

Danses traditionnelles

.....Vers un bal traditionnel 2019



Romain Zuliani - CPD EPS
Circonscription d'Aulnay 1 - Alexandra Aïfoun, CPC EPS
Circonscription d'Aulnay 2 - Virginie Collin, CPC EPS
Circonscription de Noisy-le grand - Florence Bonvallet, CPC EPS
Circonscription de Sevrans - Rémi Husson, CPC EPS
En partenariat avec l'USEP 93

Sommaire

Introduction :

- Danse traditionnelle à l'école
- Pourquoi faire pratiquer la danse traditionnelle à l'école ?
- Références aux programmes

1. Construire un module d'apprentissage p 5
2. Démarrer et conduire une séance p 5
3. Mise en danse : quelques exemples p 7
4. Fiches des danses traditionnelles :
 - Le saut du lapin p 8
 - Le cercle circassien p 9
 - Branle de la Montarde p 10
 - Chilili p 11
 - La polka de Pompogne p 12
 - Madison p 13
 - Cochinchine p 14
 - Valse en rond - La marianne p 15
 - Contredanse à 6 dite «Le serpent » p 16
5. Carnet de bal p 17

« DANSE TRADITIONNELLE A L'ECOLE »

Danse folklorique, folklore, danse folk, danse traditionnelle, danses traditionnelles du monde, danse trad, danse collective, danse populaire...de quelle danse parle-t-on ?

Nous choisissons, dans le cadre de la démarche que nous retenons à l'école primaire, de parler de « **danse traditionnelle** ». Ce terme désigne des danses en groupe (souvent en cercle ou en farandole) d'origine populaire puisqu'elles se dansaient dans les villages, faisant partie d'un ensemble de savoirs venant du passé. Rappelons que le terme « tradition » vient du latin *traditio*, qui signifie « action de livrer, de transmettre ». Il est intéressant de constater que le sens étymologique du mot met l'accent sur la transmission des danses à travers les époques et induit ainsi une perspective dynamique et évolutive permettant aux danses de conserver leur côté vivant. Nous ne considérons donc pas les danses traditionnelles comme des danses figées et immuables qu'il s'agirait d'imiter et de reproduire comme au « bon vieux temps ».

L'idée de « tradition » renvoie par ailleurs à la notion d'appartenance à un collectif, une communauté, une région, un pays.

Par rapport aux termes « **collectif** » et « **populaire** » qui mettent l'accent, pour l'un sur le *danser ensemble*, pour l'autre sur l'appartenance des danses au savoir populaire, nous avons préféré le terme « traditionnel » qui englobe l'aspect collectif et l'aspect populaire des danses et qui présente un champ sémantique plus vaste et riche.

Le fait d'avoir opté pour le terme « danse traditionnelle » nous situe donc dans le cadre d'une danse de pratique à faire vivre, à adapter, à faire évoluer, voire à enrichir, bref à une danse traditionnelle en mouvement, qui laisse place au plaisir, au partage, à l'échange, à la rencontre, à la convivialité ; et qui se joue dans la tension permanente entre universel et local, tradition et création, individuel et collectif.

Pourquoi faire pratiquer la danse traditionnelle à l'école ?

L'éducation artistique et culturelle est au cœur du pédagogique et fait partie des missions démocratiques fondamentales de l'école, comme le précisent les textes officiels.

Elle offre un accès à la culture, au patrimoine, elle permet de vivre un autre rapport à soi, à l'autre, aux savoirs où l'approche des différences est source d'enrichissement.

Elle donne à chacun les moyens d'observer, d'expérimenter et de comprendre le monde.

L'école ne doit pas seulement transmettre des connaissances mais favoriser des expériences et des pratiques permettant aux élèves de se repérer, de donner du sens, de verbaliser et conceptualiser à partir de ce vécu.

La danse, sous toutes ses formes est un lieu de langage avant les mots. Le langage ne se limite pas au cadre restreint de la langue, notre système de communication est en réalité constitué de nombreux langages : gestuel, verbal, graphique, tactile...

C'est à partir des expériences, de l'« agir » que se construit le langage des mots. L'enfant partira du vécu pour le parler, le représenter puis l'écrire.

L'école doit donc permettre à l'enfant de vivre des activités engageant le corps dans sa dimension personnelle, culturelle et sociale.

La danse traditionnelle est particulièrement formatrice pour l'enfant car on y retrouve l'aspect collectif, ludique, corporel et musical. De plus, c'est un style de danse qui se caractérise par son accessibilité. De plus, c'est un style de danse qui se caractérise par son accessibilité et sa relative facilité à être mis en place. Rappelons que, à l'origine, il s'agissait de danses auxquelles tout un chacun pouvait participer, ce qui veut dire que l'une de leurs fonctions était bien de faire danser l'ensemble d'une communauté, d'un village.

