



Danse avec ta chaise – séance 9

Règles sanitaires

- Lavage des mains avant et après la séance.
- Pas de matériel susceptible d'être manipulé par plusieurs élèves.
- Pas de contact. Respect d'une distance de sécurité entre les élèves, adaptée à l'activité réalisée (2m activités statiques, 5m marche rapide, 10m course).
- Privilégier les activités de faible intensité et d'intensité modérée.

Domaine

Communiquer avec les autres au travers d'actions à visée expressive ou artistique à travers la danse. Construire et conserver une séquence d'actions et de déplacements, en relation avec d'autres partenaires, avec ou sans support musical.

Objectif : Prendre en compte les autres danseurs pour inscrire son action dans un projet collectif. Comprendre et s'exprimer à propos des propositions dansées des autres danseurs : devenir spectateur.

But pour l'élève

Réaliser un enchaînement à plusieurs avec une chaise avec l'intention d'exprimer une émotion. Observer les prestations des autres et exprimer ses émotions.

Contexte

Temps EPS quotidien
Durée : 45 mn à 1
heure, Enseignant
Groupe de maximum de 10 élèves en
maternelle et 15 élèves en élémentaire

Activité

DANSE à l'intérieur d'un espace délimité pour chaque danseur (minimum 4m²). Pas de passage au sol.

Intensités :

Faible (distanciation d'au moins 1m)

Moyenne (distanciation d'au moins 5m).

Lieu

**Cour d'école / préau /
Espace extérieur**

*Espace d'évolution délimité pour le groupe/
Zone d'attente pour les consignes avec
marquage au sol (1à 2m) / Sens de
circulation (entre ateliers par exemple) /
distanciation/ Organisation en fonction des
règles sanitaires.*

Matériel

La chaise nominative de l'élève (qu'il utilise dans la classe), **une craie** (pour indiquer le placement des chaises).

AUCUN matériel personnel.

Local matériel non accessible aux élèves.

Balisage mis en place par l'adulte + désinfection.

Trousse Covid19 : Lingettes désinfectantes aux normes, gel, mouchoirs en papier, masques adultes, poubelles.

Proposition Magali Pairault, Conseillère pédagogique EPS de la circonscription de Rochefort, à partir de l'ouvrage « Danser en maternelle » de D. Mégrier et F Willson_(RETZ) et Documents USEP Loire Atlantique.

Chaque élève installe sa chaise à plus de 2 mètres d'un autre. Un cercle d'environ deux mètres de diamètre est tracé autour de chaque chaise

Mise en danse : 10mn

Situations	Tâches et consignes	Conseils et observations
Le petit escalier Apprendre à respirer	Les enfants sont assis confortablement sur leur chaise, le dos bien droit. <ul style="list-style-type: none">- Inspirer l'air par le nez et le faire descendre dans l'abdomen.- Bloquer sur un temps très court le passage de l'air.- Inspirer une deuxième fois.- Bloquer à nouveau le passage de l'air.- Inspirer une troisième fois, puis bloquer.- Expulser l'air de façon continue.- Répéter l'exercice trois fois.	Exercice difficile qui demande de la concentration et une bonne connaissance du schéma corporel.
Petit Boudha Apprendre à se concentrer	Les enfants sont assis sur leur chaise <ul style="list-style-type: none">- Assis le dos droit, les mains sur les genoux, paumes en l'air, yeux fermés pour ceux qui le souhaitent.- Imaginer en se concentrant qu'ils portent une pomme dans chaque main.- Focaliser l'attention jusqu'à obtention d'une sensation de poids.	Même exercice que les séances 1 à 4 avec de la musique afin de recueillir le ressenti des élèves par rapport au début de la séquence. Approfondir la sensation de poids en insistant sur le fait de fermer les yeux pour mieux se concentrer et se représenter l'image d'une plume et d'un gros caillou. Vérifier que le dos reste droit.
Les moulinets en folie Apprendre le schéma corporel	Les enfants sont assis sur leur chaise <ul style="list-style-type: none">- Le dos est droit.- Les enfants vont faire des moulinets avec les deux poignets et les deux chevilles, en même temps.- Dans un sens puis dans l'autre, poignets et chevilles tournent vers l'intérieur, puis vers l'extérieur.- Pour les plus grands ou si les élèves sont près, il est possible de continuer l'exercice qui associe la cheville droit avec le poignet gauche et inversement.	Prolongement de l'exercice « la danse des moulinets » avec un prolongement sur les 4 articulations en même temps et le travail de latéralisation. Proposer une musique douce et rythmée.

