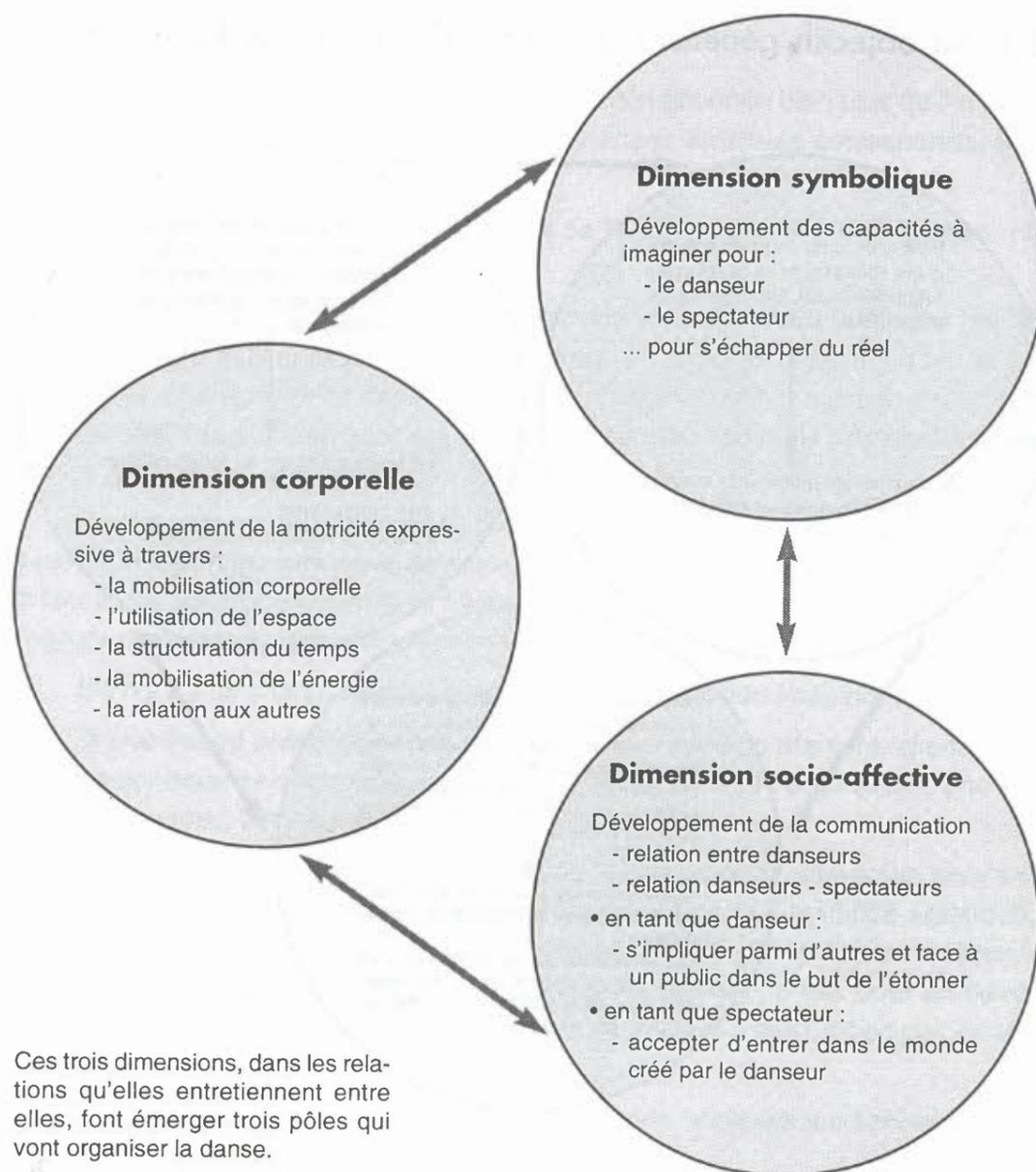


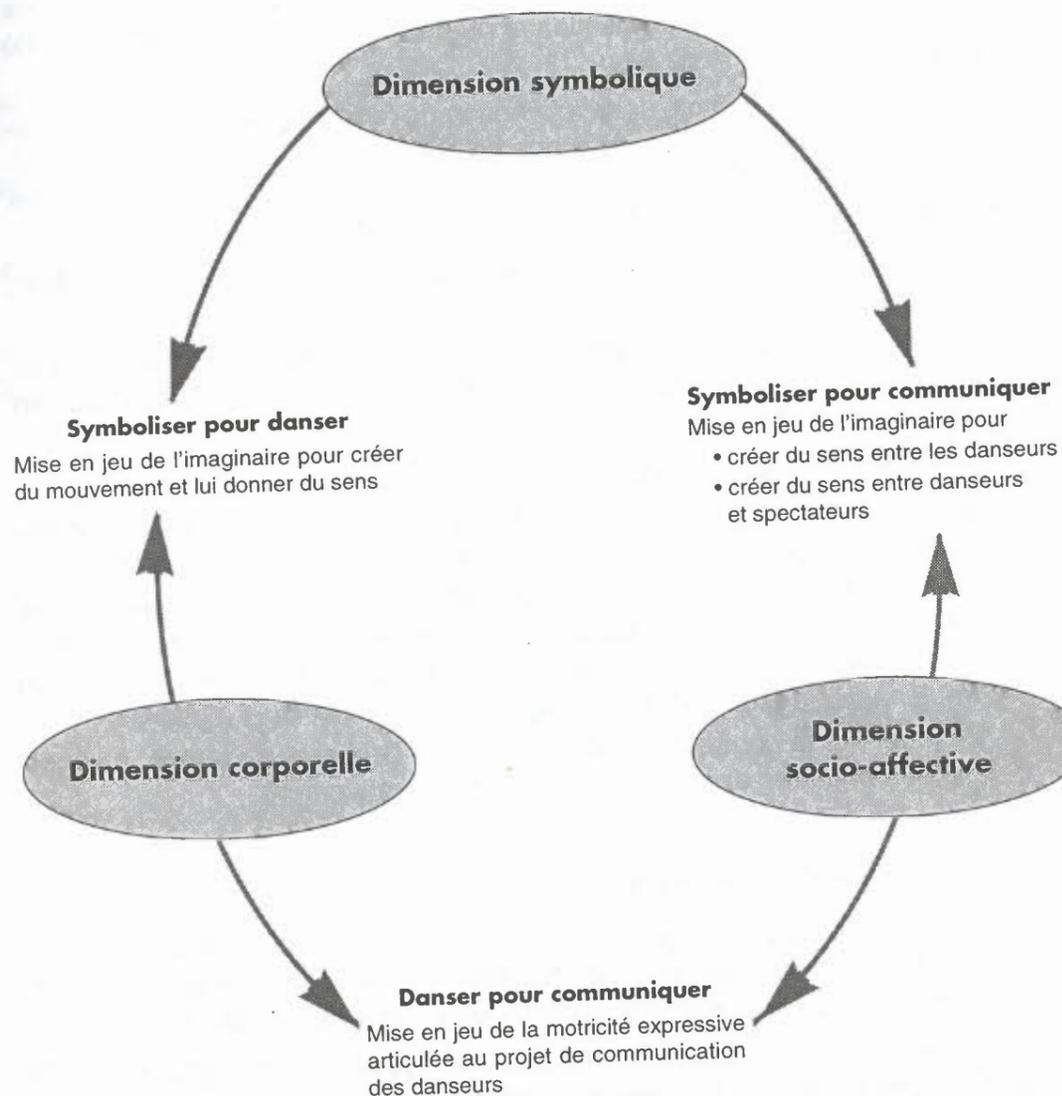
2.2 Des enjeux de formation au développement de la personne

La personne, à travers ces enjeux de formation, est sollicitée dans plusieurs dimensions.



