

Danse et légendes au Mont Saint Michel

Cycle de danse



Préalable au cycle de danse :

- a) Lecture des légendes
- b) Sélection des « mots à danser » (les intentions)
- c) Définir le nombre de tableaux/parties à danser (de 3 à 4 tableaux)

Tableau	Intentions	actions	déplacements	scène

Tableau	Intentions	actions	déplacements	scène
<i>à renseigner avant le début du cycle de danse</i>		<i>à renseigner au cours de la phase de recherche</i>		

1. Entrer dans l'univers chorégraphique

- a. Echauffer toutes les parties du corps (de la tête aux pieds)
- b. Prendre conscience de son corps : s'étirer le dos/bras, creuser/arrondir le dos, enrouler/dérouler le dos, malaxer, toucher
- c. Investir tout l'espace de la danse par des déplacements

2. Phase de recherche/travail sur un tableau selon l'intention recherchée

- a. Proposer des mots à danser
- b. Recherche motrice et chorégraphique selon les critères partagés et explicités, en s'appuyant sur les composantes de la danse :
(faire des choix selon les tableaux)
 - i. Varier les énergies : fluide, saccadé, immobile...
 - ii. Varier les directions : en avant, changement, en arrière, vers les périphéries, le centre...
 - iii. Varier le temps : rythmes (lent, rapide, ralenti...) en appui ou contraste sur la musique
 - iv. Varier les relations entre danseurs : seul – à 2 – en groupe – à l'unisson – en canon
 - v. Varier l'espace (grand, restreint, élargi, partagé) et tenir compte des contraintes scéniques (dimension et piliers de la salle des Chevaliers)

3. Phase d'amélioration selon l'intention recherchée

- a. S'orienter en fonction des spectateurs
- b. Le chorégraphe est l'élève mais aussi l'enseignant

4. Phase de stabilisation - répétition