<p>Clic ! Clac ! Kodak</p> <p>Apprendre à maîtriser l'équilibre</p>	<p>Les enfants sont debout dans leur espace scénique (à l'intérieur du cercle)</p> <ul style="list-style-type: none">- Chaque enfant évolue dans son espace. L'allure est neutre : ni trop raide, ni trop lent.- A la proposition verbale qui leur est faite par l'adulte, les enfants s'arrêtent et se figent.- L'enseignant fait des propositions avec des mots de tous ordres.- Au signal, les élèves reprennent la marche pour s'arrêter à nouveau sur une proposition.	<p>Prévoir des musiques lentes et douces.</p> <p>Les mots peuvent être des verbes d'action (courir, danser, consoler...), des noms d'objets (parapluie, ballon, doudou...), des émotions (peut, colère, joie, tristesse), des mots inducteurs de sentiments (câlin, maman, amour, cri, noir, tout seul, ensemble ...).</p> <p>Laisser une grande liberté d'interprétation.</p>
--	--	---

Les élèves doivent utiliser la chaise pour danser, utiliser la ligne et l'intérieur du cercle de plus de 2m de diamètre.

Création : 25 mn

Cette séance permet de travailler la composition chorégraphique à plusieurs.

Situations	Tâches et consignes	Conseils et observations
<p>Temps de recherche</p> <p>Les élèves vont se mettre en binôme pour inventer une histoire.</p> <p>Exploiter les idées les plus originales et/ou émouvantes</p>	<p>1- Créer un groupe de danseur : Vous allez être dans un groupe de plusieurs danseurs, chacun restera dans son cercle, mais vous allez danser en faisant attention aux autres.</p> <p>Comme la dernière fois, il y a un danseur qui va commencer à danser puis quand il le souhaite il s'arrête, même si c'est en plein milieu de sa phrase dansée, pour inviter ses camarades à danser à leur tour. Il nomme le camarade qui va devenir le meneur. Quand les camarades voient que le danseur est arrêté alors ils font attention à la désignation du nouveau meneur. Celui-ci commence alors son histoire en dansant à son tour, puis s'arrête quand il le souhaite. Les autres danseurs suivent alors le nouveau meneur.</p> <p>Chacun danse en alternance, sous forme de relais, jusqu'à ce que chaque danseur atteigne son point d'arrivée.</p> <p>Comme d'habitude, vous décidez de votre point de départ, vous vous dirigez vers votre chaise, vous choisissez 2 ou 3 positions puis vous quittez la chaise pour atteindre votre point d'arrivée.</p> <p>2- Maintenant que vous avez rencontré vos partenaires, vous allez imaginer une histoire tous ensemble, toujours chacun dans votre cercle. Le temps de la musique, les élèves explorent à plusieurs cette nouvelle consigne.</p> <p>3- Choisir une proposition et la présenter pour ceux qui le souhaitent ou si l'enseignant a repéré des propositions intéressantes.</p> <p>4- Verbaliser sur les différentes propositions en mettant en avant cette notion de relation à l'autre : Que fait l'un par rapport à l'autre ? Est-ce la même danse ? Est-ce qu'ils dansent en même temps ? Que ressentez-vous en tant que spectateurs ? Prendre appui sur les observations effectuées pour proposer la consigne du deuxième temps.</p>	<p>Même exercice de mise en danse qu'à la séance 8, mais à plusieurs.</p> <p>Le nombre d'élèves dans le groupe ne doit pas être trop élevé pour débiter ce travail de composition à plusieurs : 3 ou 4 élèves maximum.</p> <p>Un travail préalable sur la relation à l'autre et la composition à plusieurs continue en classe à travers les différentes vidéos proposées.</p> <p>La différence entre danser seul, à deux, à plusieurs : les danseurs réalisent-ils les mêmes gestes ? En même temps ? Avec qui ? Comment ?...</p> <p>Importance de favoriser l'écoute de l'autre pour construire.</p> <p>Dans le contexte sanitaire actuel, il peut être intéressant de travailler principalement sur la notion de temps : jeu en miroir, jeu en parallèle, jeu en alternance, jeu en cascade, jeu en canon. Cette séance proposera de prioriser le canon.</p> <p>Le choix est à adapter selon l'âge des élèves et les propositions de ce temps de recherche des élèves et aussi sur les observations faites en classe, à partir des vidéos ressources sur les notions « en miroir, en parallèle, en alternance, en cascade, en canon ».</p>