Ces trois dimensions, dans les relations qu'elles entretiennent entre elles, font émerger trois pôles qui vont organiser la danse.

Les trois pôles : **symbolisation**, **expression** et **communication** sont au service du développement de la personne.



Ce tableau fait émerger la logique interne de la danse à l'école :

- qui respecte les trois pôles de toute pratique artistique : *symbolisation*, *expression*, *communication* ;
- qui intègre les objectifs d'une éducation physique s'adressant à la personne dans sa globalité.

1. DES SAVOIRS FONDAMENTAUX LIÉS À L'ACTION MOTRICE

1.1 Principe de symbolisation

MOYENS	ILLUSTRATION
<p>• METTRE EN JEU L'IMAGINAIRE : En jouant sur des techniques de création («brain stormings» ou «body stormings») qui favorisent la mise en jeu de la pensée foisonnante, divergente. L'imagination libre est encouragée grâce à l'association d'idées, le recouplement, la combinaison, l'auto-stimulation interne.</p>	<p>--> Proposition d'une démarche de foisonnement verbal : brain storming à partir du mot violence CONSIGNE : Réponses spontanées, pas de censure. Coup, blessure, sang, cri, s'échapper, émeute, révolte, s'opposer, se rebeller, couteaux, fusil, force, casser, frapper, éliminer, taper, écraser, piétiner, pleurer, bestial, mort, résignation. <i>REMARQUE :</i> Le mot se charge de sens multiples. «L'isolement des mots ou la proximité hasardeuse nous déconnecte par rapport à la phrase cohérente et devient valeur de nouveauté, d'étrangeté.» PINOK et MATHO</p>
<p>• CONVERTIR LES IMAGES MENTALES EN MOUVEMENT.</p>	<p>--> Réponse corporelle aux mots : c'est une phase d'improvisation CONSIGNE : Le plus spontanément possible, répondre corporellement à certains mots. EXEMPLE : Écraser, piétiner, s'échapper, frapper, casser, s'opposer, bestial, fusil, résigner. <i>REMARQUE :</i> Cette démarche (des mots au mouvement) permet à chacun de donner forme à son imaginaire. Le danseur opère des choix parmi ses images mentales puis les convertit en acte.</p>
<p>• JOUER SUR LES COMPOSANTES DU MOUVEMENT (CORPS, ESPACE, TEMPS, ÉNERGIE, MODE DE RELATION À L'AUTRE) POUR CONSTRUIRE, PAR LA STYLISATION, UNE DISTANCIATION DU RÉEL.</p>	<p>--> EXEMPLE au niveau de la mobilisation corporelle : • Des corps peu mobilisés, des regards vers le sol peuvent faire penser à une forme de résignation... En revanche, le danseur qui cherche toujours des zones corporelles à explorer comme pour s'échapper, suscite une interprétation tout autre... --> EXEMPLE au niveau de l'espace : L'occupation de l'espace scénique dans les angles, un déplacement de dos... peuvent créer une dramatisation. La position d'un danseur au centre, au fond, point de convergence des lignes de perspectives, pourra donner une impression de puissance, de mystère... --> EXEMPLE au niveau des relations entre danseurs : Un contact très proche et très serré des danseurs n'aura pas le même impact qu'un éloignement ou une dispersion de ceux-ci. --> EXEMPLE au niveau de l'énergie : Une énergie saccadée avec des accents, de nombreuses contractions, pourra conduire l'imaginaire du spectateur sur l'idée de guerre, de déchirement, de peloton d'exécution en référence à une mémoire culturelle (films, peintures...) ou affective (pôle relationnel vécu antérieurement par le spectateur). --> EXEMPLE au niveau du temps : Un mouvement lent ou rapide ne renverra pas aux mêmes images mentales.</p>

Sens du progrès :

- . d'une danse qui évoque le réel à une danse stylisée qui se distancie du réel ;
- . d'un message univoque à un message équivoque.

