

Invente ta danse à la maison

Explorations - Consignes par pièces

Choisis ta pièce et suivant les consignes, explore, essaie, invente, cherche.

Dans toutes tes explorations, comme en cours, n'oublie pas la base :

- Les hauteurs - Les vitesses - Les volumes, les géométries : pensent à l'arrière, aux côtés, à ce qui est rond, anguleux, cassé - Les regards - Les différentes parties du corps

Cuisine : Bras et jambes comme ustensiles de cuisine. Danse, cherche les actions de que l'on retrouve dans l'acte de cuisiner. Touiller, battre (les oeufs), mélanger, étaler, transvaser, laver, découper....

Canapé : Se servir du support. S'appuyer, se repousser, grimper, sauter, rouler, s'étaler, se recroqueviller.

Chambre, lit : Se cacher sous la couette et sortir différentes parties du corps et/ou

Jouer avec l'abandon, le relâchement, la chute.

Couloir, entrée : Rebondir de mur à mur. Notion d'aller-retour.

Salle de bain : Danse l'eau. Celle qui jaillit, coule à compte-goutte, doucement, abondamment, puissamment, ondule, tourbillonne, frémit. Une eau froide, chaude. Une eau qui nettoie, se débarrasse du sale, circule.

Une autre pièce, le Jardin, le balcon ? Invente des mots qui vont avec cet endroit.

> Sélections

Après avoir exploré tout cela. Tu reviens dans les pièces qui t'ont plu et tu recommences à explorer mais cette fois-ci en choissant 1, 2, 3 mouvements (selon ton âge ou ton envie) que tu as aimé trouver et tu les mémorises.

Tu as choisi les pièces qui t'ont plu, avec dans chacune d'elles, des mouvements que tu as retenus.

Maintenant inscris sur un papier le nom des pièces que tu as choisies. Plie ces papiers, mets les dans un panier et fais piocher quelqu'un de ton entourage. Il est alors décidé l'ordre de tes pièces à danser.

Tu peux passer à la suite

> Composition

Lieu de spectacle

Choisi l'endroit où tu vas faire la danse finale. L'endroit où tu pourras la montrer à ta famille ou un endroit où tu peux te filmer (avec autorisation des parents)

Transpose les mouvements choisis dans ce nouvel endroit., adapte les comme tu peux, en apportant des modifications si besoin.

Exemple : si tu as pris appui sur le canapé pour sauter, là, tu le feras sans canapé, en t'appuyant sur quelque chose d'imaginaire. Et ainsi de suite, pièce par pièce.

Musique

Tu peux choisir une musique dans la sélection envoyée ou sur une musique que tu aimes.

Répète plusieurs fois l'enchaînement. Fais toi de petits dessins si cela t'aide à retenir.

Costume

Choisis un vêtement que tu aimes beaucoup qui ne gêne pas le mouvement. PAS DE DEGUISEMENT d'un personnage célèbre, mais un vêtement qui te ressemble.

Recommandations

La chorégraphie finale ne doit pas dépasser 3 minutes.

Ton début et ta fin sont soignés.

Tu as suffisamment répété pour te sentir bien avec cette danse, pour la ressentir et l'interpréter comme il faut.

Tu y as mis des nuances de vitesses, de regards, de hauteurs.

Tu es prêt(e) ?

- Convoque ton entourage (assure toi qu'ils soient bien installés).

Et / ou

- Convoque ton appareil à filmer (assure toi qu'il soit bien stable). Avant de filmer fais bien le tour de l'espace que tu as pour danser, celui que ta caméra voit.

Partage

Vous avez l'occasion de m'envoyer la vidéo, c'est avec plaisir.

Karine Guichard pour Bon Pied Bon Oeil