

CONTACT/APPUI/PORTER

	CONTACT	APPUI	PORTER	
DEFINITION	« relatif à 2 corps qui SE TOUCHENT » PR par extension, il peut y avoir une relation de contact entre un corps et un objet ou d'autres éléments de l'environnement	« action D'APPUYER sur quelque chose ou quelqu'un » « ce qui sert à SOUTENIR » un appui, c'est une surface du corps qui est en contact avec un élément de l'environnement ou une autre personne, de telle sorte que si on l'enlève, on est déséquilibré »	« SUPPORTER un poids, SOULEVER une charge » PR par extension ,RECEVOIR, DEPLACER un poids de corps ou d'objet.	
RELATION AU POIDS	Le poids n'est pas versé sur la surface de contact, il n'y a pas de déséquilibre, on reste sur son axe gravitaire	Une certaine quantité de poids est versé dans l'appui qui va servir de soutien sur le support concerné (corps ou objet)	Le poids du porté est entièrement supporté par le porteur qui doit gérer son propre poids et celui du porté qui va organiser le maintien de son poids sur le corps du porteur (collaboration)	
LES ELEMENTS QUI LE COMPOSENT (pôle technique)	Les parties du corps impliquées ds le contact peuvent varier en fonction de leur nature et de la surface Concernées Le contact peut se faire en corps à corps ou avec un élément de l'environnement, en plus des appuis soutenant l'axe tonico-gravitaire Il peut être nuancé par le jeu sur les composantes du mouvement (doux ou violent, prolongé ou bref, arrêté ou continu, ou s'il concerne une petite ou grande surface.)	L'appui et le soutien peuvent être soit sur l'axe vertical (normal ou renversé) ou horizontal et peuvent faire varier la nature des surfaces en appuis ainsi que leur nombre. Le jeu sur les composantes du mouvement (e, t) permet de varier les qualités et le sens désiré L'enjeu est d'équilibrer les poids et de se servir du corps de l'autre pour mettre en jeu sa gravité d'une manière originale <ul style="list-style-type: none"> • Les différents types de pt d'appui (support) : le sol, l'environnement, un autre danseur, peuvent résister au poids ou lâcher (régulation du tonus) en fonction du sens désiré (liaison, continuité) = • Les différents types de surfaces pouvant servir d'appui : pédestres (1 ou 2) ou toute autre partie du corps : on peut varier le nombre d'appuis et la quantité de surface de peau concernée ; il peut être actif ou passif, (repousser sur le support ou absorber le poids) • Plus on augmente la surface de l'appui ou leur nombre et plus on va abaisser le CG et plus l'équilibre sera stable 	PORTEUR <ul style="list-style-type: none"> • Attrapper Anticiper l'arrivée du partenaire (prise d'infos) par le choix des saisies et des points d'appui et des compensations de poids : ancrer ses appuis au sol, être à la fois solide et souple (articulations) Soutenir Rapprocher les G, grandes surfaces de contact, accroches serrées, compensation de poids et appuis au sol solides • Relâcher en accompagnant la descente (tonus) pour assurer la continuité (relais) 	PORTE <ul style="list-style-type: none"> • Monter Donner des informations claires sur ses intentions au porteur ? rapprocher son CG de la base de sustentation du porteur, prendre appui, impulser pour alléger. • Tenir s'accrocher, se coller par des grandes surfaces de contact, s'équilibrer par compensation de poids. • Descendre Aller chercher le sol avec ses appuis (mains ou pieds), résister à sa propre gravité, assurer ses relais (continuité)
	Mises en oeuvres	Ex de contacts : dos à dos, mains – mains, tête-ventre, index-genou formes emboîtées.....	Contrepoids concentrique et excentrique par diverses parties du corps sur place ou en mouvement, la bouteille ivre.	Ex de porters : surfing, la mariée, en ceinture, le serpent, l'envol, le bébé singe, le transport de statues...
LOGIQUE INTERNE	Chaque partie du corps ayant une connotation symbolique particulière (main, bassin, épaule, tête), l'évocation poétique associée sera différente. Ainsi un contact ténu ou très important n'aura pas la même signification et le même impact sur le spectateur, comme il n'engagera pas de la même façon la sensibilité des danseurs.	La perte d'équilibre qu'entraîne la mise en jeu de l'appui ainsi que les parties du corps ou surfaces impliquées (cf contact), vont impliquer une certaine « dramaturgie » du propos par le parti-pris esthétique développé (grotesque, comique, beau...) et une décharge émotionnelle chez le spectateur (cf porter) Le danseur doit mettre en jeu toute sa disponibilité corporelle pour rendre évocateur ce transfert de poids et lui donner une intention précise en jouant sur les composantes du mouvement.	Technique corporelle à fort pouvoir évocateur et émotionnel ; manière de questionner le corps pour retrouver une certaine physicalité du mouvement dansé : donner son poids = donner de soi, prendre des risques. L'écoute de soi et des autres va permettre la continuité des actions par une organisation posturale adaptée (tonus et appuis) ainsi qu'un ajustement du « timing » entre les danseurs et du dynamo-rythme du porter (sa dynamique)	
POLE CULTUREL	La danse contact improvisation est une pratique qui est apparue autour des années 60 aux EU qui explore toutes les « voies qui favorisent au mieux l'échange des masses en mouvement » (Steve PAXTON) : on recherche, par le travail sur l'équilibre et la gravité, à détendre le corps et à le préparer à la réception du poids pour faire face aux urgences et aux surprises.			