1.2 Principe de communication Relations danseur(s) / spectateur(s)

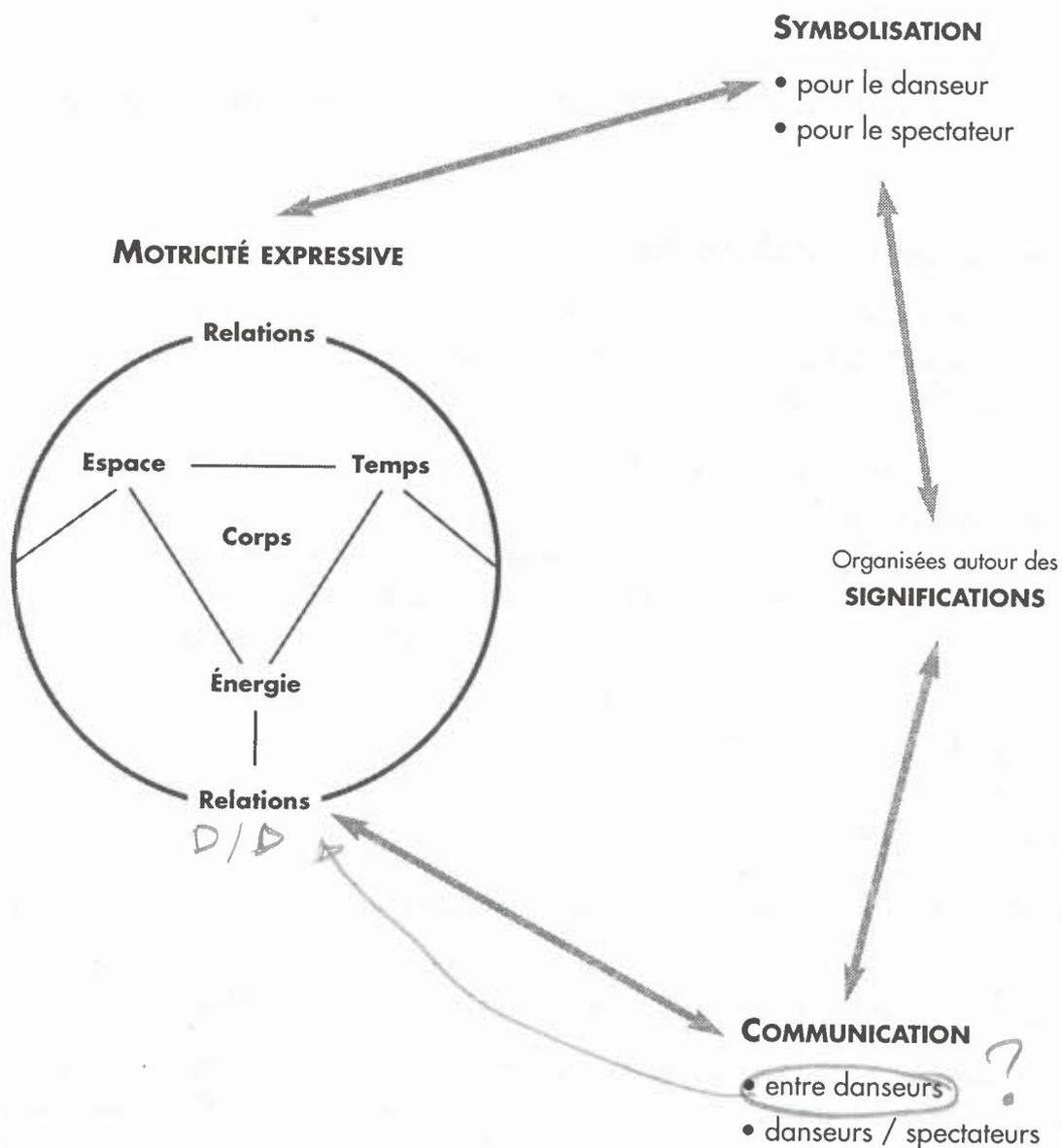
MOYENS	SENS DU PROGRÈS
<p>Ils permettent une lisibilité des actions des danseurs qui renforce la présence de chacun. Cette lisibilité s'organise autour :</p> <p>• DU PLACEMENT INTENTIONNEL DU REGARD : il est une projection vers l'extérieur de l'espace intérieur et permet la communication entre les danseurs et avec les spectateurs : «<i>Le regard est un toucher à distance</i>». E. DECROUX L'impression reçue par le spectateur et celle ressentie par le danseur sera différente selon le placement du regard, son intensité. C'est un élément important sur lequel l'enseignant doit attirer l'attention de l'élève débutant. Il pourra proposer à l'élève :</p> <p>--> de projeter le regard dans l'espace, précisément sur les spectateurs, sur les partenaires, sur un point imaginaire, sur un objet... ;</p> <p>--> de jouer sur le regard qui :</p> <ul style="list-style-type: none"> - suit le mouvement d'une partie du corps (seul ou à plusieurs pour donner un effet de chœur), - suit les actions d'un ou plusieurs danseurs, - s'oriente dans une direction contraire au mouvement... 	<p>D'une danse où le regard gêne la clarté du mouvement</p> <p style="text-align: center;">↓</p> <p>à une danse où le regard placé intentionnellement donne au mouvement du sens et de l'intensité</p>
