



PLEINS FEUX SUR LA DANSE CONTEMPORAINE
SOMMAIRE DES NOTIONS ENSEIGNÉES

Le curriculum de l'Ontario

Éducation artistique 11^e et 12^e année, édition révisée 2010

Note: l'astérisque () indique un élément nouveau*

Position

- Position des bras et des pieds en ouverture et en parallèle (1^{re}, 2^e, 3^e, 5^e),
- position de la tête (droite et tournée *inclinée),
- positions au sol (3^e, 4^e)

Trajectoire

- Au sol et aérienne –en ligne droite, en ligne courbe, *zigzag

Mouvement

Note: le travail des jambes se fait en parallèle et en ouverture de la hanche.

- Port de bras (asymétrique)
- Demi-plié et grand plié (*4e)
- Fente (devant et de côté *derrière)
- Élevés sur deux pieds (*sur un pied) et relevé sur *un pied
- Demi-tours et tours sur deux pieds et sur un pied
- Transfert du poids sur *demi-pointe avec port de bras
- Chute et roulade au sol (avec appuis sur les mains)
- Atterrissage d'un saut sur deux pieds, sur un pied avec *changement de pied et d'orientation du corps
- Penché et cambré
- *Spirale; préalable: contraction, *drop*, rebond, *High-lift*, *swing*
- Extension et flexion des pieds
- Rond de jambe à terre, *en l'air
- Battement tendu, dégagé, retiré, développé, enveloppé, attitude (*derrière) *en adagio
- Grand battement avec *tilt*(*derrière)

Pas de danse

- Chassé, temps lié, piqué
- Triplet, balancé, marche, saut, galop, course, pas de bourré, pas de valse, *fouetté,
- Jeté, *grand jeté, temps levé, assemblé, *fouetté sauté (*avec une variété de directions et de formes)
- Pivot, tour sur un et deux pieds (* en dedans et en dehors), chaîné, *pirouette simple

Aspect d'exécution technique

- Centrage : maintien des muscles abdominaux et dorsaux dans l'alignement dynamique du corps
- *Stabilité : constance de l'effort des muscles en action pour garder l'équilibre ou le contrôle d'une forme
- *Aisance : clarté et fluidité des gestes et des mouvements; -préalable: coordination, clarté, rythme
- *Endurance : répétition du travail musculaire
- Souplesse : détente musculaire et la résistance

Technique d'interprétation

- Mémorisation des mouvements (intégration)
- Focalisation : direction du regard, repère visuel, vision périphérique
- Musicalité : nuances musicales
- *Anticipation : concentration, centrage, focalisation ainsi que positionnement du corps et préparation des muscles à l'action; -préalable: visualisation préparatoire, introspection
- *Introspection : analyse du sujet par lui-même
- *Appropriation : maîtrise et intégration des aspects techniques et sensibles du mouvement pour fin de réinvestissement; -préalable: expression faciale et gestuelle
- Respect de l'espace et projection
- Écoute de l'autre