

Communauté française

Enseignement secondaire artistique à horaire réduit (ESAHR)

Programme de cours établi par les Fédérations de Pouvoirs organisateurs CECP et FELSI

Domaine de la danse

Cours de base

Danse contemporaine

Filières préparatoire, de formation et de qualification

Approuvé par décision ministérielle le 19 décembre 2018

Référence : R8130

Objectifs d'éducation et de formation artistiques

Pour toutes les filières :

- Le développement des facultés :
 - d'observation ;
 - de concentration ;
 - d'écoute ;
 - d'analyse ;
 - de mémorisation ;
 - d'imagination ;
 - d'expression ;
 - d'adaptation aux contextes ;
 - de communication.
- Le développement :
 - de la précision
 - du sens critique
- Le développement des capacités sensibles telles que l'ouïe, la vue, la voix et le toucher.
- L'encouragement à la curiosité de l'élève.
- La découverte de multiples facettes de l'art chorégraphique.
- L'apprentissage d'une rigueur personnelle de travail menant vers un désir de précision dans l'exécution des différentes tâches.
- L'intégration des principes du mouvement : alternance des oppositions dans les actions, tension-détente, rythme, équilibre (stabilité/labilité), effort/récupération.
- La différenciation du corps neutre et du « corps dansant ».
- Le développement des possibilités articulaires, musculaires et ligamentaires.
- L'organisation des mouvements dans l'espace.
- L'éducation à l'autocorrection en favorisant l'attention portée aux sensations.
- L'épanouissement de l'individu, en faisant appel à son imaginaire, en suscitant en lui le plaisir que procure la maîtrise du corps et du mouvement et encourageant l'initiative personnelle.
- Le développement de l'intelligence artistique, de la maîtrise technique, de l'autonomie et de la créativité.

A partir de la filière de Formation :

- L'élaboration du placement du corps (axe corporel et appuis).
- L'apprentissage progressif du vocabulaire spécifique.
- La canalisation et l'extériorisation des énergies.
- La recherche de la précision, de la qualité, de la cohérence, de la musicalité et de la fluidité dans l'exécution des mouvements.
- L'harmonisation de l'emploi du corps, de l'esprit et des intuitions en sollicitant les connaissances techniques et théoriques en fonction des capacités propres à chaque individu.
- L'initiation à l'endurance et au dépassement de soi.

Ces objectifs d'éducation sont implicites dans toutes les activités.

Socles de compétences

A EXERCER

jusqu'au terme de la formation artistique (à l'exception de la filière préparatoire)
et prenant en compte l'intelligence artistique, la maîtrise technique, l'autonomie et la créativité de l'élève

Sur base des objectifs d'éducation et de formation artistiques et des contenus enseignés, l'élève démontre ses capacités à :

- S'adapter aux situations d'apprentissage, de réalisation et de présentation.
- Participer aux activités collectives et s'investir avec rigueur et constance dans les différentes démarches.
- Etre à l'écoute, accepter et réagir à l'imprévisible.
- Utiliser les savoirs et les savoir-faire pour l'élaboration d'un langage gestuel personnel.

Filière PREPARATOIRE :

Contenus

- Actions : saut, chute, déplacement (explorer différentes possibilités), geste (isolation d'une partie du corps), tour, déséquilibre, immobilité, transfert (d'un pied sur l'autre mais aussi d'une partie du corps sur une autre), torsion, ouverture, fermeture ;
- Lignes, courbes ;
- Notion de durée et vitesse (accélérer, ralentir, long, bref, ...) ;
- Les différentes parties du corps, articulations, surfaces ;
- Mesures et tempo ;
- Appuis sur les pieds et différentes parties du corps.

