

Chorégrapheur – Deuxième étape: Thèmes de variation

Les thèmes de variation sont d'autres moyens pour varier une suite de mouvements initiale.

Voici quelques propositions:

- **Rétrograder:** exécuter la suite de mouvements à l'envers (comme un film en marche arrière).
- **Variation de l'instrumentation:** exécuter le mouvement avec une ou plusieurs parties du corps (par ex.: effectuer le mouvement des bras avec les jambes).
- **Embellir:** ajouter des ornements aux mouvements (par ex.: un mouvement de la main en plus du mouvement du bras).
- **Variation de l'arrière-plan:** exécuter la suite de mouvements en modifiant la position initiale du corps, en intégrant un partenaire ou en modifiant les éléments de la scène ou de l'éclairage.
- **Additionner:** ajouter des mouvements supplémentaires à la suite de mouvements.
- **Fragmenter:** utiliser seulement une ou plusieurs parties de la suite de mouvements.

Vidéo: Gilles varie sa composition initiale (voir «[Créer à partir d'une image](#)») en utilisant deux thèmes de variation – rétrograder et varier l'instrumentation (mouvement des jambes avec les bras) – et en changeant les niveaux (espace).

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



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO