  
2 & 3



Composante  
principale



LE CORPS
L'espace
Le temps
les relations
l'énergie

### Objectif

Créer un mini enchaînement en se servant de trois verbes d'action

### Matériel et Proposition de supports sonores

Des étiquettes géantes où sont écrits des **verbes d'actions** (*pousser, tirer, lancer, glisser, bondir, s'étirer, monter, descendre, se cacher, se balancer, monter... etc.*)

### Inducteur - consigne de départ

Les étiquettes géantes sont posées au sol-

Consigne de départ : « **Promenez-vous dans l'espace, quand vous passez à côté d'une étiquette, vous faites l'action indiquée** »

### Explorer, enrichir, diversifier...

- Pour un même verbe trouver plusieurs réponses (par ex. changer de hauteur...).
- Agrandir les gestes / les rapetisser. Les accélérer / les ralentir.
- Les réaliser en avançant, en reculant, en tournant...
- Choisir deux ou trois verbes et créer une phrase dansée.
- Apprendre sa phrase à un camarade (il imite).

### Structurer :

- Choisir deux ou trois actions et les enchaîner dans une phrase
- Créer une chorégraphie à plusieurs combinant les phrases de chacun

### Rôle de spectateur :

- Observer l'utilisation de l'espace
- Reconnaître les verbes choisis

## 24. Les postures

Tous  
Cycles

CF document « danse et création à l'école » CP EPS 68



Composante  
principale



LE CORPS
L'espace
Le temps
les relations
l'énergie

### Objectif

Construire des modules de danse en associant et mémorisant des postures.

### Matériel

Collections d'images par thème (sport, Afrique, animaux...)

Collection d'images représentant différentes postures

### Inducteur - consigne de départ

Circuler dans toute la salle où sont disposées au sol des images de postures.

Consigne de départ : « **circulez dans la salle et, au signal, reproduisez la posture de l'image la plus proche de vous, en marquant l'immobilité 3 secondes, puis circulez à nouveau.** »

### Explorer, enrichir, diversifier...

Explorer, enrichir, diversifier....

- Idem avec des images par thèmes
- Sans les images, circuler dans la salle et au signal créer des postures demandées par le M :
  - Postures ayant 2, 3, 4, .. appuis au sol (ou « sur 2 pieds + 1 main », « sur les fesses + les mains »,...)
  - Postures représentant « une table », « un avion », « un parapluie »...
  - Posture qualifiée : « tordue », « ronde », « enroulée », « pointue »...
- Adopter la posture très brusquement, la quitter très doucement... ou l'inverse.
- Adopter la posture doucement, puis la quitter en activant d'abord seulement une partie du corps (une main qui commence à se balancer, un pied qui tape le sol de plus en plus,...) dont le mouvement s'amplifie et emmène progressivement tout le corps.

- Enrichir les déplacements en s'inspirant de la posture (cycle 3). Ex : d'une posture haute se déséquilibrer, chuter puis se déplacer au sol...d'une posture arrondie, basculer, rouler, tourner...

- Composer 2 groupes A et B :

- Tous se déplacent. Au 1<sup>er</sup> signal, les A adoptent une posture qu'ils ont retenue et la maintiennent, les B continuent de se déplacer. Au signal suivant, inverser : les B sont figés et les A se déplacent.
- Chaque élève retient 3 postures différentes, qu'il reproduira entre 2 phases de déplacement libre. (au 1<sup>er</sup> signal posture 1 ; au 2<sup>ème</sup> signal déplacement libre ; au 3<sup>ème</sup> signal posture 2, etc). Le M donnera 2 types de signaux : un pour les A (tambourin) et un pour les B (grelot). Activer les uns et les autres (ils s'immobilisent ou repartent en déplacement sur leur signal).
- Associer un A et un B. Au 1<sup>er</sup> signal, A adopte une posture, B continue de se déplacer. Au suivant, B va près de A et adopte sa posture ; A part en déplacement. B transforme la posture initiale de A à sa guise puis la fige. Au signal suivant, A rejoint B et imite sa posture, puis B se déplace... Etc.
- Avec A et B : A adopte une posture, puis au signal suivant B vient près de lui et invente une posture qui s'assortit à celle de A (elle lui répond, ou elle la complète, ... *à travailler auparavant avec quelques exemples*). Puis A défait sa posture, B reste en posture puis la quitte à son tour. Recommencer en inversant les rôles.

