

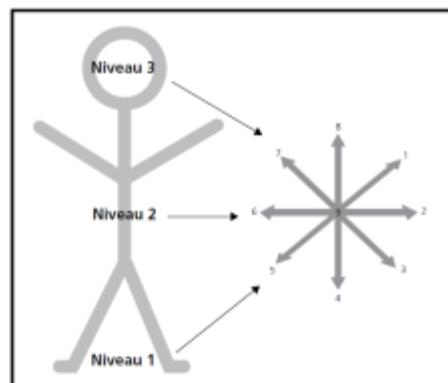
Chorégrapheur – Deuxième étape: Variation – Espace

Les interprètes évoluent simultanément dans deux espaces: l'espace interne (ou personnel) et l'espace externe (ou environnemental).

Espace interne

L'espace interne (ou personnel) peut se définir au moyen de la technique des neuf points résultant de l'analyse de mouvements de Laban.

Cette technique consiste à visualiser l'espace interne du danseur selon un cube composé de trois niveaux divisés chacun en neuf points, ce qui représente 27 points ou directions vers lesquels un mouvement peut être dirigé.



Visualisation de l'espace interne

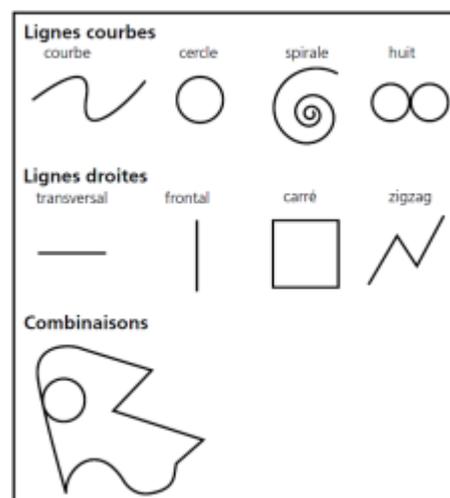
Par exemple:

- Un mouvement de bras s'ouvrant sur le côté peut être exécuté vers l'arrière, vers le haut, vers le bas, dans une diagonale, etc. Les possibilités sont donc infinies.

Espace externe

L'espace externe (ou environnemental) représente le volume dans lequel l'espace interne, c'est-à-dire la sphère de l'interprète, évolue.

Le chemin parcouru dans l'espace externe signale les points de départ et d'arrivée de l'interprète, ainsi que sa position actuelle. Chacun de ces parcours peut être dessiné et les possibilités sont infinies. Trois types sont à distinguer: les lignes droites, les lignes courbes et leurs combinaisons.



Déplacements dans l'espace externe

Voici quelques propositions pour agir sur le paramètre «espace»:

- Varier l'amplitude des mouvements (petit/grand).
- Varier les directions (en avant/en arrière, à droite/à gauche).
- Adapter les mouvements selon un nouveau niveau (bas, milieu ou haut) ou un nouveau plan (frontal, sagittal ou horizontal).
- Varier la trajectoire des mouvements (sur une ligne ou un cercle).
- Varier l'orientation des interprètes (de face ou de profil).

Vidéo: Annika et Sophie varient leur composition initiale (voir «[Créer à partir d'un cadre](#)») en modifiant la direction de certains mouvements, les niveaux, les plans et leurs orientations.

Source: Séverine Hessloehl, cheffe de sport J+S Gymnastique et danse



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO