

Danse hip hop

« Le hip hop ou comment entrer
dans l'activité danse »

Stage FPC 2007-2008



**Intervenant
Vincent PELTRE**

Document :

Vincent PELTRE, professeur d'EPS certifié
Collège Honoré de Balzac, Neuilly sur Marne

Avec l'aide de **Delphine SCHOEVAERT**, artiste chorégraphique et Danseuse spécialiste hip hop

Historique (« la culture hip-hop », Hugues Bazin)

Le hip-hop regroupe les arts de la rue, une culture populaire et un mouvement de conscience. Les arts se rassemblent autour de trois pôles : musical, corporel et graphique.

Le « hip » est un parler propre aux ghettos des noirs américains. Il est dérivé de « hep » qui signifie dans l'argot de la rue « être affranchi, à la cool ». Il atteste de la virtuosité du locuteur cherchant l'admiration de l'auditeur. « To hop » signifie danser ; allié au « hip », cette indication nous révèle que la danse fut la première composante artistique à rendre visible le hip-hop. Le « hip » et le « hop » traduisent le défi lancé à soi même et aux autres. Il s'agira toujours d'atteindre le sommet.

Le hip-hop se conçoit comme une réponse à un environnement plus ou moins hostile, celui des grands centres urbains marqués par la crise. Aux Etats-Unis, nous parlerions de lutte pour la survie, en France d'intégration, mais dans les deux cas le hip hop répond à une fonction particulière vis à vis du milieu social dans lequel il est plongé : celle de pouvoir s'adapter, se protéger et modifier un contexte social et culturel.

En France, la vague américaine née dans les années 70 arrive en 82/83. Dans un premier temps, on voit des jeunes smurfer et breaker dans la rue. Peu à peu, des concours de danse sont organisés par des centres culturels. Les concours exigeaient l'élaboration de véritables chorégraphies. Cette exigence contribue à former ou structurer des groupes. Pour finir, ces groupes reçoivent des propositions pour donner des cours de danse ou présenter des spectacles. Dans les années 90 la reconnaissance vient du milieu de la danse à la recherche de nouveaux dynamismes. Le théâtre Contemporain de Danse, temple de la danse moderne, accueille les groupes hip-hop. La tendance aujourd'hui s'oriente vers une professionnalisation.

Styles techniques

Depuis ses débuts le hip-hop a évolué mais on distingue toujours deux grandes tendances aisément identifiables: La STREET DANCE (ou FUNKY STYLES) et la BREAK DANCE (ou B.BOYING) avec une multitude de styles.

➤ **1 - La STREET DANCE ou FUNKY STYLES**

On repère deux grands styles dans la STREET DANCE : d'un côté Le LOCK et de l'autre le POP et le BOOGALOO. Ce sont des styles créés sur la « West Coast » au cœur de la « FUNK ERA » (mouvement FUNK). Ils sont assimilés au mouvement Hip hop alors que leurs origines devraient être reconnus comme de la pure FUNK, d'où le terme de FUNKY STYLES.

Le LOCK = « verrouiller ». Danse d'espace, de fête où la notion de farce est présente. L'objet est beaucoup utilisé. C'est une danse où « je me montre, je suis un lockeur ».

Créé par le danseur Don Campbell au cœur des années 65/70, ce style est largement inspiré des FUNKY STEP ou SOUL STEP (funky chicken, bird, fly...), danse de l'époque que l'on pratique dans les « soul train » (émission TV). Don Campbell invente donc une danse basée sur des mouvements de bras soutenus et des pas très fluides. Le LOCK est la première et la plus ancienne des danses hip hop. Elle possède un très large vocabulaire et un grand champ d'action physique, technique ainsi qu'au niveau de l'interprétation, du sens gestuel, de l'espace, de l'objet et des lieux.

Le BOOGALOO et le POP = Danse à base de contractions et de mouvements de hanche.

Créé par « Boogaloo Sam » en 1975. Ces danses sont inspirés du mime, et utilise beaucoup les angles et les décompositions. Elles sont basées sur l'effet hypnotique ce qui facilite le travail de groupe.

Le BOOGALOO est un style fluide dans les courbes, en utilisant les rotations de hanches, des genoux, de la tête... Il y a également une grande utilisation de l'espace comme pour le LOCK.

Le POP est un style qui utilise la contraction musculaire suivi d'un relâchement sur le rythme de la musique. POP = impact musical.

De nombreux autres styles cousins de ces deux danses ont été créé dans différents endroits de la côte Ouest. En France, dans les années 80 on voit apparaître le smurf (appellation française) qui était un style de danse où on utilisait les vagues et les patins.

➤ **2 - La BREAK DANCE ou B.BOYING = Performance, défi, simulation de combat.**

Appelé le B.BOYING, cette danse est née dans les années 75 à New York (groupe les New York City Break) dans le Bronx. Elle est pratiquée dans le ghetto et c'est pour cela que c'est une danse basée sur le défi et la performance. Seule cette danse possède des codes de combat et cherche la confrontation. C'est dans ce même endroit qu'est née la culture hip hop créée par le MC Africa Bamba pour transformer les énergies négatives en énergie positive de cette jeunesse en mal d'existence. Le B.BOYING est par excellence « la danse hip hop ». Elle est arrivée en France dans les années 80 avec le groupe « Actuel Force » qui en reste le plus sérieux représentant.

Les figures de break sont élaborées au sol autour d'une géométrie circulaire. Le passe-passe, jeu de jambes au sol, est la figure de base de ce mouvement circulaire. Pour exécuter un tour, on fait les six pas appelés « steady » ou « foot rock ». En dehors de ces six pas, chaque danseur propose des variations « reconnues » ou « freeze », agrémentées de free style, figures originales ou personnelles.

Basiquement, elle se compose de :

- 1 - La preparation : top rock, foot rock, hop rock
- 2- Le passage au sol : le 3 temps, le six tep, l'aile de pigeon, etc
- 3- Les freezes : baby freeze, planche, freeze sur tête, etc
- 4- Les grandes phases : la coupole, le thomas, le nine tine, etc

➤ **La hype : Danse à part entière.**

Littéralement « danse debout », c'est la danse de la deuxième génération (1986-1990). Avec la hype la danse hip-hop devient frontale et dégage une impression de force dans la coordination des danseurs. On passe alors des performances individuelles à une approche chorégraphique de la danse hip-hop ainsi que de la rue aux plateaux des scènes de concert. La hype s'ouvre à d'autres formes de danse, elle emprunte notamment à la jazz danse certains noms de figures comme le « glissé » ou « la pirouette intérieure ».

Techniques qu'on retrouve dans le LOCK

➤ Mouvements d'expression

Clap : préparation d'un mouvement, demander l'appui du public en frappant des mains

Clap back : frapper derrière

Clap front : frapper devant

Check : mouvement pour se féliciter, s'encourager

Dead men : tomber au sol sur le dos, faire le mort

Eachick : faire de l'auto-stop

Funky chicken : démarche où on bouge les coudes

Funky pingoin : démarche avec les bras et les jambes tendues. Les bras sont perpendiculaires aux bras, tournés vers l'extérieur

Give me a kiss : je donne un baiser à moi ou au public

Give my self five : s'en taper 5, pour s'encourager et se féliciter

Kill the wish : à 4 pattes, tuer le cafard

Lock : mouvement des coudes vers l'avant, bloquer (freeze)

Loock back : 1 regard sur le côté, 1 regard qui revient

Locking : position de fermeture entraînée par celle des poings. L'ensemble de ces figures reproduisent la scène du « bus-stop » où la personne qui monte dans un autobus achète et pointe son ticket et va s'asseoir à une place.

Locker walk : marche du locker (du haut vers le bas)

Marche du dealer : marche en ouverture, 1 temps haut, un temps bas

Master hand chek : code pour se dire bonjour

Peas : battre des doigts pour donner la mesure et rentrer dans la danse

Point : pointé du doigt dans une direction, vers quelqu'un ou quelque chose. Regard appuyé par un pointage du doigt qui donne au mouvement une direction dans l'espace. Ces figures se sont inspirées d'une affiche de propagande pour le recrutement des noirs américains pendant la guerre du vietnam. Celle-ci représente l'Oncle Sam pointant le doigt en disant « I want you, you... »

Rist roll : rotation du poignet

Rist roll : mouvement intermédiaire pour amener les pointes ou le check

Snap : claquer des doigts

➤ Sauts et déplacements

But trick : saut sur les fesses

Dive : saut en plongeon

Cross down : croiser les bras ou les jambes vers le bas (déplacement)

Jazz square : pas de lock dans un carré (haut, médium, croisé, décroisé). C'est un soul step.

High Kick : coup de pied, saut

Scoubidou : saut, jette, pose, pose

Scowbot : descend et saute

Skate : glissade (soul step)

Split : écart américain

Turn into split : saut, glissade. Tourner + écart américain.

Picture : combinaison, suite au turn into split.

Techniques qu'on retrouve dans Le BOOGALOO et le POP

Air Pose : action -rétroaction, déplacement, pose. Effet de rebond

Le smurf : Littéralement, cela veut dire « schtroumph » du fait que les danseurs possédaient des gants blancs comme les schtroumphs. C'est une danse individuelle qui puise son style et son inspiration dans le mime. Ainsi beaucoup de scènes mimées de la vie quotidienne sont à l'origine des figures de smurf. Danse introvertie qui sert des propos tristes, romantiques. C'est l'appellation française de la wave = vague : notion de chemin, décomposer chaque articulation.

le pop : contraction de tout le corps du cou jusqu'aux jambes. Le pop sert de base aux figures inspirées de la robotique et des variantes le « stroboscop », le « tetris » ou « l'égyptien » par exemple.

L'ondulation ou voving : mouvement coulé, fluide.

L'égyptien : mouvements faisant référence aux personnages des fresques égyptiennes. Tout ce qui est angulaire.

Le patin ou moon walker : déplacement qui glisse.

Fil mort : 1 bras tendu, 1 bras plié

Robot : utilisation de blocages segmentaires pour simuler la démarche d'un robot

Stronbing : blocages rapides et variés qui font référence à un stroboscope

le « tetris » : mouvements qui font référence au fameux jeu d'arcade où il s'agit d'emboîter des figures de formes différentes les unes dans les autres

Le fress now : petit déplacement alternant les jambes

Twist a flex : déplacement pointe de pied-talon

Neck a flex : départ par la tête.

Le X : les 2 jambes pliées vers l'intérieur

Le Y : 1 jambe tendue, l'autre pliée

Techniques qu'on retrouve dans le BREAK

Le top rock : pas de danse debout avant la descente vers le sol. Préparation.

Le up rock : figures debout, préliminaire au break qui reproduit le gestuelle du combat, suivi de la descente.

La coupole ou moulin à vent : le danseur au sol tourne sur le dos en s'aidant de ses jambes.

La couronne : variante de la coupole où seules les mains et la tête sont en contact avec le sol.

Le tracks : figure proche de la couronne, seule la tête reste au sol et les jambes se croisent pour augmenter l'effet.

L'edgley : le danseur part en coupole puis bloque le corps avec une main au sol tandis que sa tête dessine un mouvement circulaire.

Le thomas : copie au sol du mouvement de gymnastique du cheval d'arçon.

Le spin : c'est une vrille sur la tête.

Le back spin : tour sur le dos.

Le scorpion : déplacement du corps en rotation juste avec la force des deux bras.

Le ninety nine : le danseur part debout et exécute un mouvement circulaire sur une main.

Le tic tac avant : projection alternative avant arrière entre les pieds et les mains.

Le tic tac arrière : le danseur part d'une position flip arrière, puis atterrit sur le dos et revient à la position initiale sur les pieds.

Six tep : déplacement de base au sol

4 Temps : déplacement, kick est-ouest, décroisement nord-sud (possible en trois temps : saut tonique et fluide)

Passe-passe genoux : glissé de genoux en appui sur les 2 bras

Chandelle : freeze à partir d'une chandelle. On fait ce qu'on veut avec les jambes. Torsion avec le bassin.

« W » freeze : dessiner un « W » avec les jambes.

Freeze en équilibre : ciseau, sur les fesses les jambes en l'air.

Logique interne de l'activité

Définition de l'activité

- Danser, c'est produire ou créer des mouvements, seul ou à plusieurs, pour ressentir le plaisir du corps qui s'anime et pour communiquer et provoquer à travers les formes perçues, des réactions affectives chez des spectateurs.

Caractéristiques fondamentales de l'activité

Produire ou créer des mouvements devant un public sollicite plusieurs ressources :

- **Ressources affectives et relationnelles** : contrôler ses émotions pour accepter d'être regardé, d'exprimer des idées, de s'impliquer dans un projet dans le respect et la confiance des autres.
- **Ressources bio-informationnelles** : le danseur utilise des informations externes de type auditif et visuel pour se repérer dans l'espace, par rapport aux autres et par rapport à la musique ; ainsi que des informations internes de type kinesthésique et proprioceptif pour construire une motricité morpho cinétique (production de formes), c'est-à-dire la construction d'une représentation la plus juste du mouvement à produire.
- **Ressources bio-mécaniques et bio-énergétiques** : le mouvement suppose une coordination et un maintien de l'équilibre du corps avec des énergies différentes selon l'intention qu'on donne au mouvement.

Problèmes fondamentaux posés

- Difficultés sur le plan affectif à oser se montrer devant les autres.
- S'engager avec d'autres dans les savoirs faire sociaux.
- Difficultés motrices pour maîtriser des mouvements riches en terme de temps, d'espace et d'énergie.
- Difficultés à mobiliser son imaginaire au service d'un projet expressif.
- Problèmes de mémorisation pour enchaîner les mouvements.

Enjeux de formation

Il va s'agir de former l'élève à 3 rôles : chorégraphe, danseur et spectateur :

- **Le chorégraphe** : concevoir, proposer et mettre en action une création en composant avec différents choix. Mettre en scène un espace de communication (cadrage, orientation par rapport au spectateur, circulation entre les danseurs...).
- **Le danseur** : développer une motricité expressive et interpréter une émotion en situation de représentation (notion de regard, épurer les gestes parasites, être juste et précis dans le temps, l'espace et l'énergie du mouvement).
- **Le spectateur** : apprécier une création. Se mettre en position de recevoir ce qui est proposé (être bien orienté, ne pas s'éterniser sur la production précédente, bref être concentré pour être à l'écoute de la création proposée).

Compétences visées

Les élèves dans l'activité en début de cycle

Le danseur :

Au niveau de l'interprétation émotionnelle, l'élève éprouve des difficultés à faire passer une émotion, il se déconcentre facilement en riant, il s'arrête pour parler à la moindre difficulté, cela dans un contexte où les spectateurs l'impressionne et l'inhibe.

Au niveau de l'interprétation physique, il éprouve des difficultés motrices à reproduire des gestes précis et complexes. L'ensemble est « brouillon » et difficile à déterminer. Il danse « petit », ne prend pas l'espace et regarde tout le temps le sol ou ses camarades.

Le chorégraphe :

Il est peu créatif et s'installe dans une reproduction de formes et de stéréotypes. Sa connaissance sur la culture hip hop est limitée.

Le spectateur :

Il est peu concentré et ne réagit qu'à une logique narrative et des effets sonores, souvent en riant et en parlant. Il exprime des difficultés à expliquer ce qu'il a apprécié ou non de la représentation.

Transformations attendues

1 - Passer d'un danseur « gêné » (difficultés motrices et émotionnelles) à un danseur disponible sur scène (engagement physique et émotionnel) en relation avec ses partenaires (regard et contact physique).

2 - Passer d'un chorégraphe peu créatif, empêtré dans des reproductions corporelles stéréotypées à un chorégraphe qui utilise les styles appropriés du hip hop afin de donner du sens à sa production et questionner l'imaginaire du spectateur.

3 - Passer d'un spectateur peu averti et concentré à un spectateur disposant d'une culture « danse/hip hop » qui lui permette de saisir le sens de la production présentée et d'émettre un regard critique dessus.

« Compétences propres » retenues

- Différencier un début, un développement, une fin dans l'organisation des formes, des trajets, des relations entre les partenaires.
- Maîtriser des formes, des mouvements nouveaux, des enchaînements simples, en relation éventuelle avec un monde sonore pour communiquer un sens, une émotion, et connaître ses possibilités expressives.
- Tenir un rôle devant autrui et orienter la composition par rapport à autrui

Compétences spécifiques visées

- 1 Maîtriser des techniques corporelles nouvelles et variées pour exprimer une idée, une émotion en puisant dans les différents styles spécifiques au hip hop : pop, boogaloo, lock, break-dance.
- 2 Explorer ses potentialités expressives en investissant l'espace, temps, énergie en rapport avec la musique.
- 3 Créer et organiser une mise en scène collective en exploitant les acquisitions techniques pour servir un propos expressif.
- 4 En tant que spectateur, être sensible à la prestation des autres.

Compétences et connaissances générales visées

Maîtriser ses émotions et accepter le regard d'autrui. S'impliquer dans un processus de création en acceptant la confrontation pour créer collectivement. Savoir s'exprimer à propos des apprentissages moteurs en utilisant les termes appropriés afin d'apprécier une œuvre collective.

Contenus d'enseignement

A la fin du cycle, je dois être capable de...	Pour cela je dois savoir...	Pour y arriver, me sont indispensables les connaissances suivantes...
<p>Maîtriser des techniques corporelles nouvelles et variées</p>	<p>Identifier les grands courants du hip hop : break dance, pop/boogaloo et lock</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Connaître et maîtriser différentes techniques dans chacun des styles : voir techniques. ➤ Identifier et réaliser des dissociations segmentaires jambes, bassin, buste, bras, tête (prendre conscience du placement du bassin et du rôle équilibreur des bras). ➤ Enchaîner des déplacements avec des changements d'appuis divers. ➤ Réaliser des déséquilibres- équilibres, des sauts, des tours et $\frac{1}{2}$ tours coordonnés, des chutes, des déplacements et des mouvements bloqués au sol.
<p>Investir l'espace, temps, énergie en rapport avec la musique</p>	<p>Exploiter les techniques apprises en relation avec la musique, l'espace/tps/NRJ afin d'enrichir une idée ou une émotion à exprimer</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Varier les vitesses de réalisation (temps), les mouvements fluides et saccadés (énergie) et investir des espaces différents (air, debout, sol, droite, gauche, avant, arrière). ➤ De façon générale, jouer sur les contrastes : lent/ vite, simultané/ différent (pour le temps), contraction/ relâchement, mobilité/ immobilité, lourd/ léger (pour l'énergie), haut/ bas, loin/ près (pour l'espace), etc. ➤ Exprimer ce vocabulaire gestuel spécifique en relation avec la musique : identifier les pulsations, les phrases musicales, les contretemps

Contenus d'enseignement

A la fin du cycle, je dois être capable de...	Pour cela je dois savoir...	Pour y arriver, me sont indispensables les connaissances suivantes...
<p>Créer et organiser une mise en scène collective pour servir un propos expressif</p>	<p>Organiser un scénario à plusieurs en exploitant les acquisitions techniques dans un espace scénique déterminé</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Orienter la création par rapport au spectateur. ➤ Construire un début et une fin en relation avec des repères temporels. ➤ Organiser des séquences chorégraphiques sous la forme de couplets et de refrains en précisant les orientations et les trajets ; en proposant des évolutions de groupe. ➤ Imaginer des moments et des points de rencontre. ➤ Construire le scénario en exploitant la musique pour renforcer l'émotion ou l'idée qu'on veut faire passer : être en adéquation ou jouer sur les contrastes avec le tempo.
<p>Comprendre et être sensible à la prestation des autres</p>	<p>Apprécier l'idée chorégraphique développée et l'interprétation</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Respecter la prestation des danseurs en regardant en silence et en cherchant à comprendre l'idée ou l'émotion qu'ils cherchent à transmettre. ➤ Communiquer son point de vue après avoir identifié les indices de concentration, les éléments chorégraphiques et la qualité des mouvements.