- Mémoriser deux postures (ou plus suivant le cycle) parmi celles proposées, et composer un enchaînement en reliant ces deux postures (ou plus suivant le cycle) par un déplacement.

- Apprendre son enchaînement à un camarade.

### Structurer :

En maternelle composer et mémoriser une phrase dansée qui commence et qui finit par une même posture.

Aux cycles 2 et 3 composer et mémoriser une phrase dansée qui alterne postures et déplacements. Les reproduire dans une chorégraphie qui commence et finit par une même posture.

Mise en scène collective : en dispersion chacun adopte sa posture de départ. Les élèves se mettent en mouvement au signal qui leur a été attribué (plusieurs signaux décalés seront donnés). Chacun produit sa phrase deux fois et termine en tenant sa posture jusqu'à ce que le dernier danseur soit immobile.

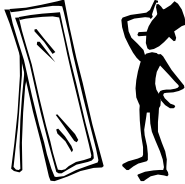
### Rôle de spectateur :

Retrouver les postures dans les enchaînements.

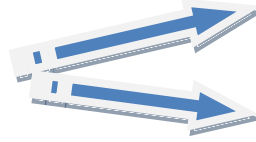
Donner des noms aux postures.

# 25. Le miroir

Cycles  
2 & 3



Composantes  
principales



<b>LE CORPS</b>
L'espace
Le temps
<b>LES RELATIONS</b>
l'énergie

## Objectif

Entrer en relation avec l'autre par imitation

## Support sonore

♫ *Plaisir d'amour* de René Aubry

## Inducteur - consigne de départ

Par deux, face à face, l'un est le « meneur », l'autre est son image dans le miroir.

Consigne de départ : « **Imite tous les mouvements que fait ton camarade** »

NB : *Repérer à quelles conditions le jeu du miroir est possible : vitesse des mouvements, orientation du corps...*

## Explorer, enrichir, diversifier...

Le meneur :

- varier les hauteurs, amplifier les mouvements.
- varier les parties du corps mobilisées.
- varier les vitesses d'exécution.

L'autre:

- Ne pas quitter le meneur des yeux.
- Varier la distance au meneur.
- Imiter à plusieurs, groupés ou dispersés.

## Structurer :

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

## Rôle de spectateur :

- Repérer ceux qui s'accordent bien.
- Repérer le meneur.

## 26. L'orchestre

Cycles  
2 & 3



Composantes  
principales



LE CORPS

L'espace

Le temps

LES RELATIONS

l'énergie

### Objectif

Créer sa musique grâce à des bruits produits avec le corps, et danser cette musique

### Support sonore

Aucun

### Inducteur - consigne de départ

**« Recherche tous les bruits, les rythmes que tu peux produire avec ton corps, avec le sol, avec les murs.. »**

### Explorer, enrichir, diversifier...

Ouvrir le champ des possibles en proposant :

- des verbes tels que frapper, frotter, gratter, faire glisser,...
- des bruits de bouche « chhhh », « brrrr » « wap », « pchit »...
- des parties du corps : les mains, les pieds, la tête, ...
- trouver des rythmes différents, créer une véritable mélodie, qu'on peut répéter

### Dominante corps :

Pour chaque bruit, amplifier le mouvement et le danser

Dominante relations :

- à 2 musiciens, se répondre.
- à 2, l'un est musicien, l'autre est danseur... puis vice-versa
- à 2, dialoguer : être ensemble, alterner... en utilisant les rôles de danseur et musicien combinés ou successivement

### Structurer :

A 2 groupes, inventer une danse où l'on dialogue, se répond, en jouant sur les 2 rôles : orchestre et danseurs : l'orchestre compose sa phrase, les danseurs la dansent à l'unisson, puis vice versa.