<p>• DE LA RÉGULATION DU TONUS MUSCULAIRE POUR EFFACER LES TENSIONS INUTILES</p> <p>--> en supprimant les gestes parasites (paroles, tics, rires, relever des mèches de cheveux, tirer sur le tee-shirt...), ce sont souvent des mouvements dont le danseur débutant n'a pas conscience et qui gênent la communication ;</p> <p>--> en assumant les temps d'immobilité</p> <ul style="list-style-type: none"> - tenir le début et la fin d'une phrase corporelle, d'une chorégraphie pendant trois secondes, - accepter d'être immobile à différents moments de la danse pour donner de la force à : <ul style="list-style-type: none"> . sa propre action «<i>Un corps immobile occupe autant d'espace qu'un corps en mouvement.</i>» CUNNINGHAM . aux actions des autres «<i>Le mouvement devient plus visible si l'espace et le temps autour de lui sont un de ses contraires : l'immobilité.</i>» CUNNINGHAM 	<p>D'une danse où l'attention du spectateur se perd à cause de gestes parasites et de l'imprécision des actions</p> <p style="text-align: center;">↓</p> <p>à une danse où le spectateur retient son attention car chaque danseur assume sa présence dans le mouvement et l'immobilité, ainsi que dans la clarté de ses actions</p>
<p>• DE LA PRÉCISION DES TRAJETS, DES ESPACES OCCUPÉS, DES ÉNERGIES MOBILISÉES</p> <p>• DE L'ÉCOUTE ENTRE DANSEURS POUR UNE MEILLEURE COORDINATION DES ACTIONS (EXEMPLE : Être à l'unisson en supprimant les décalages entre danseurs.)</p>	