Séance n°1

Objectif de la séance : Entrer dans l'activité, participer et se « montrer » / Entrer dans le monde de la break-dance

Objectif/But	Consignes	Critères de réalisation / Critères de réussite	Evolution
<p>➤ Situation 1 : échauffement</p> <p>- Mise en activité cardiaque et musculaire par des courses et des gammes (pas chassés, montée de genoux, etc) sous une forme ludique : le jeu de « Jacques à dit ».</p>	<p>- Réaliser toutes les actions demandées par l'enseignant qui sont précédées de « Jacques a dit ».</p> <p>- Tout oubli ou toute action réalisée sans la mention « jacques a dit » élimine le joueur.</p>	<p>- Etre concentré et attentif aux consignes afin de ne pas se faire éliminer et rester le dernier en jeu.</p>	<p>- Aller de plus en plus vite pour induire l'erreur.</p> <p>- Introduire des actions d'étirement.</p>
<p>➤ Situation 2 : être à l'écoute et mettre son corps en mouvement en relation avec la musique</p> <p>- Courir sur la musique et s'immobiliser quand celle-ci s'arrête, selon la consigne demandée.</p>	<p>- S'immobiliser comme une statue</p> <p>- S'immobiliser en ayant un contact avec 1 personne (main-main, genoux-genoux, main-épaule, etc)</p> <p>- S'immobiliser au sol</p> <p>- S'immobiliser contre le mur</p> <p>- S'immobiliser en présentant la forme la plus bizarre possible</p>	<p>- Etre à l'écoute de la musique pour s'immobiliser dès son arrêt.</p> <p>- Chercher à être original dans sa forme d'immobilisation en jouant sur l'amplitude et la variété des segments utilisés.</p>	
<p>➤ Situation 3 : reproduire et acquérir une technique spécifique au hip hop. Se montrer devant les autres.</p> <p>- Reproduction d'une chorégraphie de 8 temps dans le style break : pas de descente, passes et freeze.</p> <p>- La reproduire devant les autres.</p>	<p>- Reproduire au fur et à mesure la séquence chorégraphique montrée, sans musique puis avec musique.</p> <p>- La travailler la classe ensemble.</p> <p>- La travailler par groupe de 2 à 6 pendant 15 minutes.</p> <p>- Chaque groupe la montre au reste de la classe sur la musique.</p>	<p>- Passer devant les autres en étant globalement organisé dans l'espace, synchronisé, concentré (pas de rires, ne pas se regarder ce qui induit de connaître l'enchaînement).</p> <p>- Débuter et finir ensemble en marquant un temps d'arrêt qui fait comprendre au spectateur que la séquence est finie.</p>	<p>- Pour les élèves à l'aise techniquement, leur laisser la possibilité de créer un enchaînement personnel précédant ou suivant la séquence de break. Inciter à réinvestir les mouvements du jeu précédent.</p> <p>- Pour ceux qui éprouvent des difficultés, insister sur le travail de répétition, simplifier certains mouvements et passer avec eux devant les autres.</p>

Séance n°2

Objectif de la séance : Entrer dans le monde des danses à effet : le style pop-boogaloo

Objectif/But	Consignes	Critères de réalisation / Critères de réussite	Evolution
<p>➤ <u>Situation 1 : échauffement</u></p> <p>- « Jacques a dit »</p>			
<p>➤ <u>Situation 2 : être à l'écoute et mettre son corps en mouvement pour créer. Transformer sa motricité (dans l'esprit des danses à effet)</u></p> <p>- Reproduire des gestes simples selon un thème (sur une musique calme).</p>	<p>- Se placer en triangle. Le leader désigné réalise des mouvements simples sur place selon un thème que les autres doivent reproduire : « vous êtes un robot, vous marchez au ralenti, vous êtes une figure de tétis, vous êtes un hiéroglyphe égyptien, vous êtes une ondulation ».</p>	<p>- Etre concentré pour proposer des réponses variées selon le thème. - Etre attentif au leader pour reproduire le bon mouvement.</p>	<p>- Produire un enchaînement de mouvements - Le faire en se déplaçant. - Le montrer au reste de la classe.</p>
<p>➤ <u>Situation 3 : reproduire et acquérir une technique spécifique au hip hop. Se montrer devant les autres.</u></p> <p>- révision de la séquence de break et apprentissage d'une séquence de pop/boogaloo en 8 temps</p>	<p>- Travail frontal avec toute la classe. - Travail par groupes de 2 à 6 - Montrer l'enchaînement au reste de la classe</p>	<p>- Réaliser l'enchaînement en étant synchronisés et sans se regarder, orienté face au public.</p>	<p>- Créer une séquence chorégraphique qui précède ou qui suit la reproduction. - Montrer le tout à la classe.</p>

Séance n° 3

Objectif de la séance : Entrer dans le monde d'une danse « où je me montre » : le style Lock

Objectif/But	Consignes	Critères de réalisation / Critères de réussite	Evolution
<p>➤ Situation 1 : échauffement</p> <p>- Courir sur la musique et s'immobiliser quand celle-ci s'arrête. Réaliser un mouvement demandé avant de s'arrêter.</p>	<p>- Réaliser deux pas préparant une descente au sol</p> <p>- Réaliser un ou plusieurs pas de descente au sol</p> <p>- Réaliser une passe au sol</p> <p>- Réaliser un freeze au sol</p>	<p>- Réfléchir à la consigne demandée pendant la course et décider du mouvement produit avant que la musique s'arrête.</p>	<p>- Marcher sur une musique calme. Quand celle-ci s'arrête, produire un étirement de 20 secondes sollicitant un muscle ou une articulation demandés (quadriceps, ischio, poignet, nuque, etc)</p>
<p>➤ Situation 2 : être à l'écoute et mettre son corps en mouvement pour créer</p> <p>- Créer et mémoriser un enchaînement de gestes simples à base de : point, clap, peas, « give me a kiss ».</p>	<p>- Par trois, en triangle, 1 élève débute en créant un geste très simple. Le second le reproduit et en rajoute un nouveau. Le 3° fait de même.</p> <p>- Cela s'arrête quand un élève ne mémorise plus l'enchaînement et se trompe.</p>	<p>- Etre concentré pour mémoriser et reproduire l'enchaînement.</p> <p>- Réaliser des gestes très simples qu'on pourra mémoriser et restituer.</p>	<p>- Rajouter des mouvements plus complexes comme les sauts et les déplacements.</p> <p>- Retenir une séquence de 8 temps et la montrer au reste de la classe.</p>
<p>➤ Situation 3 : reproduire et acquérir une technique spécifique au hip hop. Se montrer devant les autres.</p> <p>- révision de la séquence de break et de pop-boogaloo et apprentissage d'une séquence de lock en 8 temps</p>	<p>- Travail frontal avec toute la classe.</p> <p>- Travail par groupes de 2 à 6</p> <p>- Montrer l'enchaînement au reste de la classe</p>	<p>- Réaliser l'enchaînement en étant synchronisés et sans se regarder, orienté face au public.</p>	<p>- Créer une séquence chorégraphique qui précède ou qui suit la reproduction.</p> <p>- S'aider des mouvements créés dans la situation précédente.</p> <p>- Montrer le tout à la classe.</p>

Séance n° 4

Objectif de la séance : Transformation d'une séquence chorégraphique en jouant sur les notions d'espace/temps/énergie

Objectif/But	Consignes	Critères de réalisation / Critères de réussite	Evolution
<p>➤ Situation 1 : échauffement et aperçu de nouveaux pas techniques pouvant être réinvestis</p> <ul style="list-style-type: none"> - Enchaînement en musique de séquences chorégraphiques appartenant aux trois styles : lock, pop/boogaloo et break 	<ul style="list-style-type: none"> - Travail frontal face au professeur - Reproduire les pas techniques montrés 	<ul style="list-style-type: none"> - Etre concentré et bien regarder pour mémoriser les enchaînements. - Même si le geste n'est pas précis, l'important est d'accomplir un enchaînement de mouvements. 	<ul style="list-style-type: none"> - Reproduire les étirements montrés. - Révision des séquences apprises
<p>➤ Situation 2 : reproduire et acquérir une technique spécifique au hip hop. Se montrer devant les autres.</p> <ul style="list-style-type: none"> - révision des séquences de break, de pop-boogaloo et de lock. 	<ul style="list-style-type: none"> - Travail frontal avec toute la classe. - Travail par groupes de 2 à 6 	<ul style="list-style-type: none"> - Réaliser l'enchaînement en étant synchronisés et sans se regarder. 	
<p>➤ Situation 3 : transformer la chorégraphie en investissant l'espace, le temps et l'énergie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Reproduire les 3 séquences chorégraphiques mais en variant soit l'espace, soit le temps, soit l'énergie. - Le montrer au reste de la classe. 	<ul style="list-style-type: none"> - Chaque groupe a un thème différent à utiliser pour transformer la chorégraphie : <ul style="list-style-type: none"> ✓ Espace : réaliser les séquences face au public, dos au public, de profil gauche et de profil droit au public. ✓ Espace : réaliser les séquences dans 3 lieux différents. Inventer des pas de déplacements entre chaque lieu. ✓ Temps : réaliser les séquences une fois rapidement, une fois très lentement. ✓ Energie : réaliser les séquences une fois de manière saccadée, une fois de la manière la plus fluide possible (penser au contraste loud/léger). - Tous les groupes ont une vingtaine de minutes pour travailler la consigne. 	<ul style="list-style-type: none"> - Etre concentré au moment de passer - Les spectateurs doivent pouvoir rapidement deviner le thème abordé 	

Séance n° 5

Objectif de la séance : La notion de défi dans la break dance

Objectif/But	Consignes	Critères de réalisation / Critères de réussite	Evolution
<p>➤ Situation 1 : échauffement et aperçu de nouveaux pas techniques pouvant être réinvestis</p> <ul style="list-style-type: none"> - Enchaînement en musique de séquences chorégraphiques appartenant aux styles lock, pop/boogaloo et break. 	<ul style="list-style-type: none"> - Travail frontal face au professeur - Reproduire les pas techniques 	<ul style="list-style-type: none"> - Etre concentré et bien regarder pour mémoriser les enchaînements. - Même si le geste n'est pas précis, l'important est d'accomplir un enchaînement de mouvements. 	<ul style="list-style-type: none"> - Reproduire les étirements montrés. - Révision des séquences apprises
<p>➤ Situation 2 : création guidée</p> <ul style="list-style-type: none"> - défier un adversaire en réalisant un pas technique connu ou inventé (cela peut-être une combinaison). Ce dernier doit répondre par un aussi spectaculaire. 	<ul style="list-style-type: none"> - Se défier pendant 5 minutes : 1c1 - Avec son camarade, aller défier une autre doublette (5 minutes) - le groupe choisit les pas les plus techniques et spectaculaires qui s'adaptent à la musique : constituer 1 séquence chorégraphique de 8 temps. - La montrer au reste de la classe. 	<ul style="list-style-type: none"> - Adapter ses pas à la musique - Etre concentré et synchronisé 	
<p>➤ Situation 3 : Création libre</p> <ul style="list-style-type: none"> - Créer une ou plusieurs séquences chorégraphiques autour des 3 enchaînements appris en break, lock et pop/boogaloo (avant et/ou après). - Montrer le travail au reste de la classe. 	<ul style="list-style-type: none"> - Désormais les groupes doivent être stables et ne plus évoluer. - Intégrer la séquence de 8 tps du défi - Les critères suivants doivent être respectés : varier l'espace, le temps et l'énergie. 	<ul style="list-style-type: none"> - Réinvestir les mouvements vus lors de l'échauffement. - Emettre des idées et accepter celle des autres. - Présenter au moins une nouvelle séquence de 8 tps, soit en tout <u>4x8tps</u>. 	

Séance n° 6

Objectif de la séance : Utilisation de l'objet chez le lockeur

Objectif/But	Consignes	Critères de réalisation / Critères de réussite	Evolution
<p>➤ <u>Situation 1 : échauffement et aperçu de nouveaux pas techniques pouvant être réinvestis</u></p> <ul style="list-style-type: none">- Enchaînement en musique de séquences chorégraphiques appartenant aux styles lock, pop/boogaloo et break.	<ul style="list-style-type: none">- Travail frontal face au professeur- Reproduire les pas techniques montrés	<ul style="list-style-type: none">- Etre concentré et bien regarder pour mémoriser les enchaînements.- Même si le geste n'est pas précis, l'important est d'accomplir un enchaînement de mouvements.	<ul style="list-style-type: none">- Reproduire les étirements montrés.- Révision des séquences apprises
<p>➤ <u>Situation 2 : création guidée</u></p> <ul style="list-style-type: none">- Trouver à plusieurs différentes façons de se déplacer avec un objet (foulard, casquette, autre)	<ul style="list-style-type: none">- Se mettre avec son groupe et trouver deux façons de se déplacer debout avec un objet, deux façons de descendre au sol avec un objet, deux façons de se déplacer au sol avec un objet et deux façons de s'échanger l'objet.	<ul style="list-style-type: none">- Varier les réponses- Etre concentré et synchronisé- Combiner et enchaîner les mouvements, soit 8 temps	
<p>➤ <u>Situation 3 : Création libre</u></p> <ul style="list-style-type: none">- Continuer le processus de création autour des 3 séquences communes à la classe.- Montrer le travail au reste de la classe.	<ul style="list-style-type: none">- Intégrer l'enchaînement créé avec l'objet- Créer de nouvelles séquences dans les styles appris	<ul style="list-style-type: none">- Réinvestir les mouvements vus lors de l'échauffement.- Emettre des idées et accepter celle des autres.- Présenter au moins <u>5x8tps</u>	

Séance n° 7

Objectif de la séance : La notion de contact (le Check) chez le lockeur

Objectif/But	Consignes	Critères de réalisation / Critères de réussite	Evolution
<p>➤ <u>Situation 1 : échauffement et aperçu de nouveaux pas techniques pouvant être réinvestis</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Enchaînement en musique de séquences chorégraphiques appartenant aux styles lock, pop/boogaloo et break. 	<ul style="list-style-type: none"> - Travail frontal face au professeur - Reproduire les pas techniques montrés 	<ul style="list-style-type: none"> - Etre concentré et bien regarder pour mémoriser les enchaînements. - Même si le geste n'est pas précis, l'important est d'accomplir un enchaînement de mouvements. 	<ul style="list-style-type: none"> - Reproduire les étirements montrés. - Révision des séquences apprises
<p>➤ <u>Situation 2 : création guidée</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Trouver à plusieurs différentes façons de se rencontrer et d'être en contact pour se dire bonjour. 	<ul style="list-style-type: none"> - Se mettre avec son groupe et trouver plusieurs façons d'être en contact en se déplaçant, en sautant, au sol, d'être tous en contact (au sol, en se déplaçant, debout, contre le mur). 	<ul style="list-style-type: none"> - Varier les réponses - Etre concentré et synchronisé - Combiner et enchaîner les mouvements 	<ul style="list-style-type: none"> - Retenir une séquence de 8 contacts. - La montrer au reste de la classe.
<p>➤ <u>Situation 3 : Création libre</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Continuer le processus de création autour des 3 séquences communes à la classe. - Montrer le travail au reste de la classe. 	<ul style="list-style-type: none"> - Intégrer l'enchaînement créé sur les contacts - Créer de nouvelles séquences dans les styles appris 	<ul style="list-style-type: none"> - Réinvestir les mouvements vus lors de l'échauffement. - Emettre des idées et accepter celle des autres. - Présenter au moins <u>6x8tps</u> 	

Séance n° 8

Objectif de la séance : Travail technique des chorégraphies

Objectif/But	Consignes	Critères de réalisation / Critères de réussite	Evolution
<p>➤ Situation 1 : échauffement et aperçu de nouveaux pas techniques pouvant être réinvestis</p> <p>- Enchaînement en musique de séquences chorégraphiques appartenant aux styles lock, pop/boogaloo et break.</p>	<p>- Travail frontal face au professeur</p> <p>- Reproduire les pas techniques montrés</p>	<p>- Etre concentré et bien regarder pour mémoriser les enchaînements.</p> <p>- Même si le geste n'est pas précis, l'important est d'accomplir un enchaînement de mouvements.</p>	<p>- Reproduire les étirements montrés.</p> <p>- Révision des séquences apprises</p>
<p>➤ Situation 2 : révision des séquences apprises</p>	<p>- Travail frontal face au professeur</p>		
<p>➤ Situation 3 : Création libre</p> <p>- Continuer le processus de création autour des 3 séquences communes à la classe.</p> <p>- Montrer le travail au reste de la classe.</p>	<p>- La chorégraphie doit durer au minimum 1 minute</p> <p>- Continuer à créer si la chorégraphie ne fait pas au moins 1 minute.</p> <p>- Dans le cas contraire corriger et améliorer le niveau technique.</p>	<p>- Montrer une chorégraphie finie respectant les critères demandés tout au long du cycle : espace, temps, énergie, objet, contact, séquences communes.</p> <p>- Etre concentré et synchronisé.</p>	

