



C1

Journée 3  
Danse  
A vous de jouer !

**Compétences du socle**

Comprendre, s'exprimer en utilisant les langages des arts et du corps

**Compétences travaillées**

Affirmer ses possibilités d'improvisation, d'invention et de création en utilisant son corps. Construire et développer la capacité à être acteur puis spectateur.

**Dispositif et préparation matérielle**

En salle de motricité, délimiter un espace suffisant pour laisser danser un demi groupe classe.

- Grelot ou maracas
- Ordinateur avec fichiers musique et enceintes - Deux dés :

Un dé qui déterminera le choix des musiques

Un dé qui déterminera le choix de la phrase inductrice :

- une feuille qui tourne
- un nuage qui flotte dans le vent
- une main qui caresse
- un robot qui coince
- la mer en colère
- Joker

Afin de faciliter l'expression par le corps pour les élèves pour qui danser est peu aisé, il est possible de leur proposer des objets (foulards, rubans, feuilles de papier de soie...)

**NB : Pour construire vos dés, vous avez la possibilité :**

- d'imprimer les gabarits en noir et blanc ou en couleur
- d'imprimer le gabarit vierge et d'y coller des images ou éléments que vous possédez (gommettes, pictos, ou dessins à main levée)

**Déroulement**

Après avoir visionné le diaporama en classe, le temps de pratique sera proposé dans un autre espace.

**1. Echauffement corporel**

Avant de danser, il faut toujours préparer le corps.

Placer les élèves en cercle.

- Etirement. On imagine qu'on est dans une bulle et on pousse les parois...de tous les côtés.
- Tourner doucement une à une les différentes parties de son corps : la tête, les épaules, les poignets, le bassin, les chevilles.
- Au son de la clochette, ne bouger que la tête, que les épaules, que les poignets, que le bassin, que les chevilles  
(Cet exercice a pour but d'apprendre à conscientiser et à dissocier chacune des parties du corps, ce qui n'est pas toujours évident surtout pour un élève de Petite ou de moyenne section.)

**2. Echauffement dans l'espace**

Demander aux élèves de se déplacer dans la salle en essayant d'occuper tout l'espace. Sans laisser de « trous » Quand la musique s'arrête on s'immobilise là où on est.

Donner des consignes de déplacement : marcher avec légèreté, lourdeur, sur un sol chaud, sur un sol collant.... (Cet exercice a pour but de faire prendre conscience aux élèves de l'espace autour d'eux)

**3. Jeu dansé**

Ré exposer les règles du jeu et présenter les deux dés.

Diviser la classe en 2 afin qu'il y ait un groupe de spectateurs/ Un groupe de danseurs

Faire lancer à deux élèves le dé n°1 avec les inducteurs puis le dé n°2 avec les musiques.

Proposer aux danseurs de représenter en dansant, une feuille qui tourne, un nuage qui flotte...En fonction des indications du dé.

Faire alterner les groupes avec entre chaque changement un temps d'échanges.

Encourager les élèves à explorer tous les espaces (autour de soi, dans la salle, les différents niveaux) et à bouger les différentes parties du corps. Insister sur les différentes qualités de mouvements.