TD DANSE OPTION LICENCE 00/01/J LE NUZ
CONTACT/APPUI/PORTER

	CONTACT	APPUI	PORTER	
DEFINITION				
RELATION AU POIDS (de pas de poids à tout son poids)				
LES ELEMENTS QUI LE COMPOSENT (pôle technique)	<p>Les parties du corps impliquées</p> <p>Le contact peut se faire</p> <p>Il peut être nuancé par</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Relations entre appui et soutien : • Les différents types de pt d'appui(support) : • Les différents types de surfaces pouvant servir d'appui : • Comment fait-on pour rendre un appui de plus en plus stable ? 	<p>PORTEUR</p> <p>Décrire Les 3 phases :</p> <p>1</p> <p>2</p> <p>3</p>	<p>PORTE</p> <p>décrire Les 3 phases</p> <p>1</p> <p>2</p> <p>3</p>
EX de Mises en oeuvres	Ex de contacts	Ex d'appuis	Ex de porters	

LOGIQUE INTERNE	<p>Symboliser pour danser Chaque partie du corps ayant une connotation symbolique particulière(main,bassin, épaule,tête),l'évocation poétique associée sera différente..ainsi que le sens associé :fusion,amour,intimite...</p> <p>Symboliser pour communiquer Pourquoi utiliser tel ou tel contact ?en relation avec quel message ?mode ludique ?comique ?sensible ?</p> <p>Danser pour communiquer Clarté dans les choix et les manières d'utiliser les différentes parties du corps en contact afin d'être lisible et :accord entre les partenaires,précis .Ainsi un contact ténu ou très important n'aura pas la même signification et le même impact sur le spectateur, comme il n'engagera pas de la même façon la sensibilité des danseurs.</p>	<p>Symboliser pour danser Cf contact avec en plus une idée d'abandon et de protection,d'équilibre...</p> <p>Symboliser pour communiquer La perte d'équilibre qu'entraîne la mise en jeu de l'appui ainsi que les parties du corps ou surfaces impliquées(cf contact),vont impliquer une certaine »dramaturgie » du propos par le parti-pris esthétique développé(grotesque,comique,beau...)</p> <p>Danser pour communiquer Le danseur doit mettre en jeu toute sa disponibilité corporelle pour rendre évocateur ce transfert de poids et lui donner une intention précise en jouant sur les composantes du mouvement La perte d'équilibre des corps permet de provoquer une décharge émotionnelle chez le spectateur(cf porter)</p>	<p>Symboliser pour danser Idem contact et porter avec un effet d'élévation,de légèreté,d'envol,d'apesanteur , de don de soi à l'autre,de force et de maîtrise</p> <p>Symboliser pour communiquer Mettre en jeu l'imaginaire des spectateurs par le plaisir de déclencher des émotions fortes ds le don du poids et de soi</p> <p>Danser pour communiquer Technique corporelle à fort pouvoir évocateur et émotionnel ;manière de questionner le corps pour retrouver une certaine physicalité du mouvement dansé :donner son poids=donner de soi,prendre des risques. L'écoute de soi et des autres va permettre la continuité des actions par une organisation posturale adaptée(tonus et appuis) ainsi qu'un ajustement du « timing » entre les danseurs et du dynamo-rythme du porter(sa dynamique</p>
POLE CULTUREL	<p>La danse contact improvisation est une pratique qui est apparue autour des années 60 aux EU qui explore toutes les « voies qui favorisent au mieux l'échange des masses en mouvement »(Steve PAXTON) :on recherche, par le travail sur l'équilibre et la gravité ,à détendre le corps et à le préparer à la réception du poids pour faire face aux urgences et aux surprises.</p>		