• Mise en œuvre de la mobilisation corporelle

ÉLÉMENTS CONSTITUTIFS	MOYENS	SENS DU PROGRÈS
Espace intérieur du corps	<ul style="list-style-type: none"> • EN DONNANT DES IMAGES MENTALES POUR FACILITER UNE PERCEPTION CORPORELLE : s'appuyer sur l'air, ouvrir le dos, être suspendu par une partie du corps... • EN PRENANT CONSCIENCE DES OS : vertèbres, coccyx, sternum, ischions... • EN PRENANT CONSCIENCE DE LA RELATION ENTRE LES DIFFÉRENTES PARTIES DU CORPS : --> en position statique allongée ou debout EXEMPLE : Relation entre haut du corps et bas du corps ; entre partie gauche et partie droite ; entre coccyx et talon ; entre coccyx et haut du crâne... --> en jouant sur des formes corporelles différentes en position statique (sentir l'espace intérieur déterminé par les différentes parties du corps) • EN PRENANT CONSCIENCE DE LA RESPIRATION --> dans des exercices de relaxation, eutonnie, yoga... --> qui accompagne le mouvement. 	<p>D'une danse où le mouvement est perçu comme une succession de formes extérieures</p> <p style="text-align: center;">↓</p> <p>à une danse où le mouvement est senti et "habité" de l'intérieur</p>
La gravité du corps	<ul style="list-style-type: none"> • EN PRENANT CONSCIENCE DE L'AXE VERTÉBRAL EN POSITION DEBOUT : --> position du centre de gravité ; --> alignement des segments ; --> répartition du poids du corps sur appui de pieds. • EN DÉPLAÇANT LE CENTRE DE GRAVITÉ PAR RAPPORT AUX APPUIS DES PIEDS --> les appuis des pieds sont fixes -yeux fermés- s'écarter de la verticale, en avant, en arrière, sur le côté, en cercle ; --> les appuis des pieds sont mobiles entraînant des déplacements : s'écarter de la verticalité par une partie du corps. 	<p>D'une danse qui privilégie les membres inférieurs et supérieurs dans des mouvements globaux proches du quotidien</p> <p style="text-align: center;">↓</p>

ÉLÉMENTS CONSTITUTIFS	MOYENS	SENS DU PROGRÈS
Les mouvements de mobilisation des segments	<ul style="list-style-type: none"> • EN EXPLORANT CHAQUE PARTIE DU CORPS. • EN EXPLORANT CHAQUE ARTICULATION à partir des mouvements de flexion, d'extension, de rotation. • EN COORDONNANT LA MOBILISATION DE PLUSIEURS PARTIES DU CORPS OU ARTICULATIONS. • EN DISSOCIANT LA MOBILISATION DE PLUSIEURS SEGMENTS : droit / gauche ; haut / bas du corps ; un segment du corps / reste du corps. • EN JOUANT SUR DIFFÉRENTES PARTIES DU CORPS POUR IMPULSER LE MOUVEMENT : le mouvement part de la tête, de l'épaule, du buste, du coude, du bassin... 	<p style="font-size: 2em;">↓</p> <p>à une danse qui mobilise de façon variée et originale les différentes parties du corps</p>
Les actions de base pour mobiliser le corps en entier	<ul style="list-style-type: none"> • EN VARIANT LE NOMBRE D'APPUIS, les parties du corps utilisées pour se déplacer. • EN JOUANT SUR LA QUALITÉ DES APPUIS sur un sol réel ou imaginaire : glissant - ferme - boueux - sablonneux. • EN JOUANT SUR LES DIFFÉRENTES FAÇONS DE PLACER LE PIED EN APPUI SUR LE SOL : pieds à plat - sur 1/2 pointes - pieds parallèles en ouverture - sur les talons - sur la tranche interne - externe du pied. • EN JOUANT SUR LE TRANSFERT DU POIDS DU CORPS : avant - arrière - latéralement. • EN JOUANT ET EN COMBINANT DIFFÉRENTES FORMES DE DÉPLACEMENTS. • EN JOUANT DANS LES SAUTS SUR : --> les impulsions et les réceptions --> la hauteur du saut --> la direction du saut --> le degré de rotation --> le placement des différents segments du corps. • EN JOUANT DANS LES TOURS SUR : --> le degré de rotation --> un ou deux appuis --> l'axe, en dehors de l'axe... 	

Une mise en relation des éléments pour enseigner la danse à l'école



REMARQUE :

Les deux rôles danseur / spectateur s'avèrent donc fondamentaux et ne peuvent se développer l'un sans l'autre.

Ce traitement de la danse s'articule autour d'une démarche : le processus de création.