#### 4. Temps de retour au calme

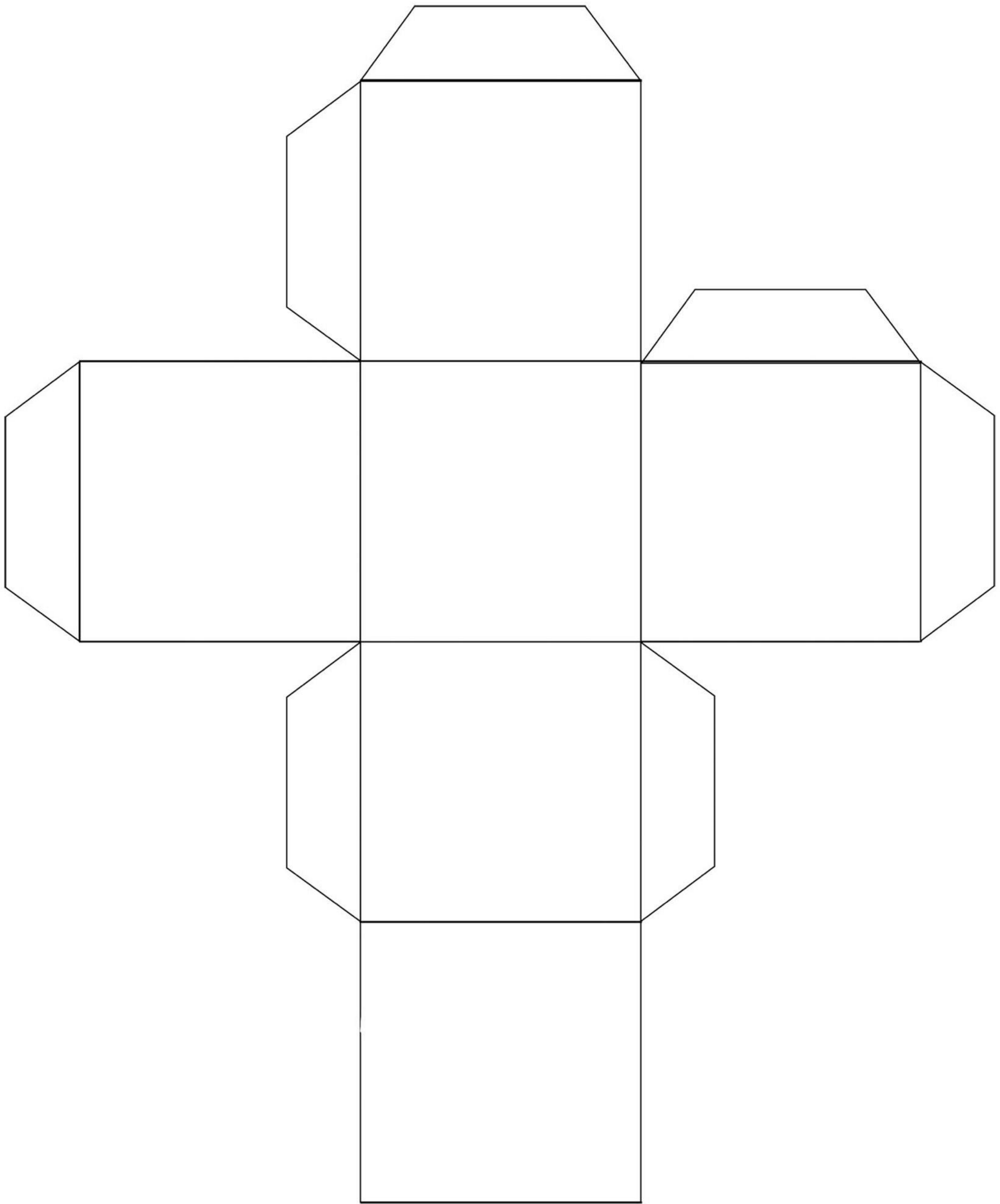
Proposer aux élèves de se mettre assis en tailleur en cercle Fermer les yeux et mettre les mains sur le ventre.

Inspirer par la nez en essayant de gonfler son ventre et souffler par la bouche Faire silence et écouter les bruits de l'école.

**Prolongement possible :**

**Présenter un artiste chorégraphe :** Merce Cunningham. **Un œuvre dansée qui joue sur la notion de hasard :** *Rainforest*

<https://www.numeridanse.tv/videotheque-danse/rainforest?s>





**une feuille  
qui tourne...**



**une main  
qui caresse...**



**un nuage  
qui flotte  
dans le vent...**



**un robot qui coince...**



**la mer en colère...**



