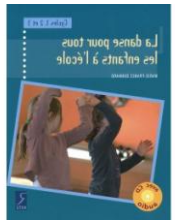


Expression corporelle / Danse



Séquence 1 : 8 à 10 séances EAU – AIR - TERRE

Référence aux programmes : *Concevoir et réaliser des actions à visée artistique , esthétique ou expressive.*

Etre danseur c'est : Parler avec son corps

- Suivre des consignes très précises
- Etre regardé
- Ne pas se sentir jugé

Temps d'écoute

Temps d'échauffement :

Les différents exercices :

Enrouler et dérouler son dos

Etirements au sol

Etirements debout

Descendre et remonter (la vrille)



Les déplacements : (musique CD Perrin et le potier , les 4 éléments)

Travailler son champ de vision à l'intérieur du groupe : fonctionner avec les autres , trouver sa place .

- Recherche du rythme de la musique
- Se déplacer en marchant au rythme de la musique en faisant attention aux autres .
- La même chose mais au signal , changer de direction sans gêner les autres .
- La même chose en comptant silencieusement jusqu'à 5 dans sa tête .
- A 5 taper dans les mains et changer de direction.

Ces exercices progressifs permettent à l'enfant de se sentir bien dans l'espace danse en faisant attention aux autres (pas de bousculade pas de paroles) .

Choix d'une position de départ : Je suis en équilibre , je suis bien .

Le groupe cherche l'unité dans l'espace commun , chacun apprend à réagir face aux obstacles .

Ecrire sa danse : Temps de création (musique 19 sur la route CD Retz)

La classe est divisée en 3 groupes selon le choix des élèves : EAU , AIR TERRE.

Chaque groupe cherche 4 à 5 verbes d'action en lien avec leur thème .

Choix des groupes :

EAU : nager – plonger – rouler – manger

AIR : voler- souffler – se poser – planer

TERRE : creuser – ramper – marcher – manger

A chaque séance :

- Temps de recherche : situation d'entraînement, de proposition ,
- mise en commun ,
- ils tâtonnent , gardent certains verbes , en suppriment d'autres .
- Temps de partage : Groupe danseurs , 2 groupes spectateurs (être spectateur , c'est être assis , regarder en silence , respecter le travail des autres , apprendre en regardant)
- Temps d'échange

Quand les enfants connaissent bien les gestuelles liées aux verbes , le nouveau travail consiste à lier les verbes entre eux en construisant une phrase chorégraphique .Un leader s'impose au groupe et donne le signal du changement

Par la suite chaque groupe enseigne sa phrase aux autres pour que chacun puisse danser les 3 chorégraphies soit 11verbes.

Quand les enfants connaissent bien la danse , ils peuvent présenter leur travail à une autre classe.

SEQUENCE 2 : PROJET

Ecoute et relaxation : Calme et attentif comme une grenouille

Echauffement : Connaître et explorer les possibilités de son corps en sollicitant indépendamment une partie : mettre le moteur dans le coude , dans le genou

Ecrire sa danse :

Diversifier et enrichir sa danse à l'aide de divers sons musicaux , changer de rythme .

Apprendre son chemin seul puis à 2 ou 3(connaître par cœur un trajet) .