Elle permet de :

- découvrir d'une façon simple et ludique les richesses du mouvement et le plaisir de danser ;
- favoriser un esprit de groupe et de partage, en développant l'écoute, l'attention à l'autre, le respect, la tolérance, en incitant à l'échange, à la communication et à la collaboration dans un projet commun ;
- découvrir et mettre en valeur, à travers la danse et la musique, la culture traditionnelle propre à chaque pays.

En références aux programmes, la danse traditionnelle contribue au développement de compétences motrices : coordination, latéralisation, mémoire motrice, orientation dans l'espace et le temps, acquisition d'un langage corporel (code, pas, figures...) représentant un vocabulaire commun.

Agir, s'exprimer, comprendre à travers l'activité physique

Bulletin officiel spécial n° 2 du 26 mars 2015

La pratique d'activités physiques et artistiques contribue au développement moteur, sensoriel, affectif, intellectuel et relationnel des enfants. Ces activités mobilisent, stimulent, enrichissent l'imaginaire et sont l'occasion d'éprouver des émotions, des sensations nouvelles. Elles permettent aux enfants d'explorer leurs possibilités physiques, d'élargir et d'affiner leurs habiletés motrices, de maîtriser de nouveaux équilibres. Elles les aident à construire leur latéralité, l'image orientée de leur propre corps et à mieux se situer dans l'espace et dans le temps. Ces expériences corporelles visent également à développer la coopération, à établir des rapports constructifs à l'autre, dans le respect des différences, et contribuer ainsi à la socialisation. La participation de tous les enfants à l'ensemble des activités physiques proposées, l'organisation et les démarches mises en œuvre cherchent à lutter contre les stéréotypes et contribuent à la construction de l'égalité entre filles et garçons. Les activités physiques participent d'une éducation à la santé en conduisant tous les enfants, quelles que soient leurs « performances », à éprouver le plaisir du mouvement et de l'effort, à mieux connaître leur corps pour le respecter.

Communiquer avec les autres au travers d'actions à visée expressive ou artistique

Les situations proposées à l'enfant lui permettent de découvrir et d'affirmer ses propres possibilités d'improvisation, d'invention et de création en utilisant son corps. L'enseignant utilise des supports sonores variés (musiques, bruitages, paysages sonores...) ou, au contraire, développe l'écoute de soi et des autres au travers du silence. Il met à la disposition des enfants des objets initiant ou prolongeant le mouvement (voiles, plumes, feuilles...), notamment pour les plus jeunes d'entre eux. Il propose des aménagements d'espace adaptés, réels ou fictifs, incitent à de nouvelles expérimentations. Il amène à s'inscrire dans une réalisation de groupe. L'aller-retour entre les rôles d'acteurs et de spectateurs permet aux plus grands de mieux saisir les différentes dimensions de l'activité, les enjeux visés, le sens du progrès. L'enfant participe ainsi à un projet collectif qui peut être porté au regard d'autres spectateurs, extérieurs au groupe classe.

→Ce qui est attendu des enfants en fin d'école maternelle

Coordonner ses gestes et ses déplacements avec ceux des autres, lors de rondes et jeux chantés.

COMPETENCES TRANSVERSALES →Ce qui est attendu des enfants en fin d'école maternelle

- **Agir, s'exprimer, comprendre à travers les activités artistiques**
 - Avoir mémorisé un répertoire varié de comptines et de chansons et les interpréter de manière expressive.
 - Jouer avec sa voix pour explorer des variantes de timbre, d'intensité, de hauteur, de nuance.
 - Repérer et reproduire, corporellement ou avec des instruments, des formules rythmiques simples.
- **Mobiliser le langage dans toutes ses dimensions**
 - Communiquer avec les adultes et avec les autres enfants par le langage, en se faisant comprendre.
 - S'exprimer dans un langage syntaxiquement correct et précis. Reformuler pour se faire mieux comprendre.
 - Pratiquer divers usages du langage oral : raconter, décrire, évoquer, expliquer, questionner, proposer des solutions, discuter un point de vue.
- **Construire les premiers outils pour structurer sa pensée**
 - Utiliser le nombre pour exprimer la position d'un objet ou d'une personne dans un jeu, dans une situation organisée, sur un rang ou pour comparer des positions.
- **Explorer le monde**
 - Ordonner une suite de mouvements en marquant de manière exacte succession et simultanéité.
 - Utiliser des marqueurs temporels adaptés (puis, pendant, avant, après...) dans les explications.
 - Se situer par rapport à d'autres, par rapport à des objets repères.
 - Dans un environnement bien connu, réaliser un trajet, un parcours à partir de sa représentation (dessin ou codage).

1. Construire un module d'apprentissage

Pour que les élèves puissent progresser, il est nécessaire de leur faire vivre un module d'un minimum de **6 à 12 séances**, au rythme d'une à deux séances par semaine.