Filière de FORMATION

Contenus	Compétences à maîtriser prenant en compte l'intelligence artistique, la maîtrise technique, l'autonomie et la créativité
<ul style="list-style-type: none"> • Conscientisation du corps dans ses différents états • Isolation des membres par rapport au tronc • Alignement par rapport à la verticalité et élimination des tensions • Moteurs du mouvement • Différentes manières de mettre un élément en évidence : cacher, montrer, toucher, isoler, répéter, entourer, ... • Les différentes parties du corps, les extrémités, les articulations et les surfaces • Disponibilité de la colonne vertébrale dans les 3 plans de l'espace dans la colonne vertébrale • Poids du corps, relation à la gravité • Conscientisation des surfaces et appuis au sol • Stabilité dans les appuis • Elimination des gestes parasites 	<p>L'élève démontre ses capacités à :</p> <p>Utiliser son corps de manière spécifique (en fonction de la technique pratiquée) :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identifier, isoler, coordonner et dissocier les différentes parties du corps dans des mouvements simples ; • Démontrer la compréhension de la verticalité et de la latéralité ; • Établir le centre de gravité ; • Maîtriser les appuis sur 1 et 2 pieds et d'autres parties du corps ;
<ul style="list-style-type: none"> • Actions de base : saut, chute, déplacement, geste, tour, déséquilibre, immobilité, transfert, torsion, ouverture, fermeture (éparpiller/rassembler) 	<p>Maîtriser les actions de base :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Maîtriser et différencier les actions de base de manière isolée et combinée ; • Identifier et maîtriser les actions de base dans le vocabulaire spécifique élémentaire ;
<ul style="list-style-type: none"> • Tension/détente, opposition, équilibre/déséquilibre, effort/récupération 	<p>Utiliser les principes du mouvement :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identifier, faire preuve de compréhension et intégrer les principes du mouvement lors de l'exécution de mouvements simples ;

<ul style="list-style-type: none"> • Point, ligne droite, ligne courbe • Espace général, kinésphère : distinction de ce qui est devant, derrière ou à côté de moi dans la kinésphère et de ce qui va en avant, en arrière ou sur le côté dans l'espace général. • Espace concentrique et excentrique • Plans, directions, orientations (face à, de profil, dos à, face à face, dos à dos, côte à côte, ...), dimensions (haut/bas, gauche/droite, avant/arrière), niveaux (haut-moyen-bas) • Taille (petit, grand, plus petit que, ...) • Pose, progression spatiale (trajectoire), projection spatiale, tension spatiale (volume) 	<p>L'élève démontre ses capacités à :</p> <p>Utiliser les éléments constitutifs de l'espace :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identifier les éléments constitutifs de l'espace ; • Gérer l'amplitude de ses mouvements en fonction des autres, des distances à parcourir et de l'espace à occuper ; • Respecter les distances, les alignements, les emplacements déterminés ; • Démontrer la compréhension et un certain degré de maîtrise de la matérialisation de la forme des mouvements dans l'espace.
<ul style="list-style-type: none"> • Rythmes du mouvement : mise en évidence de la décélération, de l'accélération, de la suspension et du rebond (impulse, impact, swing, rebond et continu) • Qualités du mouvement : léger, lourd, fort, doux, direct, flexible, soudain, soutenu, libre, contrôlé • Durée (long/court), et de vitesse (lent, rapide) des mouvements • Relation entre musique et mouvement • Mesures binaires (2/4, 4/4, 3/4) 	<p>Faire preuve d'un certain degré de conscience et de maîtrise de l'énergie et du temps :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Intégrer les notions d'anticipation, suspension, durée, vitesse des mouvements avec et sans musique ; • Canaliser son énergie ; • Utiliser et rendre visibles les rythmes du mouvement ; • Lier une phrase de mouvements simples ; • Identifier, formuler et modifier le rythme, la qualité et l'intensité d'un mouvement ou d'un ensemble de mouvements ; • Réagir aux variations de tempo.
<ul style="list-style-type: none"> • Préparation, action, conclusion d'une phrase • Voir, regarder, proposer, transformer, choisir... • Etre à l'écoute, « sentir » l'autre (les autres) • Eléments relatifs aux aspects relationnels : utilisation du regard, proximité, éloignement, contact, ... 	<p>Réaliser – Interpréter - Créer :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Participer à la réalisation de mouvements d'ensemble ; • Mémoriser et interpréter un ensemble d'actions, un enchaînement, une courte variation avec une résonance personnelle.