### Rôle de spectateur :

Est-ce bien vivant ? Est-ce bien coordonné ?

# 27. La toile d'araignée

Cycles  
2 & 3



Composante  
principale



Le corps
<b>L' ESPACE</b>
Le temps
les relations
l'énergie

## Objectif

Contraindre les danseurs à utiliser les niveaux hauts, bas, moyens

## Proposition de supports sonores

Musique lente et douce.

♫ BOF 37°2 le matin

## Inducteur - consigne de départ

Dispositif : mettre en place avec ou sans les élèves une toile d'araignée faite de fils de laine tendus en travers de la salle, d'une partie de salle, d'un angle... Ils sont attachés à différentes hauteurs (haut, bas, moyen)

Situation de départ : les élèves sont immobiles à l'intérieur de la toile.

Consigne : « **Déplace-toi dans la toile d'araignée, sans toucher les fils, en passant au-dessus, en-dessous.** »

## Explorer, enrichir, diversifier...

Dominante espace :

- aller partout dans la toile.
- effectuer ses passages en choisissant obligatoirement trois hauteurs différentes : bas, moyen, haut.
- imposer les deux (ou trois) hauteurs lors du déplacement du groupe danseur pendant qu'un demi groupe « tisseurs de toile » maintient les fils (haut-bas-moyen)

Dominante corps :

Idem mais franchir de face, de profil, en arrière.

## Structurer :

Mémoriser une traverser de la toile et la reproduire sans les fils

## Rôle de spectateur :

Repérer si les trois hauteurs sont investies.



## 28. Lettre et signature

Cycles  
2 & 3



Composante  
principale



### Le corps

L'espace

Le temps

Les relations

L'énergie

### Objectif

En s'inspirant des lettres de l'alphabet, modeler et guider son corps pour trouver des postures et des mouvements originaux

### Proposition de supports sonores

♫ *Crossing the Cumberlandds* in *Aria* 2001

### Inducteur - consigne de départ

Se déplacer dans l'espace. Quand le maître dit une lettre, trouver une posture ou un mouvement qui l'illustre

Consigne de départ : « **dessine la lettre avec ton corps** »

### Explorer, enrichir, diversifier...

Dessiner une lettre en cherchant à faire participer tout le corps (amplitude):

- en majuscule, en minuscule, en attaché, et trouver la réponse la plus originale
- en posture debout ou couchée,
- sur le sol en se déplaçant
- devant soi, au plafond avec différentes parties du corps (pied, nez, coude...)
- en pensant au son qu'elle produit (ex : Zzz, Ffff, Mmm, Aaaa...)

Dessiner son prénom ou son nom ; c'est comme une signature, et on peut choisir de supprimer certaines lettres, d'ajouter des liens. La signature peut comporter en plus des éléments (posture typique, mouvement familier...) ou un style (comme une danseuse, un karatéka, un cow-boy...) propres à son auteur.

Ajouter

- des déplacements à cette signature pour traverser un espace donné.
- des accélérations, des silences, des lenteurs...dans la signature.

### Structurer :

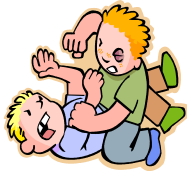
C'est composer et montrer sa signature.

### Rôle de spectateur :

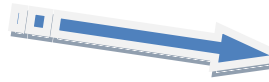
Je reconnais la signature de mon copain, parce que j'y retrouve des lettres, et (peut-être) parce qu'elle est personnalisée.

## 29. Le combat

Cycles  
2 & 3



Composante  
principale



Le corps
L'espace
Le temps
<b>LES RELATIONS</b>
l'énergie

### Objectif

En s'inspirant du thème du combat, inventer un duo dansé à 2.