La **durée de la séance** peut être de **30 minutes à 1 heure** selon :

- l'âge des enfants,
- le niveau d'expérience des enfants en danse,
- la place de la séance dans le module,
- le contenu de la séance.

Le nombre de danses retenu, le choix des danses ainsi que leur progression tiendra compte des objectifs visés, de l'âge et des besoins des élèves.

Le module d'apprentissage conçu comme un cadre qui guide et structure l'ensemble des séances sera adapté, ajusté au fur et à mesure, en fonction des réponses des élèves.

Deux types d'objectifs complémentaires sont à prendre en compte dans l'élaboration du module :

- **les objectifs généraux**, en référence aux compétences du socle commun

Notons que l'apprentissage des danses traditionnelles facilite et motive l'apprentissage dans d'autres disciplines. Chaque danse n'est pas seulement une chorégraphie ; elle est aussi le reflet de la culture d'un pays et d'une époque, des traditions d'un peuple.

A ce titre, toute référence à l'histoire, à la géographie, aux langues étrangères, à la musique, aux autres arts, aux coutumes d'un pays peut faire l'objet d'un projet pédagogique transversal.

- **les objectifs spécifiques**, en référence aux compétences motrices citées page 3 ;

Vous pourrez retrouver dans les fiches de description des huit danses retenues, les éléments caractéristiques qui sont associés à chacune de ces danses ; les objectifs spécifiques de chaque danse se réfèrent à deux questions clefs : **pourquoi faire travailler cette danse ? que fait-elle découvrir aux élèves ?**

Par exemple, « Branle de la Montarde » permet de travailler le pas de branle, l'écoute musicale, le changement de leader ; « Le saut du lapin » permet de travailler le déplacement marché ou sautillé.

Une **progression** dans l'apprentissage sera mise en œuvre afin de conduire les élèves à intégrer et enchaîner tous les éléments caractéristiques qui composent une danse.

Vous trouverez dans les fiches de description des danses quelques propositions de progression.

Le module d'apprentissage pourrait conduire à l'organisation d'un bal à l'école avec invitation d'autres classes et /ou des parents.

2. Démarrer et conduire une séance

Avant et/ ou après la séance, en classe

Afin que la séance de danse soit une séance d'EPS offrant aux élèves un **temps réel d'action**, la préparation et l'exploitation de celle-ci pourront être réalisés en classe.

La préparation de la séance peut prendre plusieurs formes, par exemple :

- un rappel de la ou des séances précédentes, la présentation de la séance
- la répartition éventuelle des groupes, des couples...
- la découverte d'un morceau musical en amorçant le travail d'écoute et de repérage des phrases musicales, éventuellement de la chanson ...

La séance, une fois finie, pourra donner lieu à une exploitation dans d'autres champs disciplinaires par un travail par exemple de verbalisation, de vocabulaire, de chronologie....

Déroulement de la séance

La séance se compose de plusieurs temps.

La mise en danse :

- La mise en danse est un moment essentiel permettant d'instaurer un climat favorable à l'apprentissage de la danse traditionnelle. Elle a pour but de préparer le corps progressivement, d'éveiller la concentration et de favoriser l'écoute indispensable à ce type de travail. Elle doit permettre de prendre conscience de l'appartenance à un groupe auquel on est relié par les mains, le regard, les pas... Différents déplacements pourront ainsi être proposés en farandole ou en cercle.

- La mise en danse induit et prépare l'apprentissage d'éléments spécifiques aux danses prévues dans la séance. Par exemple : déplacements de petites farandoles, tourner à deux en se tenant par les mains, tourner bras en crochet avec son partenaire...

Voir quelques exemples de mise en danse page 7.

Le corps de la séance :

Le corps de la séance est composé essentiellement des danses traditionnelles que l'enseignant a choisi de faire apprendre aux élèves. Le nombre de danses retenues dans une séance sera fonction de l'âge, de l'expérience dansante et des besoins des élèves. L'enseignant proposera une progression dans l'apprentissage pour les danses plus élaborées.

A ces danses, peuvent être ajoutées des **situations créatives** qui permettent de préparer les danses ou d'aller plus loin, à partir soit des danses spécifiques soit des fondamentaux de la danse traditionnelle.

D'une séance à l'autre, l'enseignant pourra :

- faire répéter les danses déjà apprises ;
- faire évoluer une danse précédemment apprise, soit en complétant la progression d'une danse qui a été simplifiée auparavant, soit en intégrant des moments créatifs à l'intérieur d'une danse ;
- faire apprendre une à deux nouvelles(s) danse(s) ;
- faire vivre des situations créatives.

Des temps seront prévus pour **montrer/regarder**.

