

AUX SOURCES DU FLEUVE

une création partagée in memoriam Hector Berlioz

Fiche pédagogique : danse

Thème de référence :

Vers l'espace horizontal du sol

Effets recherchés :

Descentes au sol variées, utilisation des différents appuis.

Prise de conscience du poids de son corps.

Musiques possibles :

Ismaël Lo

Trame de variance :

Corps, espace, temps/énergie, relation, imaginaire

Situation de départ

A partir d'une posture immobile, debout, descendre au sol en faisant le plus doucement possible.

Trouver différentes manières d'aller au sol, lentement.

Exploration :

Descendre vers le sol par l'avant, par un côté, par l'arrière, en tournant...

Dessiner avec son corps des formes larges, étroites, pointues, arrondies...

Varié les contacts : épaules, hanches, coudes, ventre...

Je descends lentement et je remonte par le même chemin.

Je descends lentement, et je remonte par un chemin différent.

Structuration :

Descendre vers le sol en utilisant un espace large, choisir de remonter par le même chemin ou par un chemin différent. Je choisis quelle partie du corps va toucher le sol en premier.

Descendre vers le sol en utilisant un espace étroit, choisir de remonter par le même chemin ou par un chemin différent. Je choisis quelle partie du corps va toucher le sol en premier.

AUX SOURCES DU FLEUVE

une création partagée in memoriam Hector Berlioz

Réinvestissement :

Chaque élève choisit un point de départ et une orientation.

Lorsque la musique démarre, descendre au sol et remonter selon l'enchaînement choisi.

Se déplacer selon une trajectoire directe, s'immobiliser et refaire l'enchaînement.

Par deux, descendre et remonter à l'identique, côte à côte, face à face...en variant les énergies.

Démarrer lorsque le binôme le plus proche a touché le sol...

Sabine BANNWARTH

Conseillère pédagogique en Éducation physique et sportive

Circonscription de Guebwiller