### Proposition de supports sonores

Musique tonique, bien rythmée mais pas trop rapide :

- ♪ *La fanfare du bon voyage* in Aria 2003
- ♪ *Bonjour* in Aria 2002

### Inducteur - consigne de départ

**« Par 2, inventer un combat dansé au ralenti : on convient évidemment que l'on ne se touche presque pas, et que l'on ne se fait jamais mal. On alterne : l'un envoie une attaque, l'autre l'encaisse ou l'évite puis envoie une attaque à son tour,.... »**

### Explorer, enrichir, diversifier...

Envisager toutes sortes de combats. Ex : arts martiaux, gladiateurs, avec ou sans armes, animaux, félins, ...

Exagérer, les mouvements, « en rajouter » : les bras qui s'écartent, le corps qui s'étire, qui se déséquilibre, la tête qui bascule...

Augmenter les déplacements, occuper et orienter l'espace pour bien valoriser les effets : et travailler dans un espace vaste (se poursuivre, se contourner, sauter, pivoter...)

Relations de groupe : travailler à 2 contre 2, ou 3 contre 1...

Travailler sur le sens des attaques, et la justesse des réponses en termes de direction, trajet

### Structurer :

A 2, inventer et mémoriser une phrase de combat, composée de 5 attaques différentes alternées et de leurs réponses, dans un espace imposé : partir d'un endroit pour arriver à un autre.

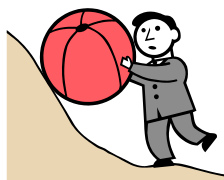
Mise en scène : on peut imaginer 2 bandes rivales, qui se toisent, s'approchent, se défient, les 2 plus courageux s'affrontent, les autres s'ajoutent... vers des combats 1 contre 1, 1 contre 3, 2 contre 2, etc... dans des espaces différents, mis en scène

### Rôle de spectateur :

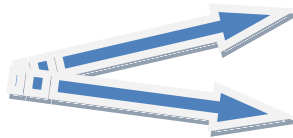
Les combats sont-ils spectaculaires (exagérations), ou amusants... ?

# 30. Les appuis

Cycle  
3



Composantes  
principales



<b>LE CORPS</b>
L'espace
Le temps
<b>LES RELATIONS</b>
l'énergie

## Objectif

Créer des relations à deux : porteur et porté.

## Proposition de supports sonores

Musique lente :

- ♫ *Salento* de René Aubry
- ♫ *Deep Forest* de Enya

## Inducteur - consigne de départ

Les élèves sont par 2 : un porteur et un porté.

Les portés circulent sur la musique. Au signal, puis librement, les porteurs s'arrêtent et adoptent une posture stable suggérant une zone d'appui... puis les portés viennent s'appuyer sur les porteurs pendant quelques secondes.

**Consigne de départ** : « **A va se placer, immobile, comme porteur, B va se poser en appui sur A** »

## Explorer, enrichir, diversifier...

- Varier les zones de contact.
- Varier les hauteurs pour le porteur.
- Le porteur peut enlever « brusquement » son appui et le porté simule une chute. Inverser les rôles ensuite.

« La chaîne » : à 3 ou 4, se placer l'un après l'autre en ligne en s'appuyant sur le précédent ou en se plaçant en contact avec lui ... Quand tous sont placés, le premier de la chaîne se retire doucement et va continuer la ligne...

## Structurer :

Créer un ou plusieurs tableaux à deux ou plus. Les mémoriser et les reproduire à des endroits différents (ajouter des déplacements variés).

## Rôle de spectateur :

Le coup de cœur (quel tableau je préfère).

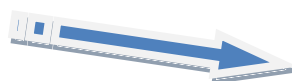
Identifier le point de contact.

