

# Rock'n'roll – Formes d'entraînement pour les formes caractéristiques: Attirer et maintenir l'attention du public

Le terme anglais «performance» désigne également la capacité à captiver les spectateurs et à retenir toute leur attention lors d'une prestation de danse.



## Transmission d'émotions

**Transmettre différentes émotions en dansant.**

Par petits groupes de trois à cinq: chaque enfant choisit une émotion (p. ex. la joie ou la tristesse). Il la fait deviner aux autres en dansant (sans parler).

## Variante

«La sorcière qui ensorçèle». Lorsque la sorcière (la monitrice ou le moniteur, ou un enfant) touche quelqu'un, elle lui chuchote à l'oreille une émotion qui l'ensorçèle. L'enfant doit interpréter l'émotion. Pour se libérer, un autre enfant doit deviner de quelle émotion il s'agit et le lui dire à l'oreille.

## plus facile

- Sans groupes, tous les enfants dansent en même temps et essaient de transmettre leur émotion. La monitrice ou le moniteur est la seule personne à pouvoir deviner les émotions des participants.

## plus difficile

- Effectuer le même exercice en faisant une chorégraphie de rock 'n' roll ou de boogie-woogie.
- 

## Regard au sol

### Regarder le public plutôt que le sol.

En duo: un enfant danse et l'autre l'observe. Ce dernier compte le nombre de fois où sa ou son partenaire regarde par terre en dansant. Ensuite, on inverse les rôles. Répéter l'exercice plusieurs fois. L'objectif est de ne plus regarder le sol.

## plus facile

- Au lieu de compter, l'enfant dit «stop» dès que sa ou son partenaire regarde par terre. Cette dernière ou ce dernier doit alors recommencer.

## plus difficile

- Les enfants se filment mutuellement puis analysent ensemble la vidéo.
- 

Source: Dafflon, L. (2023): Manuel Rock'n'roll. Pour les enfants et les jeunes. Macolin: Office fédéral du sport OFSPO



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Office fédéral du sport OFSPO**