Un groupe d'élèves acteurs montre à un groupe d'élèves spectateurs/observateurs. L'observation participe des apprentissages et permet d'habituer les élèves à regarder les autres avec respect, attention et bienveillance. Cela permet aussi d'éduquer plus largement le regard des élèves à la danse, en tant qu'expression artistique et forme esthétique.

Quelques remarques sur le rôle de l'enseignant.

- Il crée un climat de confiance, donne l'envie de danser, stimule.
- Il favorise un apprentissage par imitation. Après de courtes explications, il fait entrer rapidement les élèves dans la danse puis apporte progressivement les précisions nécessaires.
- Il organise et structure l'apprentissage des danses en mettant en place des progressions.
- Il adapte et ajuste les propositions pédagogiques en fonction des réponses des élèves, met en place si nécessaire des situations de remédiation.
- Il observe et se met à l'écoute de la classe.
- Il conduit les élèves à s'écouter, se regarder, se toucher avec attention et respect.
- Il éduque à l'ouverture aux différentes cultures sous-jacentes aux danses et aux musiques traditionnelles.

3. Mise en danse : quelques exemples

Il s'agit de préparer l'entrée dans la danse, de préparer progressivement le corps, en accordant une attention particulière à la **notion d'écoute** pour être en « état de danse ».

Etre à l'écoute signifie entendre, comprendre, partager, anticiper... C'est un état préalable à toute action, indispensable à toute recherche de qualité gestuelle, musicale ; c'est une condition de la disponibilité, de l'attention portée à soi et à l'autre.

On privilégiera une approche ludique favorisant le plaisir et l'envie de partager.

Voici quelques suggestions de mise en route, non exhaustives, qui pourront être enrichies par vos idées et vos expériences. Tous les morceaux proposés peuvent être utilisés.

- **En farandole** où l'animateur propose des mouvements que les élèves reproduisent (morceau n°1) :

Différentes manières de se déplacer sur la pulsation de la musique (marche, pas couru, sautillés)

Différents mouvements de la partie basse du corps (pieds, chevilles, genoux, bassin).

Directions des déplacements (avancer, reculer, serpenter...)

- **En cercle**, en se tenant les mains ou pas :

Orientations par rapport au centre (face au centre, avancer/reculer, SIAM/SAM, déplacements latéraux...).

Différents mouvements du haut du corps (bras, épaules, tête, balance des bras et du corps...).

- **En différentes formations**, qui peuvent être exécutées seules ou en alternance avec les autres formations :

Par quatre : petites farandoles où chacun est leader et serpente dans toutes les directions en occupant bien l'espace.

Par deux : tourner ensemble en se tenant par une main puis par l'autre, en marchant, en sautillant...
Changer éventuellement de partenaire.

Par trois : petite ronde fermée où l'on tourne dans un sens et dans l'autre, en marchant, en sautillant...
Changer éventuellement de groupe.

Consulter également sur le site EPS danse la rubrique « danse de création » : Exemples de mise en danse pour introduire une séance.

4. Fiches des danses traditionnelles :

LE SAUT DU LAPIN *

Il s'agit d'un rondeau, danse emblématique et ancienne de Gascogne. Danse en plusieurs petites chaînes, les meneurs ont le choix de leur itinéraire, elle est appréciée des enfants car elle offre une liberté.

**Pourquoi faire travailler cette danse ? Que fait-elle découvrir aux élèves ?
Si le déplacement, marché ou sautillé, est aisé, les sauts et la reprise de la danse, pour ludiques qu'ils soient, requièrent une certaine attention. Cette danse offre une liberté dans les chemins et modes de déplacement**

Formation de départ : en petites chaînes, en se tenant par la main droite derrière, départ pied G.

Musique : Introduction très courte de 4 temps

1^{ère} partie

Les danseurs effectuent seize pas marchés (2 fois 8 temps)

2^{ème} partie

Ils s'arrêtent pour effectuer deux sauts sur place, pieds joints (1-2 et 3-4), puis enchaînent avec quatre pas marchés puis même chose mais sur le 4^{ième} temps, ils frappent une fois dans leurs mains et **change de main** (si la main gauche était devant, c'est désormais à la droite d'y être).

Suggestions de simplification/ progression

- Jouer sur le nombre de danseurs dans la chaîne
- On pourra remplacer les 4 pas marchés par un tour sur soi
- On pourra proposer des modes de déplacement différents
- On pourra proposer des changements de sens

CERCLE CIRCASSIEN **

Danse d'origine anglaise de la famille des « Mixers », c'est-à-dire des danses où l'on change de partenaire afin de permettre la rencontre des danseurs. Elle est très répandue dans les bals folks et traditionnels.

Pourquoi faire travailler cette danse ? Que fait-elle découvrir aux élèves ? La ronde, le travail en couple ...

Formation de départ : En cercle, garçons et filles alternés, les mains tenues et bras en bas, face au centre, partir du pied D.