Séance n° 9

Objectif de la séance : Révision et évaluation

Objectif/But	Consignes	Critères de réalisation / Critères de réussite	Evolution
<p>➤ <u>Situation 1</u> : échauffement</p> <p>- Enchaînement en musique de séquences chorégraphiques appartenant aux styles lock, pop/boogaloo et break.</p>	<p>- Travail frontal face au professeur</p> <p>- Reproduire les pas techniques montrés</p>	<p>- Être concentré et bien regarder pour mémoriser les enchaînements.</p>	<p>- Reproduire les étirements montrés.</p>
<p>➤ <u>Situation 2</u> : révision de la chorégraphie</p>	<p>- Chaque groupe dispose d'une heure pour perfectionner le niveau individuel et collectif</p>		
<p>➤ <u>Situation 3</u> : évaluation</p> <p>- Passer devant le reste de la classe et présenter une production finie</p>	<p>- Tirage au sort pour l'ordre de passage</p> <p>- Le public doit être attentif</p>	<p>- On doit percevoir le début et la fin de façon nette.</p> <p>- Il s'agit d'être concentré pour éviter les gestes parasites comme les rires ou les trous de mémoire.</p> <p>- Le public doit ressentir que le groupe est en harmonie</p>	

Répertoire de situations



(Inspiré du dossier EPS n° 47 : Marie Chiron, Solenn Dalverny, Sylvie Pélicier et Nadia Valoff)

Niveau 1

Construction d'une chorégraphie collective de hip hop

Comportement en début de cycle	Transformations visées
<ul style="list-style-type: none"> - Manque de concentration et difficultés à travailler ensemble et à passer devant les autres. - La gestuelle utilisée est très proche de la motricité issue du quotidien quant à sa forme, son rythme (pas de changement de rythme) et quant à l'espace utilisée (espace avant privilégiée) 	<ul style="list-style-type: none"> - Apprendre à travailler ensemble, accepter d'être regardé par les autres et regarder la prestation des autres. - Communiquer une expression sur la base d'un projet collectif, créer des effets chez le spectateur.

Objectif/But	Consignes	Critères de réalisation / Critères de réussite	Evolution
<p>➤ Situation 1: entrer dans l'activité et participer en utilisant des objets</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se déplacer dans un espace avec un objet en respectant les consignes 	<ul style="list-style-type: none"> - Choisir un objet et le déplacer dans la salle. L'objet doit toujours être en mouvement. - Se déplacer sur des trajets imposés (cercles, zig-zag...) à des rythmes variés. 	<ul style="list-style-type: none"> - Se déplacer en respectant les consignes et en restant toujours à l'écoute des autres. 	<ul style="list-style-type: none"> - Entrer en relation avec un camarade de son choix mais possédant un objet identique : l'imiter ou faire le contraire. - Aller dans la recherche de l'extraordinaire, du singulier, sans perdre son objet.
<p>➤ Situation 2: utiliser des verbes d'action pour entrer dans l'activité. Ecouter, parfaire la relation à l'autre</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mise en mouvement 	<ul style="list-style-type: none"> - L'enseignant énonce des verbes d'action comme « marcher, rebondir, chuter, glisser... » à des élèves dispersés dans la salle. 	<ul style="list-style-type: none"> - Réagir spontanément avec son corps aux verbes énoncés. 	<ul style="list-style-type: none"> - Associer au verbe une intention : « marcher lourdement, timidement, légèrement... ». - Choisir 4 verbes d'action parmi une liste et les organiser à sa guise. - Jouer sur des contraintes spatiales (réduire ou agrandir l'espace), temporelles (ralenti, accéléré) et corporelles (jambes fléchies, tendues). - Apprendre le mouvement de l'autre et passer par deux devant la classe en enchaînant les 2 séquences.
<p>➤ Situation 3: mettre son corps en mouvement en utilisant un parcours d'obstacles</p> <ul style="list-style-type: none"> - parcours d'obstacles réel puis imaginé. 	<ul style="list-style-type: none"> - réaliser un parcours technique dans l'espace, rempli d'obstacles (chaise, banc, rivières à passer, échelons, etc.). On garde le parcours mais sans les obstacles. Le refaire en les imaginant. 	<ul style="list-style-type: none"> - garder la qualité des mouvements. Exemple : si on s'assoit, le spectateur doit le percevoir. 	<ul style="list-style-type: none"> - Se mettre par groupe de 2 à 6 et retenir un enchaînement à montrer au reste de la classe.
<p>➤ Situation 4: Transformer la motricité</p> <ul style="list-style-type: none"> - Apprendre et reproduire une phrase motrice imposée. 	<ul style="list-style-type: none"> - Une phrase motrice simple composée de 4 verbes d'action est proposée par l'enseignant : marcher 4 pas, chuter vers l'avant, rouler un tour complet sur le côté, se relever en passant par la position à genoux. 	<ul style="list-style-type: none"> - Mémoriser pour reproduire 	<ul style="list-style-type: none"> - Utilisation des composantes temps et espace : Faire la phrase d'1 point A vers 1 point B distants de 5 mètres, puis rétrécir l'espace à 3 mètres ; - Jouer sur les vitesses du mouvement : faire la phrase au ralenti, en accéléré, en mixant les 2. - Proposer une organisation corporelle différente : tête penchée, jambes fléchies, etc. - Recomposer le phrase en la transformant : 4 pas courus, chute sur le côté, rouler sur l'épaule, se relever en sautant. A chacun de chercher sa solution.
<p>➤ Situation 5: Apprendre à construire à plusieurs</p> <ul style="list-style-type: none"> - S'organiser pour produire à plusieurs selon un thème donné. 	<ul style="list-style-type: none"> - Se placer par groupes de 3 ou 5 et produire un mouvement d'ensemble sur la phrase apprise. - Trouver un déclencheur pour démarrer le mouvement : corporel, sonore ou visuel. 	<ul style="list-style-type: none"> - S'organiser dans l'espace, s'orienter par rapport au public pour être bien vus, permettre aux spectateurs de découvrir le déclencheur. 	

Niveau 1

Construction d'une chorégraphie collective de hip hop

Objectif/But	Consignes	Critères de réalisation / Critères de réussite	Evolution
<p>➤ Situation 6 : Ecouter, se concentrer, travailler la précision corporelle</p> <p>- Mise en mouvement</p>	<p>- Tout le monde est disposé en cercle (fond sonore). L'enseignant joue le rôle de leader en proposant un mouvement simple sur place, répétitif et en adéquation avec la musique.</p> <p>- Le mouvement change quand tout le groupe se l'est approprié.</p>	<p>- Respecter le rythme et la forme du mouvement.</p>	<p>- A tour de rôle, proposer un mouvement qui va être repris par l'ensemble du groupe. Chacun traverse le cercle pour donner le rôle à un autre (afin de passer devant tout le monde).</p>
<p>➤ Situation 7 : Ecouter, se concentrer, travailler la précision corporelle</p> <p>- Le miroir : être à l'écoute de l'autre</p>	<p>- Se placer par 2, face à face : un meneur et un mené ; le leader fait des mouvements sur place, très lents, en jouant sur 3 niveaux, le haut, le milieu, le bas.</p>	<p>- Etre à l'écoute du meneur pour être en adéquation.</p> <p>- Le placement du regard doit rester neutre. Comprendre que la vision périphérique nous permet de voir ce que fait la jambe sans qu'il soit besoin de la fixer.</p>	<p>- Le faire en se déplaçant</p> <p>- Reproduire un enchaînement de mouvements simples (séquence de 8 temps) montrés par l'enseignant et le leader doit trouver une suite (1 séquence de 8 temps).</p>
<p>➤ Situation 8 : Ecouter, se concentrer, travailler la précision corporelle</p> <p>- La marionnette à fil : intervenir sur le corps des autres pour modeler des formes corporelles. Tenir l'immobilité.</p>	<p>- Se placer par 2, une marionnette à fil qui se laisse diriger par son marionnettiste.</p> <p>- Le marionnettiste tire sur des fils imaginaires qui correspondent aux segments du corps qu'il veut déplacer.</p>	<p>- Etre à l'écoute du marionnettiste pour bouger les segments désirés.</p> <p>- Se mettre dans la peau de la marionnette et imaginer le mouvement du corps si il était commandé par un fil.</p>	<p>- Inverser les rôles</p> <p>- Retenir deux séquences de 8 temps à présenter au reste de la classe (1x8 tps comme marionnette et 1x8 tps comme marionnettiste).</p>
<p>➤ Situation 9 : Renforcer l'expressivité</p> <p>- Coupler une intention à une action</p>	<p>- Les élèves sont dispersés dans la salle.</p> <p>- Réaliser des actions avec une intention : marcher au ralenti, courir en ayant peur, sauter en étant fou de tristesse ou de joie.</p>	<p>- Répondre spontanément à l'action et à l'intention.</p>	<p>- Se mettre par groupe de 3 à 6 et retenir 8 actions différentes avec une intention.</p> <p>- Présenter l'enchaînement au reste de la classe.</p>
<p>➤ Situation 10 : Distinguer les différents styles en hip hop</p> <p>- créer 3 phrases dans des styles différents (lock, pop/boogaloo et break). Utiliser un objet pour passer d'un style à l'autre (casquette, foulard ou autre vêtement).</p>	<p>- marquer Le changement de style. Pour cela, utiliser une casquette, un foulard ou enlever un vêtement par exemple, sont des possibilités pour évoquer un changement de ton ou d'intention dans la chorégraphie. Par exemple la chorégraphie commencera par une phrase à base de locks, chaque élève avec un chapeau. Jeter les chapeaux marquera le début d'une phrase à base de break.</p>	<p>- le spectateur doit percevoir le changement de style. L'utilisation de l'objet doit lui permettre de mieux cerner l'instant où le danseur change de technique.</p>	