# 31. Les rencontres

Cycle  
3



Composante  
principale



Le corps
L'espace
Le temps
<b>LES RELATIONS</b>
l'énergie

## Objectif

Inventer et réaliser des relations à 2 en contact ou en appui.

## Proposition de supports sonores

♫ *Salento* de René Aubry

## Inducteur - consigne de départ

2 lignes face à face. Des A et des B en correspondance.

L'enseignant demande aux A de venir au milieu, et d'adopter une posture.

Quand elle est stabilisée, les B s'approchent et dansent en tenant compte de la posture de A. Puis chacun revient à sa place et on inverse les rôles.

**Explorer, enrichir, diversifier...**

Consigne pour A : « *adopte une posture....* »

Consigne pour B : « *rejoins A et ...* »

Posture pour A	Réponse de B
Pointue	Tourner autour
Basse	Passer dessus Idem avec 1 contact
Haute et ouverte	Passer dessous
Trouée	Passer dedans
Solide	S'appuyer et passer
Très solide	S'accrocher et se laisser emmener
Ronde	Faire rouler
Allongée	Tirer et emmener
Aplatie	Sauter par dessus

A : trouver des postures plus originales : placer les bras, la tête, ...

B : prendre son temps et s'amuser, jouer avec l'autre pour l'approcher, passer au contact, le quitter... (imaginer une petite histoire de rencontre)

-Varier les contacts : par le dos, sans les mains...

**Structurer :**

Par 2 retenir 2 rencontres parmi celles réalisées, et les mettre en scène en 2 lieux différents. Elles incluront automatiquement un appui ou un contact.

**Rôle de spectateur :**

Peut-on qualifier les rencontres ? (amusante, agressive, amicale...)

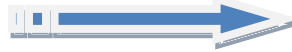
Peut-on donner un nom aux rencontres observées ? (la toupie, le manège...)

## 32. Danser une musique particulière...

Cycle  
3



Composante  
principale



Le corps
L'espace
<b>LE TEMPS</b>
les relations
l'énergie

### Objectif

Danser ce que l'on entend, traduire en mouvements les reliefs, bruits, silences d'une musique.

### Proposition de supports sonores

Toute musique très contrastée, riche en « reliefs » repérables.

♫ *Messe pour le temps présent* de Pierre Henry

### Inducteur - consigne de départ

(On écouterà 20 à 30 secondes de musique, choisie dans un morceau)

« *Écoute bien la musique, plusieurs fois. Puis cherche à réaliser des mouvements qui illustrent ce que tu entends* ».

### Explorer, enrichir, diversifier...

Affiner le rapport entre le son entendu et le mouvement choisi : pour cela repérer ensemble les différents moments particuliers de la musique, et imaginer des mouvements qui s'y rapportent.

### Exemples :

- ♫ Son unique, bref, fort → un saut, un geste rapide de la main, un frappé, une chute, se retourner vivement...
- ♫ Son répétitif → mouvement de balancier d'un bras, déplacement rythmé...
- ♫ Silence → arrêt statue
- ♫ Crescendo → accélération

En groupe classe, identifier certains repères clairs dans la musique (un son brusque, un silence, un changement net, l'apparition d'un instrument, une phrase dans la chanson,..) et les utiliser comme des signaux pour organiser les évolutions de tous.

**Exemples :**

- ♫ Evolution libre au sol sur l'introduction,
- ♫ Se lever tous brusquement au signal 1
- ♫ Déplacements libres, puis statue au silence (signal 2)
- ♫ Repartir en évolution libre, puis accélérer tous au crescendo (signal 3) pour se grouper au centre.
- ♫ Etc

**Structurer :**

- 1 En tenant compte des signaux convenus (4, ou 6, ...), construire sa danse individuellement, et être capable de la reproduire.
- 2 Ensemble, par demi-classe, réaliser sa phrase dansée.

**Rôle de spectateur :**

Les signaux sont-ils bien repérables ?

Y a-t-il un effet d'ensemble à ces moments-là ?