Musique : Petite introduction de 4 temps puis démarrer avec le 1^{er} temps de la phrase musicale.

1^{ère} partie

Tout le monde avance en marchant sur 4 temps et recule sur 4 temps aussi.
Répéter une autre fois.

Se lâcher les mains. Puis les filles avancent en marchant sur 4 temps et reculent sur 4 temps, pendant que les garçons frappent dans leurs mains.
C'est au tour des garçons qui avancent sur 4 temps et reculent sur 4 temps, se tournent sur leur D et se dirigent vers leur cavalière.

2^{ème} partie

Chaque couple fait des tours sur 16 temps (main G du garçon qui tient la main D de la fille, main D du garçon qui tient la main G de la fille). Tourner sur place en SAM (sens des aiguilles d'une montre) sur 8 temps puis tourner en SIAM (sens inverse des aiguilles d'une montre) sur 8 temps.

3^{ème} partie

Tourner en ronde sur 16 temps

Reprendre la structure cercle, comme au début de la danse.

Suggestions de simplification/ progression

- A la place des tours qui changent de sens, proposer des tours dans le même sens.
- Pour aller plus loin, demander aux élèves de trouver eux-mêmes toutes les manières de tourner à deux
- Matériel : foulards pour identification des rôles

BRANLE DE LA MONTARDE **

Danse de la Renaissance de la famille des « Branles », ces danses faciles qui permettent à tous de rentrer dans la ronde au début des bals. Il s'agit plus précisément d'un « branle morgué », c'est-à-dire d'un branle coupé auquel s'ajoutent des mimiques et où le jeu se mêle à la danse.

**Pourquoi faire travailler cette danse ? Que fait-elle découvrir aux élèves ?
Le pas de branle, l'écoute musicale, le changement de leader...**

Formation de départ : **Par chaînes de cinq danseurs**, les mains tenues, les bras en bas, partir du pied G. Les chaînes sont placées en dispersion dans l'espace.

Musique : 8 temps d'introduction. Chaque partie est facilement repérable dans la structure musicale.

1^{ère} partie : pas de branle

16 pas de branle vers la G. Ce sont des pas latéraux, pied G qui ouvre et pied D qui ferme.

2^{ème} partie : les tours

Chaque danseur, chacun son tour, fait un tour sur lui-même (en SIAM) avec 4 pas en se déplaçant légèrement vers la G (pied G D G D). C'est le danseur le plus à G, le leader, qui commence.

3^{ème} partie : la haie

Le premier danseur slalome entre ses partenaires, en passant par devant le deuxième, derrière le troisième etc... et se met à la queue. Pendant ce temps, les quatre autres frappent des mains. Dès qu'il est arrivé, se reprendre tous par les mains et recommencer les 3 parties...

Suggestions de simplification/ progression

- Avant de danser, faire écouter la musique et faire repérer les différentes phrases musicales qui correspondent aux trois parties de la danse.
- La première séance, à la place du tour de chaque danseur, faire marquer les 4 temps avec des appuis des pieds.
- Pour aller plus loin, demander à chaque élève de personnaliser les 4 temps où il tourne tout seul avec une forme de tour différente, en ajoutant les bras ou une mimique...

CHILILI ***

Cette danse est d'origine Bolivienne. La musique est belle et entraînante. Elle a la particularité de se danser en ligne, avec des frappés de mains. La présence de claqués de doigts apporte une variante inhabituelle aux danses déjà apprises ainsi qu'un mouvement du corps de haut en bas en diagonale qui donne un bel effet d'ensemble.

Pourquoi faire travailler cette danse ? Que fait-elle découvrir aux élèves ?

Découverte d'une danse en ligne, travail des changements de directions, de colonnes, travail sur le rythme, coordination des déplacements avant et arrière.

Formation de départ :

En colonne, 2 colonnes parallèles, les danseurs de la colonne A s'orientent en opposition aux danseurs de la colonne B (A au nord, B au sud)

Musique :

Une introduction de 2X4 temps

Chaque phrase se danse sur 8 temps.

Les 2 colonnes réalisent les mêmes gestes en même temps tout au long de la danse.

1^{ère} partie

3 pas en avant : DGD + 1 frappé des mains vers le haut à droite sur le 4^{ème} temps

3 pas en arrière : GDG + 1 frappé de mains vers le bas à gauche (du côté de l'autre colonne) sur le 4^{ème} temps

Faire 2 fois cet enchaînement.

A la fin des 2 phrases, les danseurs s'orientent face à leur partenaire de l'autre colonne en enchaînant directement les pas suivants.

2^{ème} partie

Les danseurs de la colonne A sont donc face aux danseurs de la colonne B

- 3 pas en avant : DGD + claqué des doigts vers le haut sur le 4^{ème} temps face à son partenaire. Les bras sont fléchis les doigts claquent de chaque côté de la tête.