Niveau 2

Transformer la chorégraphie pour aller vers plus d'imaginaire

Comportement en début de cycle	Transformations visées
<ul style="list-style-type: none"> - En situation de création, les élèves exploitent l'espace dans toutes ses dimensions en restant trop souvent en adéquation avec le monde sonore : il y a peu de variation d'énergie. - La motricité est simple. - L'intention existe mais elle est trop narrative. - Capacités à travailler en groupe et à faire des choix collectifs. 	<ul style="list-style-type: none"> - Discerner l'interaction des différents rôles : chorégraphe, danseur et spectateur - Approfondir la gestuelle technique - Aller vers plus de symbolisation et d'implication

Objectif/But	Consignes	Critères de réalisation / Critères de réussite	Evolution
<p>➤ Situation 1 : entrer dans l'activité et créer un répertoire technique</p> <ul style="list-style-type: none"> - Créer la notion de rapprochement et de séparation en utilisant l'espace lointain et l'espace proche. 	<ul style="list-style-type: none"> - Déplacements marchés, courus, rampés, passes, freezes, techniques aux différents styles. - Travailler en binômes, tous ensemble pendant 5 minutes puis passage de 3 binômes devant les spectateurs ; Danser sans environnement sonore. 	<ul style="list-style-type: none"> - Jouer sur l'équilibre et le déséquilibre - Rechercher le contact, mettre l'accent sur le regard (de l'intention) - Evoluer sur des trajectoires rectilignes ou variées. - Début, déroulement et fin explicites. 	<ul style="list-style-type: none"> - Regrouper deux binômes et jouer travailler sur une musique - Jouer sur le lent/vite
<p>➤ Situation 2 : Aller vers plus de symbolisation</p> <ul style="list-style-type: none"> - Créer à 2 des formes corporelles à partir de l'utilisation d'un objet 	<ul style="list-style-type: none"> - objets proposés : chaise, foulard, casquette, ballon, etc. - L'objet doit être utilisé selon au moins 3 manières différentes et il doit toujours être en contact avec l'un des 2 danseurs. - Préparer l'évolution pendant 5 minutes puis se produire par 3 binômes devant les spectateurs (environnement sonore relativement lent) 	<ul style="list-style-type: none"> - Amplitude et continuité du mouvement - Utilisation originale des objets et donc des formes corporelles variées 	<ul style="list-style-type: none"> - Imposer une trajectoire de déplacement - Supprimer l'objet et reproduire les mêmes formes. - Intégrer ces formes dans une séquence chorégraphique de lock, de pop/boogaloo ou de break.
<p>➤ Situation 3 ; Travailler la motricité et la variation d'énergie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Transmettre en chaîne 1 geste emprunt d'une énergie particulière 	<ul style="list-style-type: none"> - Par groupes de 3 ou 4, le premier improvise un geste dont l'énergie est caractéristique, le second capte cette spécificité et n'en retient que la notion qualitative contenue dans le mouvement, avant de le transmettre au 3°. - L'objectif est que soit conservée la même valeur entre le 1° et le dernier du groupe. - Evoluer sans musique sonore puis avec une musique inductrice de mouvement et d'énergie. 	<ul style="list-style-type: none"> - Montrer la continuité dans le mouvement et l'énergie conservée. - Fonctionner sur l'aller-retour. 	<ul style="list-style-type: none"> - Même chose mais en se déplaçant - Retenir un enchaînement de 8 gestes et leur énergie. Le présenter au reste de la classe.
<p>➤ Situation 4 : Travailler la motricité et la variation d'énergie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Le marionnettiste : prendre conscience du poids du corps et de la notion de « tension-relâchement ». 	<ul style="list-style-type: none"> - Par 2, l'un joue le rôle de marionnettiste qui va manipuler l'autre au niveau des différents segments (tête, bras, coude, taille...) - Changer de rôle au bout de l'élaboration d'une phrase motrice. 	<ul style="list-style-type: none"> - Exprimer la tension, c'est-à-dire un mouvement continu et ample, exprimer le relâchement, c'est-à-dire laisser aller le poids. - Changer d'énergie, adopter un mouvement plus vif. 	<ul style="list-style-type: none"> - Idem mais en travaillant dans l'espace lointain, c'est-à-dire en dirigeant le partenaire à distance. Alternier les rôles quand il y a contact. - Retenir 8 mouvements et les intégrer dans une séquence chorégraphique de lock, de pop/boogaloo ou de break.

Niveau 2

Transformer la chorégraphie pour aller vers plus d'imaginaire

Objectif/But	Consignes	Critères de réalisation / Critères de réussite	Evolution
<p>➤ Situation 5 : Organiser sa motricité par rapport à une intention précise (le regard)</p> <p>- Utiliser son regard pour orienter son déplacement : courir, sauter, marcher, ramper en regardant toujours le même point comme si on était aimanté ou au contraire qu'on cherchait à fuir ce point.</p>	<p>- Travailler individuellement et sans monde sonore</p> <p>- Le point est virtuel mais toujours identique</p> <p>- Après 5 minutes de temps de travail passer par 5 devant les autres.</p>	<p>- Le regard doit toujours induire le mouvement</p> <p>- Les membres supérieurs peuvent venir renforcer le mouvement.</p>	<p>- Réinvestir les déplacements guidés par le regard dans une séquence de lock, de pop/boogaloo ou de break.</p>
<p>➤ Situation 6 : Utiliser le poids, l'énergie et les contrastes en fonction d'un « parti pris »</p> <p>- Prendre conscience de l'axe vertical du corps</p> <p>- Travail des dissociations segmentaires pour perfectionner la technique des danses à effet que regroupe le style pop/boogaloo (robot, air-pose, ondulations...</p>	<p>- Travailler individuellement par 2 face à face.</p> <p>- Déplacer le centre de gravité par rapport aux appuis pour sortir de l'alignement (de l'équilibre vers le déplacement) par la hanche, par l'épaule, par la tête, par le coude, par le dos, par le ventre...</p> <p>- Musique avec des percussions lentes.</p>	<p>- Se situer dans l'alignement pieds/ bassin/ épaule/regard.</p> <p>- En sortir par une articulation et revenir sur l'axe.</p>	<p>- Idem mais en enchaînant un déplacement après le déséquilibre et retour sur la verticale.</p> <p>- Retenir 8 mouvements et construire une séquence à présenter par 3 ou 4 au reste de la classe.</p>
<p>➤ Situation 7 : Utiliser le poids, l'énergie et les contrastes en fonction d'un « parti pris »</p> <p>- Sortir de l'alignement et être récupéré par son partenaire.</p>	<p>- Travail par 2, 1 qui sort de l'alignement par une partie du corps, court puis est récupéré par son partenaire soit par un porté « haut », soit par 1 porté en appui.</p> <p>- Alternier les rôles sur une musique ouverte avec changement de rythmes.</p>	<p>- Se situer dans l'alignement pieds/ bassin/ épaule/regard.</p> <p>- En sortir par une articulation et revenir sur l'axe.</p> <p>- Pour celui qui récupère, amortir l'arrivée par une flexion des appuis ; pour celui qui est porté, accompagner.</p>	<p>- Enchaîner le porté par 1 « fondu au sol », c'est-à-dire faire descendre son partenaire au sol en douceur.</p> <p>- Retenir une phrase motrice et l'intégrer dans sa création.</p>
<p>➤ Situation 8 : Utiliser le poids, l'énergie et les contrastes en fonction d'un « parti pris »</p> <p>- Induction gestuelle par « contact » c'est-à-dire réagir à un contact corporel du partenaire.</p>	<p>- En duo puis à plusieurs.</p> <p>- Réaction du partenaire à la notion de force, à l'intensité perçue par le contact : se repousser, s'attirer.</p>	<p>- Agir sous forme de question-réponse</p>	<p>- Retenir une phrase motrice et l'intégrer dans sa création.</p>
<p>➤ Situation 9 : Utiliser le poids, l'énergie et les contrastes en fonction d'un « parti pris »</p> <p>- Induction par le son : réagir corporellement à partir d'équilibres/déséquilibres et de tensions/ relâchements par rapport à des mondes sonores variés.</p>	<p>- Travail individuel puis par 2 dans tout l'espace.</p>	<p>- Montrer l'énergie induite par les dynamismes du monde sonore.</p> <p>- Occuper tous les niveaux de l'espace.</p> <p>- Placer le regard ou montrer un intention, un contact corporel et des formes corporelles créées à 2.</p>	<p>- Construire 2 phrases motrices sur ce principe de réaction au monde sonore.</p> <p>- Le réinvestir dans sa création.</p>
<p>➤ Situation 10 : Savoir compter sur la musique (binaire, ternaire, contre temps, pose accents, etc.).</p> <p>- travail sur le tempo avec des exercices de frappe. Créer sa propre rythmique.</p>	<p>- les élèves reproduisent la rythmique imposée par le professeur. Dans un second temps ils créent leur propre rythmique sur la musique.</p>	<p>- 1° temps fort, 2° temps caisse claire. Le 1 est la naissance et le 2 la fin du mouvement. En hip hop, on travaille sur des phrases de 4 temps. Rarement 8 temps.</p>	

Niveau 3

Utiliser, approfondir et transformer la motricité spécifique au hip hop Pour construire un propos symbolique

Comportement en début de cycle	Transformations visées
<ul style="list-style-type: none"> - On ne rencontre pas de problème de relation à l'autre, les élèves travaillent collectivement à la création des chorégraphies. - Les élèves sont tous en mesure de présenter une improvisation ou une mini-crédation devant la classe dès la première leçon. 	<ul style="list-style-type: none"> - Approfondir la prise de risque dans l'expression originale de leurs idées. - Maîtriser des enchaînements corporels complexes (contacts, portés) - Etre capable de critiquer de manière constructive toute chorégraphie