Filière de QUALIFICATION

Contenus	Compétences à maîtriser prenant en compte l'intelligence artistique, la maîtrise technique, l'autonomie et la créativité
<ul style="list-style-type: none"> • Coordination et dissociation des mouvements des bras et des jambes en lien avec le torse • Connexion centre/périphérie • Spirale • Disponibilité des charnières articulaires • Elimination des tensions inutiles • Affiner la perception de son corps : mettre en adéquation la perception de la sensation (image interne) avec ce qui est donné à voir (image externe). 	<p>L'élève démontre ses capacités à :</p> <p>Utiliser son corps de manière spécifique :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Etre à l'écoute des sensations procurées par le mouvement et apporter des corrections quant au placement des différentes parties du corps dans les poses et dans le mouvement ; • Coordonner et dissocier les différentes parties du corps dans des mouvements plus élaborés ; • Maîtriser la verticalité ; • Exploiter le centre de gravité.
<ul style="list-style-type: none"> • Combinaison plus complexe d'actions et changements de niveau • Transferts du poids sur différentes parties du corps • Différence entre essentiel et accessoire 	<p>Maîtriser les actions dans le vocabulaire spécifique :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Maîtriser les appuis sur 1 et 2 pieds et d'autres parties du corps ; • Maîtriser les équilibres, pas de liaison, tours et sauts de moyenne difficulté ; • Identifier les dysfonctionnements et y remédier lorsqu'ils ne sont pas le résultat d'un choix délibéré.
<ul style="list-style-type: none"> • Cf. filière de Formation 	<p>Utiliser et maîtriser les éléments constitutifs de l'espace :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utiliser et modifier les directions et les orientations dans la kinésphère et l'espace général ; • Maîtriser et modifier la forme d'un mouvement ou d'un ensemble de mouvements ; • Gérer l'amplitude de ses mouvements en fonction des autres, des distances à parcourir et de l'espace à occuper.

<ul style="list-style-type: none"> • Organicité et fluidité des enchaînements • Différents états toniques du corps • Nuances dans l'utilisation de l'énergie dans différentes parties du corps • Notion du phrasé des mouvements • Poids, contrepoids, suspension • Force centrifuge et centripète • Espace matière (eau, air, ...) • Dynamique sonore par le biais d'actions telles que : tapoter, caresser, frapper, fouetter • Nuances dans la durée, l'intensité et la vitesse (plus longtemps, plus fort, plus vite, moins vite, ...) 	<p>L'élève démontre ses capacités à :</p> <p>Maîtriser la dynamique des mouvements :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gérer l'énergie de manière consciente et appropriée dans les différentes parties du corps (simultanée et différenciée) ; • Dans un enchaînement, utiliser, modifier et rendre visibles différents rythmes du mouvement : accélération – décélération – continu – rebond – swing (balancier) ; • Reconnaître l'expressivité suggérée par les différentes dynamiques et les utiliser pour l'élaboration d'un matériel personnel ; • Lier une phrase de mouvements ; • Varier la durée, la vitesse des mouvements ; • Associer /dissocier consciemment la dynamique du mouvement à/de celle de la musique ; • Identifier, formuler et modifier la qualité et l'intensité d'un mouvement ou d'un ensemble de mouvements.
<ul style="list-style-type: none"> • Expérimentation, improvisation, composition d'un mouvement, d'une séquence, d'une danse, de manière collective, individuelle, en duo en vue de l'émergence du geste personnel • Relation musique/mouvement • Les composantes d'une œuvre chorégraphique : époque, genre (M/F), costumes, éclairages, son, lieu, ... 	<p>Réaliser - Interpréter - Créer :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Prendre des risques dans l'engagement physique ; • Participer à la réalisation de mouvements d'ensemble ; • Mémoriser et interpréter un ensemble d'actions, un enchaînement, une courte variation avec une résonance personnelle ; • Formuler la critique objective d'une production artistique suite à l'observation, l'écoute et l'analyse de ses composantes ; • Composer une séquence de mouvements, sur base de consignes précises concernant les paramètres espace – temps – dynamique – permettant l'épanouissement et le développement artistique de l'élève et suscitant le plaisir que procure la maîtrise du corps et du mouvement.