

Danses standard/latines – Formes d'entraînement des formes caractéristiques: Interpréter le caractère de chaque danse de manière variée tout en respectant leur style

Nous interprétons les caractéristiques typiques de chaque danse telles que les pas, l'élan ou les mouvements de hanches. Nous respectons ainsi l'origine et l'histoire des dix danses. Nous varions la combinaison des figures et trouvons notre propre mode d'expression.

Shake it (F2/F3, E/J)



Apprendre à varier les éléments et à s'exprimer en adéquation avec la musique.

Répète avec tes danseurs une chorégraphie, p. ex. une danse en ligne à quatre éléments sur huit temps chacun. Cette structure de base peut également comprendre des changements de direction et combiner diverses idées de mouvement. Les danseurs exercent quelques variantes pour chaque élément et choisissent ensuite individuellement celle qu'ils veulent danser.

Variante

- Inventer ses propres variantes en respectant la structure de base (direction, tempo)

Caméléon (F2/F3, E/J)



Reconnaître les styles, caractères et nuances de la musique. Les interpréter de manière créative et exprimer les émotions ressenties ou le thème choisi.

Fais danser les participants sur des musiques avec différents rythmes. Ils sont invités à interpréter le rythme en mouvements libres et créatifs (en solo), sans se voir imposer des pas de danse spécifiques. Ils essaient d'exprimer les sentiments suscités par la musique (p. ex. mouvements rapides ou lents).

Variantes

- Indiquer aux danseurs quel style ils doivent adopter (p. ex. danser comme un robot, comme une plume)
- Par petits groupes: choisir la musique ou le thème et préparer une petite chorégraphie composée de figures de base et d'éléments libres afin d'interpréter la musique
- Passer un ou plusieurs morceaux de musique de la même danse avec des caractères très différents. Les danseurs interprètent la musique en solo ou en couple
- Interpréter, en solo ou en couple, différents éléments de la musique (p. ex. le texte, un instrument, la mélodie); proposer le même exercice pour tous ou différentes tâches pour chaque couple

Source: Wullschleger, N., Schaub, J., Schärer, S. (2024): Manual Tanzen Standard/Latein. Kinder und Jugendliche. Magglingen: Bundesamt für Sport BASPO