Objectif/But	Consignes	Critères de réalisation / Critères de réussite	Evolution
<p>➤ Situation 1 : échauffement</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mise en éveil 	<ul style="list-style-type: none"> - Se répartir par groupe de 3 ou 4. - Chaque groupe propose des exercices qui seront reproduits par les autres (mobilisation de toutes les articulations, assouplissements, prises d'appuis au sol, passages au sol, portés) 	<ul style="list-style-type: none"> - Respecter les formes et les énergies proposées, se les approprier, les reproduire à son rythme. 	
<p>➤ Situation 2 : Mobilisation corporelle</p> <ul style="list-style-type: none"> - Prendre des risques au niveau de la prise d'appuis et de l'énergie. 	<ul style="list-style-type: none"> - 2 par 2 en simultané avec 1 musique dynamique. - Créer de manière identique pour les 2 danseurs, une descente au sol avec prise d'appui sur les mains et remonter de manière inhabituelle avec 1 impulsion (bras ou jambes) - Répéter plusieurs fois. 	<ul style="list-style-type: none"> - Assurer une prise d'appuis tonique au sol et la continuité des actions motrices. - La combinaison commence debout et se termine debout. 	<ul style="list-style-type: none"> - Accélérer le rythme d'exécution, tout en conservant la qualité technique propre. - Du passage rapide sur les mains ou sur d'autres parties du corps, progresser vers une stabilisation maîtrisée.
<p>➤ Situation 3 : Mobilisation corporelle</p> <ul style="list-style-type: none"> - Inventer une combinaison à 2 	<ul style="list-style-type: none"> - Départ libre - Créer par 2 un porté avec passage en appui original utilisant un passage au sol et remonter ensemble. 	<ul style="list-style-type: none"> - Bonne synchronisation des 2 danseurs - Impulsion des bras, bonne prise d'appui du porteur - importance de la respiration : mettre l'effort sur l'expiration. 	<ul style="list-style-type: none"> - Varier la rapidité d'enchaînement des actions
<p>➤ Situation 4 : Utiliser le corps et l'énergie de l'autre pour créer des formes corporelles</p> <ul style="list-style-type: none"> - Créer des contacts : aller du simple contact à l'induction d'impulsions, au porté. 	<ul style="list-style-type: none"> - Par 2, sur place puis avec déplacement, créer des contacts qui vont transformer les formes gestuelles sur le corps de l'autre. 	<ul style="list-style-type: none"> - Induire le mouvement de l'autre en se mettant en contact, en lui impulsant de l'énergie qu'il transformera. 	<ul style="list-style-type: none"> - Retenir une phrase motrice et l'intégrer dans une séquence de lock, de pop/boogaloo ou de break.
<p>➤ Situation 5 : Développer la prise d'information</p> <ul style="list-style-type: none"> - Prendre et détecter la prise d'information fine. 	<ul style="list-style-type: none"> - Groupes de 2 à 6 - Créer plusieurs phrases motrices avec des déplacements, des passages au sol, des portés simples. - Construction d'une chorégraphie aléatoire avec choix d'un leader qui déclenchera le mouvement (sur fond musical). - Varier le leader - Montrer la production au reste de la classe 	<ul style="list-style-type: none"> - Déclencher le mouvement tous ensemble sans regarder directement le leader. - Construire et reproduire des phrases motrices avec des énergies différentes, de manière à leur donner une coloration symbolique différente. - Pour les spectateurs, découvrir qui déclenche les mouvements, dans quel ordre, donner son avis et ses impressions suscitées par les changements d'énergie. 	<ul style="list-style-type: none"> - Idem mais en créant des séquences de lock, de pop/boogaloo ou de break. - Créer une chorégraphie qui mélange les phrases motrices et les séquences spécifiques au hip hop.

Niveau 3

Utiliser, approfondir et transformer la motricité spécifique au hip hop Pour construire un propos symbolique

Objectif/But	Consignes	Critères de réalisation / Critères de réussite	Evolution
<p>➤ Situation 6 : Créer en s'appuyant sur une représentation symbolique du réel</p> <p>- Improviser en fonction du thème annoncé. S'adapter aux mouvements de l'autre</p>	<p>- Par 3 avec une musique de fond neutre, sans limite d'espace.</p> <p>- Annonce de thèmes abstraits (tristesse, colère, lenteur, lourdeur, etc.)</p> <p>- Se déplacer et réaliser ensemble les mêmes mouvements improvisés par l'un des 3.</p> <p>- Changement spontané de leader</p>	<p>- Pas de rupture d'énergie entre les changements de leader.</p> <p>- Conserver une énergie qui permette aux autres de suivre.</p> <p>- Pas de regard direct sur le leader, mais conserver le mouvement dans sa totalité, jusqu'au regard.</p>	<p>- Donner des directions à respecter en fonction de l'improvisateur (exemple : A dans les diagonales, B face au public et C de dos).</p> <p>- Réinvestir ces phrases dans des séquences spécifiques au hip hop.</p>
<p>➤ Situation 7 : Créer en s'appuyant sur une représentation symbolique du réel</p> <p>- Créer à partir d'un point fixe dans l'espace (support symbolique)</p>	<p>- Par 5 avec 2 musiques au choix, créer une chorégraphie utilisant un point dans l'espace qui oriente l'organisation spatiale, les regards et le thème support (colère, joie...)</p>	<p>- Utiliser des critères de composition et de motricité (styles spécifiques au hip hop, rencontres, contacts) qui mettent en exergue l'existence de ce point fixe de manière originale (importance des regards).</p> <p>- Début et fin sur formes spatiales précises porteuses du thème.</p>	<p>- Chaque groupe est libre de jouer sur les variables qui lui conviennent.</p> <p>- Possibilité de faire varier le point dans l'espace.</p>
<p>➤ Situation 8 : Créer en s'appuyant sur une représentation symbolique du réel</p> <p>- Montrer sa création</p>	<p>- Pour les danseurs : chaque groupe passe 2 fois et improvise 2 ou 3 contacts</p> <p>- Pour les spectateurs : rechercher le rôle joué par le point fixe, dans le thème de chaque chorégraphie, ainsi que les images fortes.</p>	<p>- Pour les danseurs : montrer distinctement l'improvisation entre les 2 chorégraphies successives.</p> <p>- Rechercher la cohérence entre le thème et l'exploitation du point fixe. Apprécier les images fortes et justifier ses critiques verbalement.</p>	
<p>➤ Situation 9 : Utiliser la musique pour renforcer une représentation symbolique</p> <p>- Construire une séquence chorégraphique porteuse d'un thème sur 2 musiques différentes.</p>	<p>- Par 4 avec 2 musiques : douce et dynamique</p> <p>- Choisir un thème abstrait (joie, peur, colère...) qui permette d'utiliser un style approprié (lock pour la joie, pop/boogaloo pour la peur, break pour la colère) avec une énergie exprimant un sens (en accord ou en décalage par rapport à la musique).</p>	<p>- Pour les danseurs : conserver la même énergie quelle que soit la musique.</p> <p>- Pour le spectateur : dans quelle version y a-t-il le plus d'images fortes ? Le thème apparaît-il vraiment ? Est-il transformé ?</p>	<p>- Rajouter des contacts, des portés, des pas importés de danses différentes (rock, salsa...)</p>
<p>➤ Situation 10 : Prestation et évaluation</p> <p>- Construire une fiche d'évaluation commune.</p> <p>- Faire une prestation devant la classe</p>	<p>- Choisir éventuellement un monde sonore, des accessoires (costumes, maquillages, objets) qui renforcent le thème retenu</p> <p>- Chaque groupe passe 1 fois devant les spectateurs munis d'une fiche d'évaluation.</p> <p>- faire la mise au point ensemble.</p>	<p>- Pour les danseurs : réaliser la prestation</p> <p>- Pour les spectateurs : comprendre le thème, les différents tableaux présentés, critiquer de manière constructive les différentes créations. Exploiter la fiche d'évaluation afin de se l'approprier.</p>	

L'évaluation

Evaluation de la composition			Evaluation de l'interprétation		
Groupe			Nom		
Espace	Déplacements limités dans l'espace, peu variés et face au public	1 pt	Investissement	Se dispute avec les membres du groupe, boude, se met en dehors du groupe	0 pt
	Espace élargi, directions et trajets simples : avant, arrière et côtés	2 pts		Se contente de suivre le groupe	1 pt
	Directions, trajets, orientations variés et claires	3 pts		A des idées, réceptif à celle des autres	3 pts
Temps Rythme	Toujours le même, monotone	1 pt	Engagement émotionnel	Connaît mal la chorégraphie, fait beaucoup d'erreurs, des trous de mémoire, etc	1 pt
	Varié, crée la surprise	2pts	concentration	Connaît à peu près la chorégraphie. Encore des hésitations	2 pts
Energie	Pas d'utilisation d'énergies différentes	1 pt		Connaît parfaitement la chorégraphie, pas d'hésitations, regard vers le public	3 pts
	Varié, en liaison avec la musique	2 pts	Engagement	Technique un peu maladroite	1 pt
Originalité	Utilisation prioritaire de stéréotypes. Trop grande influence de la mode	1 pt	moteur	Technique simple mais bien réalisée	2 pts
	Surprenant, plaisant à voir, apporte un plus	2 pts	Technique gestuelle	Technique complexe bien réalisée	3 pts
Synchronisation	Des retards, des décalages non voulus entre la musique et les danseurs	1pt			
	Groupe en harmonie	2 pts			
Note / 11 pts			Note / 9 pts		
Note / 20					