-3 pas en arrière : GDG + 1 frappé de mains vers le bas à gauche sur le 4^{ème} temps.

Faire 2 fois cet enchaînement

3^{ème} partie

Sur les 8 temps suivant les danseurs vont changer de colonne en inversant leur orientation :

-3 pas en avant DGD en se plaçant face à son partenaire en réalisant $\frac{1}{4}$ de tour en SAM, claquer les doigts sur le 4^{ème} temps, les 2 danseurs se regardent face à face.

-3 pas en réalisant $\frac{1}{2}$ tour en SIAM GDG pour venir prendre la place de son partenaire dans la colonne opposée. Puis frappé de mains en bas à gauche sur le 4^{ème} temps

Attention important : prendre appui sur la jambe arrière gauche au moment du frappé de main en bas à gauche pour repartir directement en appui sur le pied droit qui devient alors le 1^{er} temps de la reprise de la 1^{ère} partie de la danse.

Rq : Le changement de colonne avec inversion d'orientation est le point un peu délicat de la danse. C'est la partie également la plus importante puisque c'est l'instant où les danseurs communiquent par le regard, il faut donc prendre le temps de s'y attarder durant l'apprentissage de la danse.

Suggestions de simplification/ progression

- Faire uniquement des frappés de main, introduire les claquements de doigts dans un deuxième temps.
- Déplacement avant : D, G, D, pied G pointé
- Déplacement arrière : G, D, G, pied D pointé
- Changement ou non de colonne

LA POLKA DE POMPOGNE *

Originnaire de Pompage, en Lot et Garonne, cette danse ludique propose des mouvements permettant de découvrir des cellules rythmiques que l'on pourra réinvestir dans d'autres danses.

Pourquoi faire travailler cette danse ? Que fait-elle découvrir aux élèves ?

Elle peut se danser, par couple, en dispersion dans l'espace.

Elle permet d'explorer 2 tempos.

Formation de départ : en couple, garçon et fille face à face.

Musique : Petite introduction de 6 temps

1ère figure

Frapper sur ses cuisses 1 fois(1), frapper dans ses mains 1 fois(1), frapper dans les mains du partenaire à hauteur du visage 3 fois rapidement (3 et 4) : à réaliser 4 fois

2ème figure

« Menace » de l'index droit 3 fois rapidement (1 et 2), « menace » de l'index gauche 3 fois rapidement (3 et 4), puis un tour complet sur soi en 4 pas marchés ou sautillés SIAM (en 4 temps), départ pied gauche : cette 2ème figure est à réaliser 2 fois avant de reprendre la 1ère figure.

Suggestions de simplification/ progression

- On pourra la danser à 4, à 6...en cercle
- On pourra imaginer des changements de partenaires

LE MADISON **

Il s'agit d'une danse sans contact qui se pratique en ligne, seul ou en couple, et qui a démarré à Philadelphie en 1960. Le créateur du madison **original** est un Américain ancien mineur, Al Brown, qui a sorti le titre The Madison (son premier disque) avec son groupe, les Tunetoppers

Proposition d'entrée dans cette danse

Sur plusieurs lignes

- Premier déplacement :

Déplacement vers la droite : 3 pas sur le côté puis 1 frappé des mains

Puis déplacement vers la gauche : 3 pas sur le côté puis 1 frappé des mains

Ces déplacements sont à répéter pour être automatisés

- Deuxième déplacement :

Déplacement en arrière : 3 pas en arrière en commençant par le pied droit suivi de pied gauche pointé vers l'avant puis posé suivi de : pied droit pointé vers l'avant puis posé puis dire « et »

Ces déplacements sont à répéter pour être automatisés

PROGRESSION :

- Après le deuxième déplacement, chaque danseur effectue un $\frac{1}{4}$ de tour vers la droite pendant le « et »
Ces déplacements sont à répéter pour être automatisés.
- Les deux déplacements s'enchaînent et après le $\frac{1}{4}$ de tour, puis cet enchaînement est reproduit.
- Dans les déplacements latéraux, un pied est légèrement lancé en même temps que les frappes des mains
- Dans les déplacements latéraux, les pieds se croisent
- dans les déplacements latéraux, un tour complet est effectué avant la frappe des mains et le lancer du pied.

ATTENTION :

Apprendre les déplacements avant d'introduire la musique.

Les déplacements doivent être répétés.

L'enchaînement des déplacements doit être répété.

La répétition des enchaînements doit être exercée.

Les déplacements doivent être accélérés.

La musique peut être écoutée seule.

TRANSFORMATION du madison en danse en deux lignes face à face, avec changement de place entre deux partenaires

- Départ en deux lignes de danseurs face à face, le premier déplacement est identique au madison de base, et donc en décalé, puisque les deux lignes partent chacune sur leur droite.

