

# Leçons

## Pour tous les niveaux

En cliquant sur le titre de la leçon apparaît un document PDF à télécharger. Les leçons sont comprises comme des unités d'enseignement qui se combinent.

Ex.	Titre de la leçon	Style de danse dans <a href="http://www.dance360-school.ch">www.dance360-school.ch</a>	Groupe cible	Objectifs	Nombre de leçons conseillé	Remarques	Conseils pour la musique
1	<a href="#">Hokey Pokey</a> (L1)	«Stimuler au lieu d'énerver» <a href="#">Vidéo</a>	Précolaire, dès 5 ans, niveau 1	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Acquérir le «Hokey Pokey»</li> <li>2. Mémoriser une suite de pas simples sur une musique et savoir l'interpréter</li> <li>3. Etre capable d'enchaîner des mouvements en groupe, les uns à côté des autres</li> </ol>	2	Le «Hokey Pokey» peut sans problème s'exercer dans la salle de classe ou un local autre que la salle de sport	Original «Hokey Pokey»
2	<a href="#">Danse populaire</a> (L2)	«Stimuler au lieu d'énerver» <a href="#">Vidéo</a>	Primaire, niveau 2	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Apprendre et exécuter la danse populaire «Jiffy Mixer»</li> <li>2. Se mouvoir grâce à un support vocal</li> <li>3. Etre capable d'enchaîner des mouvements en groupe, en interaction avec des partenaires</li> </ol>	2-3		Original «Jiffy Mixer» ou autres morceaux avec 110-140 bpm
3	<a href="#">Streetdance – Dance Basics</a> (L3, premiers processus en groupe)	«Streetdance» <a href="#">Vidéo</a>	Primaire, niveau 3	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Exercer des combinaisons de streetdance</li> <li>2. Danser en synchronisation et en rythme avec ses camarades</li> <li>3. S'orienter dans l'espace selon des consignes simples</li> </ol>	3-4		«In Da Club» de 50 Cent ou autres morceaux avec 80-110 bpm
4	<a href="#">Danse basketball</a> (L4, danse avec engin à main)	«Stimuler au lieu d'énerver» <a href="#">Vidéo</a>	Secondaire I, niveau 4	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Danser en synchronisation et en rythme avec ses camarades</li> <li>2. S'orienter dans l'espace selon des consignes simples</li> <li>3. Exécuter une suite de mouvements en groupe et avec un engin à main</li> </ol>	3	Avec de bonnes classes, possible dès le primaire	«Beat It» de Michael Jackson ou autres morceaux avec un rythme bien marqué et 115-140 bpm
5	<a href="#">Jumpstyle – Dance Basics</a> (L4, danse en groupe)	«Jumpstyle» <a href="#">Vidéo</a>	Secondaire I, niveau 4	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Acquérir des combinaisons de jumpstyle</li> <li>2. Danser en synchronisation et en rythme avec ses camarades</li> <li>3. Etre capable de produire une petite chorégraphie en groupe, avec des interactions entre les partenaires</li> </ol>	3-4	Avec de bonnes classes, possible dès le primaire	«Dancing In The Moonlight» de Megastylez, «I Gotta Feeling» de Black Eyed Peas ou musique avec 125-150 bpm