Vincent Peltre, collègue honoré de Balzac (Neuilly sur Marne), stage hip hop

COMPETENCES METHOLOGIQUES : 15 POINTS

	Niveau 1	Niveau 2	Niveau 3	Niveau 4	Niveau 5
Proposer/écouter 5 points	<p>Silencieux.</p> <p>Passif.</p>	<p>Jamais d'accord.</p> <p>N'écoute que lui.</p> <p>Propose ce qu'il sait faire.</p>	<p>Propose qq idées originales.</p> <p>Écoute les idées des autres mais revient souvent sur les siennes.</p>	<p>Propose des idées originales.</p> <p>Écoute et tient compte des idées des autres</p> <p>Rebondit sur les idées des autres</p>	<p>Propose un inventaire d'idées originales qu'il soumet au choix des autres.</p> <p>Propose des mises en situations.</p> <p>Écoute, rebondit, transforme</p>
Mettre en mouvement 5 points	<p>Imite et recopie.</p> <p>Mise en forme simpliste (déjà vu).</p>	<p>Met en mouvement sous forme narrative.</p> <p>Pauvreté des formes corporelles.</p>	<p>Utilise l'exagération.</p> <p>Foisement de formes corporelles (bavardage, confusion).</p>	<p>Utilise plusieurs procédés d'écriture pour symboliser son mouvement (contrastes, exagération, transposition, suite au mouvement).</p>	<p>Choisit et combine les procédés d'écriture qui permettent la symbolisation originale de son mouvement et de celui des autres</p>
Composer composante de la mise en scène procédés et effets sur le spectateur 5 points	<p>Utilise 2 orientations (face et profil).</p> <p>Compose dans une espace réduit.</p> <p>Utilise essentiellement le duo ou trio dans un rapport de symétrie.</p>	<p>Compose dans l'espace de la scène en utilisant une variété d'emplacement les uns après les autres.</p> <p>Se préoccupe des orientations entre les danseurs.</p> <p>Utilise l'unisson à 2.</p>	<p>Utilise l'espace dans sa variété (directions, trajets, orientations, groupements).</p> <p>Organise le déroulement dans le temps (entrées, sorties, silences).</p> <p>Utilise l'unisson à plusieurs.</p>	<p>Utilise le temps avec variété (intensité, durées, vitesses).</p> <p>Utilise les procédés avec variété (unissons, contre-points, décrochage, polyphonie).</p> <p>Utilise le monde sonore.</p>	<p>Choisit un parti pris.</p> <p>Utilise de manière originale les composantes de la mise en scène pour servir une production d'effets et une mise en valeur.</p> <p>S'impose au monde sonore et sait utiliser les silences musicaux.</p>

COMPETENCES CULTURELLES : 15 points

	Niveau 1	Niveau 2	Niveau 3	Niveau 4	Niveau 5
<p>Danseur/ interprète</p> <p>Présence. Regard. Qualité du mouvement.</p> <p>5 points</p>	<p>Hésite.</p> <p>Regard qui papillonne.</p> <p>Ruptures, mouvements courts sans tonus postural.</p>	<p>Récite.</p> <p>Regard aléatoire.</p> <p>Mouvements conduits et enchaînés courts.</p>	<p>Exécute.</p> <p>Regard placé, conscience de soi uniquement.</p> <p>Mouvements conduits enchaînés, précis, amples, monotones.</p>	<p>Interprète.</p> <p>Regard placé avec conscience des autres.</p> <p>Mouvements amples et fluides avec variété de rythmes.</p>	<p>Interprète.</p> <p>Regard sensible avec conscience de soi, des autres danseurs et des spectateurs.</p> <p>Mouvements fluides avec variation d'énergie.</p>
<p>Chorégraphe</p> <p>Lisibilité du thème.</p> <p>5 points</p>	<p>Thème non lisible.</p> <p>Association de mouvements sans rapport entre eux.</p>	<p>Narration.</p>	<p>Evocation simpliste du thème.</p> <p>Fluctuances.</p> <p>Perte du fil conducteur.</p>	<p>Evocation originale du thème.</p> <p>Sens univoque.</p>	<p>Evocation originale du thème.</p> <p>Sens équivoque.</p>
<p>Spectateur</p> <p>5 points</p>	<p>Bavarde.</p> <p>Peu d'attention et de concentration pendant l'observation.</p>	<p>A des certitudes.</p> <p>Critique en utilisant des négations systématiquement.</p> <p>Observe toujours le même domaine.</p>	<p>Observe diverses données sans interpréter.</p>	<p>Repère les moments forts.</p> <p>Propose une interprétation possible.</p> <p>Observe les manques.</p>	<p>Repère les moments forts pertinents.</p> <p>Propose plusieurs interprétations possibles et argumente.</p> <p>Propose une amélioration possible.</p>
<p>PERFORMANCE</p> <p>10 points</p>	<p>Niveau 1 : 2 pt</p> <p>Laisse une impression d'ensemble floue, vague.</p>	<p>N 2 : 4 pt</p> <p>Intéresse le spectateur quant au déroulement de l'action.</p>	<p>N3 : 6 pt</p> <p>Laisse des émotions de faible intensité (on aime un peu).</p>	<p>N4 : 8 pt</p> <p>Laisse des émotions d'intensité moyenne (on aime beaucoup).</p>	<p>N5 : 10 pt</p> <p>Laisse des émotions de forte intensité (on aime passionément).</p>

D'autres critères d'évaluation

(Dossier EPS n° 47 : Marie Chiron, Solenn Dalverny, Sylvie Pélicier et Nadia Valoff)

Niveau 1

La concentration et le placement du regard	La gestuelle	La création d'images fortes	Le plaisir ressenti
Les danseurs rient, ils ont des gestes parasites, ils sont concentrés mais ils regardent leurs pieds ou le camarade à côté, ils sont concentrés et ont le regard placé.	Les mouvements ne sont pas sus, les mouvements sont sus mais non maîtrisés, les mouvements sont sus et maîtrisés, les mouvements sont maîtrisés et originaux.	Aucune image forte, des images éphémères non exploités, ensemble dynamique et varié avec quelques images fortes, de nombreuses images fortes.	J'ai aimé un peu, j'ai aimé moyennement, j'ai aimé énormément.

Niveau 2

Evaluation collective				Evaluation individuelle		
Exploitation du monde sonore	Exploitation gestuelle	Scénographie, costumes	Exploitation de l'espace scénique et/ou relationnel	Appréciation d'ensemble, plaisir ressenti par le spectateur	Maîtrise, exécution, qualité gestuelle	Interprétation, expressivité, implication « théâtrale »

Niveau 3

Espace/temps	Energie	Scénographie	Maîtrise d'exécution	Interprétation	Impression personnelle
Rapport neutre / Juxtaposé par le monde sonore sans rapport avec le thème / En accord avec le thème mais manque d'originalité / Utilisation originale pertinente par rapport au thème.	Peu de variation / Variations d'énergie mais peu de cohérence par rapport au thème / Ruptures avec prises de risques créatrices d'effets.	Imprécise ou irrégulière : Adaptée mais peu innovante / Originale, cohérente, surprenante.	Gestuelle simple avec parfois un manque d'amplitude / Enchaînements d'actions simples mais maîtrisés, amplitude réelle/ Gestuelle et enchaînements d'actions complexes, originalité des déséquilibres et utilisation maîtrisée de nouvelles prises d'appuis.	Expression stéréotypé / Présence en adéquation avec le rôle / séduisante par son interprétation, sa théâtralité.	Ennui / Parfois intéressant / intéressant / Enthousiasmant, captivant

Discographie

Pour acheter des CD spécialisés : boutique STREET SOUND dans le 18° près du métro « la fourche », ligne 13

Break

KURTIS BLOW Best off... rappin

Compilations TONY BOY, DJ SIENS, POSITIVE FORCE (we got the funk), PLAY TIME, PURE FUNK, GANGSTA SOUL (paradis 2)

Lock et Pop

Midnight star Best off

JB'S

JACKSON

CHAKAKHAN (epiphany : the best off)

ZAPP et ROGER collection

EART WIND ET FIRE gratitude

GAP BAND best off

CAMEO best off

JAMES BROWN

MISS ELIOTE cook book

Discographie du stage

Propellerheads (descksandrumsandrockandroll)

JUST JACK (Overtones)

Hits 70's

RAGGA CONNECTION

Sites internet :

Pepsteam.com : site EPS de travaux d'échange

Association ARTS en MOUVEMENTS de Delphine SCHOEVAERT : www.artsenmouvements.com

Mail de Delphine : ladydel@free.fr

Son portable : 06 09 96 59 16

Si vous vous inscrivez dans les « contacts », vous aurez les infos sur les spectacles

Autres sites : www.styl2ouf.com / www.justedebout.com / www.1000pour100.com

Cours de danses

Avec Delphine : 174 rue Diderot à Vincennes le lundi soir de 21h à 22h, au centre de danse Alésia 119 av du G.Leclerc métro porte d'Orléans le samedi de 14h30 à 16h.

Avec Valentine : au SMJ de Fontenay sous bois, cours de break le jeudi soir

Avec Yann : au SMJ de Fontenay sous bois, le lundi et le vendredi. Tel : 01 43 74 79 81

(Cours à Noisy le Sec avec l'association « Positifs Events ». Contact : 06 19 75 71 13 ?)