Deuxième mouvement :

- 2 pas en arrière en commençant par le pied droit, suivis d'un pas vers l'avant avec le pied droit.
- Puis pas chassé vers l'avant (pied gauche devant) et pas chassé vers l'avant (pied droite devant).
- Faire un demi-tour vers la droite, en tournant sur le pied droit, poser pied gauche pour se retrouver face à l'autre ligne de danse.

Reprendre depuis le début.

COCHINCHINE *

Danse d'origine danoise très répandue dans les bals folks et traditionnels. Au Danemark, Cochinchine désigne une race de poules ; or, dans cette danse, les garçons danois portaient habituellement une toque en forme de crête-de-coq que les filles essayaient de faire tomber lorsqu'ils passaient sous leurs bras.

**Pourquoi faire travailler cette danse ? Que fait-elle découvrir aux élèves ?
Le pas sautillé, les déplacements sous les bras...**

Formation de départ : Par petites rondes de trois (élèves A, B, C. L'élève B est au milieu) les mains tenues et bras en bas, tournés en SIAM, partir du pied D.

Musique : 2 versions possibles :

- une version du groupe « Le bal de mandarine », facilitatrice car rythme assez lent, avec introduction de 4 phrases de 8 temps, démarrer avec le chant.
- une version, plus rapide, du groupe « Pic Note Folk » qui démarre tout de suite sans introduction.

1^{ère} partie

Faire tourner la ronde avec 8 **pas sautillés** en SIAM et puis avec 8 pas sautillés en SAM, partir du pied D.

2^{ème} partie

Les élèves A et C se lâchent les mains de façon à avoir l'élève B au centre. L'élève B lève ses deux bras. Alternativement, chaque élève A et C passe sous le pont formé par les bras des deux autres danseurs suivis par l'élève B qui continue le mouvement en passant lui aussi sous le pont. C'est l'élève (A ou C) qui est à droite qui commence, puis l'élève A ou C qui est à gauche. Répéter encore une fois. Deux phrases de 8 temps pour toute cette partie. Attention à ne pas se tenir les mains trop serrées, se tenir par le bout des doigts.

Suggestions de simplification/ progression

- **Utiliser d'abord la version musicale du « bal de mandarine » qui est plus claire, scandée et donc plus facile, puis passer à l'autre version musicale qui demande plus d'écoute et d'attention.**

VALSE EN ROND - LA MARIANNE ***

Valse en rond La Marianne permet d'aborder le pas de valse collectivement, de manière ludique, entraîné par le groupe. Danser à 4 couples permet de retrouver toujours le même cavalier, ce qui peut être plus simple dans un premier temps. Si le nombre de cavaliers n'est pas multiple de 4, ou mieux, impair, on pourra danser avec tous les cavaliers, selon la durée de la musique.

Pourquoi faire travailler cette danse ? Que fait-elle découvrir aux élèves ?
Le pas de valse. Le changement de partenaire, cette danse étant un mixer.

Formation de départ : en cercle, par couple côte à côte sur le cercle, le garçon est à droite de sa cavalière. Départ du pied droit.

Musique : Petite introduction de 4 fois 3 temps.

1^{ière} partie :

1^{ière} mesure de 3 temps : Tout le monde se tient par les mains; on avance vers le centre du cercle sur le pied droit, en portant les mains vers l'avant ; les 2 autres appuis se font sur place.

2^{ième} mesure de 3 temps : On revient à sa place en reculant sur le pied gauche, en portant les mains vers l'arrière ; les 2 autres appuis se font sur place, pour revenir à sa position départ.

3^{ième} et 4^{ième} mesures de 3 temps, pour changer de cavalier : le danseur fait le pas sur place, en faisant passer sa cavalière devant lui, de sa gauche à sa droite. La fille lâche donc son cavalier de gauche, effectue un tour sur elle-même SAM, en passant devant son cavalier de droite, puis prend la main droite de ce dernier avec sa main gauche, libère sa main droite pour saisir la gauche de son nouveau cavalier en se remettant sur le cercle.

L'ensemble de ces 4 mesures est réalisé 4 fois. Si le cercle est composé de 4 couples, on retrouvera alors son cavalier de départ.

2^{ème} partie :

Les 2 premières mesures de la 1^{ière} partie sont reprises 8 fois (soit 16 mesures de 3 temps).

Suggestions de simplification et de complexification

Pour simplifier:

- Découvrir le pas de valse dans une approche globale et progressive, en dispersion. Dans un 1^{er} temps, sur la musique, balancer simplement de droite à gauche, jambes légèrement écartées, sans déplacer les pieds, même chose d'avant en arrière, pied droit devant, puis pied gauche devant, les bras accompagnant les balancés. Dans un 2^{ième} temps, même chose en rapprochant pied (ex : Poser droit devant, rapprocher le gauche, puis poser gauche derrière, rapprocher le droit...). On pourra ensuite faire réaliser le pas tel qu'énoncé dans la 1^{ière} partie de la description de la danse.