<p>Temps d'exploitation Explorer le plus de propositions possibles à plusieurs et à partir d'une contrainte</p>	<p>Vous allez imaginer une histoire en canon. Les danseurs réalisent leur phrase dansée en un temps décalé. Il est possible de donner le repère de la chaise, par exemple quand le camarade a touché sa chaise, le suivant commence sa danse. Il est possible de proposer de faire un enchaînement identique avec les plus grands et différents avec les plus petits, ou proposer le choix pour chaque groupe. Les élèves recherchent les différentes possibilités de produire cette composition. L'enseignant attire l'attention des élèves sur quelques critères de réalisation : importance de l'observation des autres, de garder un même rythme dans la danse.</p>	<p>L'enseignant circule auprès des élèves pour encourager, relancer, répéter les consignes.</p> <p>Ne pas hésiter à faire référence à ce qu'a fait un camarade pour aider un élève en difficulté.</p> <p>Pour les plus petits, il est possible de donner un repère auditif pour le départ en plus du repère visuel: tambourin, frapper dans les mains</p>
<p>Temps des choix Faire des choix pour une composition à plusieurs de phrases chorégraphiques.</p>	<p>Choisir parmi toutes vos idées votre enchaînement personnel ou du groupe : départ sur un point du cercle (ligne), avancer vers la chaise, enchaîner les 2 ou 3 positions, rejoindre un point sur le cercle (ligne). Se concentrer sur le moment de départ. Danser en canon. Trouver des respirations, un rythme commun tout au long de la phrase dansée pour la réaliser en canon, sans avoir à vérifier constamment où se situe le partenaire dans la phrase. Prendre le temps de tenir les positions en marquant un temps de pause. Répéter plusieurs fois afin que cela soit réalisable par les deux danseurs.</p>	<p>Accompagner les différents groupes lors de cette phase pour favoriser l'utilisation de ses respirations, de la recherche d'un rythme commun : utilisation possible de claquement de doigts, balancements, inspiration /allongement...</p>
<p>Temps de la communication Donner à voir sa composition aux autres.</p>	<p>Présenter la danse aux autres élèves par groupe d'élèves (départ, 2 ou 3 positions et fin) en tenant compte de la consigne. Les observateurs doivent observer si les danseurs ont essayé de respecter la contrainte. Verbaliser sur cette notion de relation à l'autre : Ont-ils réussi à danser ensemble ? En canon ? Quelles difficultés ? Comment arriver à danser avec l'autre ? Que ressentez-vous en tant que danseurs, en tant que spectateurs?</p>	<p>Les danseurs prennent le temps d'observer leur partenaire afin d'évoluer ensemble tout en essayant de vivre l'histoire imaginée.</p>

Retour au calme : 5 mn

Situation	Tâches et consignes	Conseils et Observations
Je suis lourd Apprendre à se relaxer	Les enfants sont assis sur leur chaise : <ul style="list-style-type: none">- S'asseoir confortablement.- Respirer régulièrement.- Détendre tous les muscles (rappeler l'exercice de la poupée), du front aux pieds.- L'enseignant demande d'imaginer une sensation agréable de lourdeur (comme le gros caillou) dans tout le corps : « je suis lourd, très lourd ».- Puis l'enseignant guide le retour à l'éveil, des pieds à la tête.	La musique doit être calme et l'enseignant calme.

La dernière séance proposera d'exploiter l'ensemble de ce qui a été abordé durant la séquence tout en ciblant des choix de composition collective (ensemble, en décalé, en cascade...).

Ressources pour enrichir les propositions et s'appropriier une culture artistique

Cycle I

Cycle II

Ressource vidéo qui peut être visionnée à l'issue de la séance en classe afin de préparer la séance 9 (attention pas de passage au sol possible actuellement pour les élèves et espace limité).

Travail sur la relation à l'autre : en groupe, le collectif

[Echad Mi Yodea](#)

'Echad Mi Yodea' from "Decadance" / "Deca'le" for the entire family
By Ohad Naharin Performed by Batsheva - the Young Ensemble
Choreography: Ohad Naharin
Lighting Design: Avi Yona Bueno (Bambi)
Costume Design: Rakefet Levi
Music arranged and performed by Ohad Naharin and The Tractor's Revenge.
World Premiere: 2000, Suzanne Dellal Center, Tel Aviv

Ressources en lien avec l'Education Musicale :

[Stomp Live](#)

2008 part 3

[Chaises Musicales](#)

Centre Culturel Suisse
Performance / Julian Sartorius & Eric Hattan, 2014

D'autres ressources vous seront proposées au fil des séances.