

Artistes-animateurs
en **milieu de loisir**
2011-2012

**ATELIERS DE
DANSE URBAINE ET
CONTEMPORAINE
POUR LES 6 À 8 ANS**

**FICHES D'ACTIVITÉS FOUDLADANSE
SESSION AUTOMNE 2011**

Préparées par **Stéphanie Bernard**
Compagnie Destins croisés

Les activités ont été réalisées au Centre de loisirs Saint-Isaac-Jogues, dans l'arrondissement d'Ahuñtsic-Cartierville

ENTENTE SUR LE DÉVELOPPEMENT CULTUREL DE **MONTRÉAL**

Montréal 

*Culture,
Communications et
Condition féminine*

Québec 

ATELIERS DE DANSE URBAINE ET CONTEMPORAINE POUR LES 6 À 8 ANS

OBJECTIF GÉNÉRAL : S'initier aux mouvements de base de chaque style et au travail sur le rythme; éveiller la créativité et préparer une chorégraphie présentée devant public.

Durée des ateliers : 60 minutes

ATELIER 1			
ACTIVITÉS	OBJECTIFS	FORMATION*/ MATÉRIEL/MUSIQUE	DESCRIPTION
Accueil	Mettre en contexte	Assis en cercle	Poser la question « Qu'est-ce que c'est, la danse urbaine? » et animer une courte discussion.
Brise-glace	Faire connaissance	Debout en cercle	Chaque participant dit son nom en faisant un mouvement et le groupe l'imité.
Base technique contemporaine	Apprendre à effectuer des mouvements fluides	En rangées	Installer la routine d'échauffement. Apprendre un exercice contemporain qui implique des mouvements globaux. Exercice répété pendant plusieurs cours.
Break dance	Apprendre le top-rock, en lien avec le rythme de la musique	En rangées, mais passage d'une rangée à une autre	Notion de rebond dans les jambes. Mini-workout fait de top-rock. Exercice répété et bonifié de cours en cours.
Jeu du miroir	Prendre contact avec l'autre dans le mouvement	2 par 2	Face à face, un jeune est le miroir de l'autre. L'un suit le mouvement de l'autre.

ATELIER 2			
ACTIVITÉS	OBJECTIFS	FORMATION*/ MATÉRIEL/MUSIQUE	DESCRIPTION
Diagonales	Expérimenter des déplacements variés, efficaces et sur le rythme	Traversées 2 x 2	Déplacements contemporains et urbains, debout et au sol. Exercices répétés et modifiés de cours en cours.
Jeu de la foule I	Découvrir la notion d'espace	Délimiter un espace de jeu	À partir de la marche, donner des instructions vocales: prendre tout l'espace de jeu, regarder les autres, accélérer sans foncer dans les autres, etc.

ATELIER 3

ACTIVITÉ	OBJECTIF	FORMATION*/ MATÉRIEL/MUSIQUE	DESCRIPTION
Jeu de la ligne droite	Explorer la notion de vision périphérique	Tout le monde en ligne	Demander au groupe d'avancer tout en restant en ligne parfaitement droite, en regardant droit devant soi, sans parler.

ATELIER 4

ACTIVITÉ	OBJECTIF	FORMATION*/ MATÉRIEL/MUSIQUE	DESCRIPTION
Initiation aux « freezes »	Apprendre à bien se placer pour prendre appui au sol	Quinconce	Étape par étape, le professeur guide les jeunes pour exécuter une étoile ou un appui de type « chandelle ».

ATELIER 5

ACTIVITÉ	OBJECTIF	FORMATION*/ MATÉRIEL/MUSIQUE	DESCRIPTION
Le pantin	Explorer les mouvements « en suspension » dans l'espace. Préparer aux styles de mouvement « robot » et « popping »	Chacun son espace	On s'imagine être un pantin dont on tire les ficelles qui font bouger bras et jambes. Variation : 2 par 2, un ami touche les articulations pour faire bouger poignets, chevilles, tête, genoux.

ATELIER 6

ACTIVITÉ	OBJECTIF	FORMATION*/ MATÉRIEL/MUSIQUE	DESCRIPTION
Jeu de la feuille	Explorer la vitesse d'exécution, l'agilité	Dans l'espace	Le jeune doit trouver toutes les manières possibles de bouger ses bras en tenant une feuille de papier sur sa main, sans la faire tomber ni la froisser. Après une période d'exploration, l'animateur apprend une courte séquence de mouvements à faire avec la feuille.

ATELIER 7

ACTIVITÉ	OBJECTIF	FORMATION*/ MATÉRIEL/MUSIQUE	DESCRIPTION
Jeu des 3 vitesses	Contrôler la vitesse d'exécution, du ralenti au rapide	En ligne	À partir de la marche, l'animateur établit un code de vitesses (ex. : vitesse 1, 2, 3, etc.) et les jeunes doivent suivre ses instructions. On varie les vitesses : de très rapide au ralenti. On réessaie d'autres façons de se déplacer ou un mouvement répétitif.

ATELIER 8

ACTIVITÉ	OBJECTIF	FORMATION*/ MATÉRIEL/MUSIQUE	DESCRIPTION
Le château de cartes	S'initier au travail avec un partenaire	2 par 2	Les jeunes sont guidés pour expérimenter des transferts de poids statiques (château de cartes, mains à mains), et des contrepoids simples.

ATELIER 9

ACTIVITÉ	OBJECTIF	FORMATION*/ MATÉRIEL/MUSIQUE	DESCRIPTION
Répétition générale	Se préparer à faire une présentation publique	Délimiter l'espace pour que les jeunes le visualisent clairement	Pratiquer la mini chorégraphie avec les entrées et sorties de scène, les saluts, etc.

ATELIER 10

ACTIVITÉ	OBJECTIF	FORMATION*/ MATÉRIEL/MUSIQUE	DESCRIPTION
PARENTS-ENFANTS	Vivre un moment de partage parent-enfant	Prévoir assez d'espace et des chaises	1: la vision périphérique 2: la foule 3: transferts de poids simples 4: démonstration des chorégraphies 5: cercle d'improvisation

* Organisation de l'espace