- Effectuer le changement de partenaires simplement en marchant pour automatiser le déplacement dans un 1^{er} temps.

Pour complexifier: la 2^{ième} partie, répétitive, peut être progressivement enrichie par des propositions à faire inventer aux élèves ou par l'enchaînement de pas suivant.

- Le couple se fait face, se tenant par la main extérieure au cercle et effectue un pas de valse vers l'intérieur du cercle, suivi d'un pas de valse vers l'extérieur du cercle puis tourne sur place sur 2 pas de valse en se lâchant les mains. Cette phrase est répétée deux fois (= 2 fois 4 mesures de 3 temps, soit 8 mesures de 3 temps).

- Le couple se tient en position de danse moderne (position classique de la valse à 2), il effectue 2 pas chassés vers l'intérieur du cercle suivis de 2 pas chassés vers l'extérieur du cercle puis enchaîne 4 pas de valse en tournant sur place. A la fin du 4^{ième} pas, on se replace en cercle pour reprendre la 1^{ière} partie, le cavalier plaçant la cavalière avec laquelle il vient de danser, à sa main droite (=8 mesures de 3 temps).

CONTREDANSE A 6 DITE « LE SERPENT »

Danse d'origine anglaise, la contredanse est une danse à figures, dansée en couples disposés en deux colonnes.

La danse proposée se danse en deux colonnes de 3 danseurs et par couple. Dans sa version aboutie, les couples vont changer de position les uns par rapport aux autres au fur et à mesure de la danse.

Les phases de déplacements en farandole autour d'autres danseurs lui valent le nom de « serpent ».

**Pourquoi faire travailler cette danse ? Que fait-elle découvrir aux élèves ?
Une danse en colonnes alternant les différentes formes de déplacements en ligne.
Des déplacements latéraux par deux ou en ligne.**

Formation de départ : en deux colonnes parallèles de trois danseurs chacune. Les danseurs des colonnes sont face à face.

Musique : Petite introduction de 4 temps.

1^{ère} partie : le serpent

1^{ère} phrase de 16 temps :

Une des deux colonnes se déplace en marchant en farandole, sans se donner la main, en serpentant autour de l'autre colonne qui reste immobile, puis se replace à sa position initiale.

2^{ème} phrase de 16 temps : C'est au tour de l'autre colonne de faire la même chose.

Les danseurs se replacent en position initiale.

2^{ème} partie : les pas chassés

1^{ère} phrase de 16 temps :

Les couples de danseurs face à face se donnent les mains et se déplacent en pas chassés latéraux dans un sens (8 temps) puis dans l'autre (8 temps) : retour à la position initiale

2^{ème} phrase de 16 temps :

Les danseurs de chaque ligne se donnent la main (lignes de 3 danseurs) et se déplacent en pas chassés dans un sens (8 temps) puis dans l'autre (8 temps).

Les deux colonnes se déplacent en même temps, en face à face.

Les danseurs, revenus en position initiale reprennent la première partie de la danse et alternent les deux parties jusqu'à la fin de la musique.

Suggestions de simplification et de complexification

Pour simplifier:

Dans la 1^{ère} partie : se donner la main comme dans une farandole pour serpenter et revenir à sa position initiale.

Pour complexifier:

- La 2^{ème} partie : varier les modalités pour se tenir par deux : par les mains, une main à l'épaule, une main dans la main, aux épaules ...

- Avec changement de position des couples dans les colonnes : L'intérêt est de provoquer une variation des meneurs de la farandole de la première partie.

Pour cela, sur la première phrase musicale de la deuxième partie, seul le premier couple se déplace en pas chassés latéraux et viendra se placer à la suite du dernier couple, de sorte que le deuxième couple se retrouve en première position. Chacun des deux sera alors le meneur de sa farandole.

EPS

GS

INSCRIPTION BAL TRADITIONNEL
Rencontre à partir du

2018 / 2019

CARNET DE BAL

Merci de me retourner vos inscriptions avant
le vendredi 12 octobre

Nom de l'école : _____

	Noms des enseignants	Niveau de classes	Effectif élèves	Effectif accompagnateurs (hors enseignant)
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				

Effectif total : _____

Par classe, **cocher votre choix** des danses pour votre carnet de bal (5 à 6 danses au minimum):

	Classe 1	Classe 2	Classe 3	Classe 4	Classe 5	Classe 6	Classe 7
Le saut de lapin							
Le cercle circassien							
Branle la Montarde							
Chilili							
La polka de Pompage							
Le Madison							
Cochinchine							
Valse la marianne							
Contredanse à 6 dite « Le serpent »							