**Temps** :

Vitesse : vite/lent ; accélération/décélération  Durée

#### Silences ; lié/saccadé

#### Binaire/ternaire

#### Temps mesuré : pulsation, tempo, rythmes, phrasés, accents...

#### Temps organique ; temps aléatoires, accents…

**Imaginaire** :

Référence à des images : des images au mouvement et du mouvement aux images.

Association d’idées, recoupements, combinaison

Évocation, symbolisation, de situations, d'histoires, d'événements...

Imaginaire personnel, singulier et collectif…

Pensée foisonnante/divergente : tris, classements...

**Qualités du mouvement** :

Gestion du poids du corps, axe gravitaire, équilibre/déséquilibre, notion d’appuis

Sensations tactiles (presser, repousser, serrer, effleurer, lisser…)

Utilisation de termes comme brusquement, tendrement, onctueusement... explosif, mou, dur, dégoulinant...

Suggestion de matières : miel, coton, fer...

Se référer aux éléments : terre, feu, minéral...

Énergie ; rebond, suspension, étirement, relâchement, impulsion, tension…

Regard (accompagne le mouvement, initie le mouvement, s’oppose au mouvement, orienté)

Contraction/détente, …

**Corps** :

Organisation du squelette, os/articulations/muscles (tension et relâchement) ;

Parties du corps : axe (donné par la colonne du sacrum à l'occiput), buste (thorax et abdomen), bassin, membres, tête, dos, épaules (omoplates, clavicules, tête humérale), hanches (lien fémurs/bassin)

Respiration (rôle du diaphragme)

Regard…

 (*Il sera très utile de faire sentir, repérer dans le mouvement et en même temps d’aider à visualiser par des planches anatomiques, des squelettes en plastique, des tuyaux pour figurer la colonne vertébrale…)*

**Relations**:

Relations aux autres :

Écoute ; confiance ;

Initiative et coopération ;

Autonomie et écoute : responsabilisation dans la relation, interrelation sans dépendance excessive ;

Notion de partenaire : respect de l'autre, apports mutuels

Statuts, rôles : pouvoir en changer…

S’enrichir des autres : imitation, appropriation, guidage mutuel

Contacts/pas contact : faire sentir et sentir soi-même à travers le toucher de l’autre

Solos, duos, trios… unisson (faire tous ensemble)

Mais aussi...

Relation à soi : prendre conscience, sentir et ressentir, se connaître, ne pas se juger, accepter de changer...

Relations à un objet : avec l'objet, garder la mémoire corporelle de l'action sans objet...

**Mémoire** :

Importante puisque elle permet la structuration, la composition, l’intériorisation du mouvement ; elle constitue également un point d’appui pour la recherche de précision, de rigueur et d’exigence.

Elle donne la possibilité de sélectionner, choisir, préciser, pour combiner et reproduire ;

Différentes manières de mémoriser : mémoire corporelle, passage par des images collectives ou singulières, par l’écriture, des schémas, des symbolisations…

**Espace** :

Hauteurs (niveaux haut/moyen/bas ; debout/assis/couché...)

Directions / Orientations (face, dos, profil)

Amplitude ;

Espace proche/lointain ; distance ;

Espace signifiant : perception des ressentis entre divers positionnements dans un espace donné (groupements/éparpillements ; organisation des placements dans l'espace à plusieurs ; organisations géométriques…)

Chemins : départ, arrivée, direct, indirect, lignes droites, courbes en zigzag, pointillés, …

**FONDAMENTAUX DU MOUVEMENT**

**Les composantes du mouvement constituent à la fois :**

* **Les objets d’apprentissage** pour tous les élèves qui, par des temps d’exploration et de structuration, pourront les identifier et en jouer aux travers des sensations vécues. C’est ainsi que pourra se développer progressivement leur créativité par l’éveil, la conscience des possibles.

* **des outils d’enseignement** pour les enseignants comme variables d’exploitation des situations pédagogiques.

**L’enseignement de la danse à l’école permet aux élèves de construire la conscience du corps en mouvement**

* **dans l’espace**
* **dans le temps**
* **dans la relation**
* **avec les qualités du mouvement**
* **par la mémorisation**

**L’élaboration de ces apprentissages passera par les temps intensifs de pratique et des moments d’explicitation et de passage à l’écrit (affiches, carnet de danse individuel…).**

**De la conscience naîtront l’intention de la danse, la présence, le passage du mouvement quotidien au geste expressif, sensible, poétique.**