

1. Les objectifs de la séance :

Partager une pratique artistique et culturelle dans l'école. Faire du lien avec une œuvre d'art. Proposer un projet riche de sens pour les élèves et susciter la rencontre à distance (avec les gestes barrières).

Construire ensemble un projet qui raconte le confinement.

Dire et exprimer ses émotions avec des gestes. S'exprimer avec son corps et avec les autres.

2. Approche culturelle

Commençons par aller voir une vidéo : Nelken line de la chorégraphe Pina Bausch

<https://vimeo.com/393636612>

Observons cette vidéo ensemble. Que se passe-t-il ? Comment se déplacent les danseurs ?

Avez-vous observé une répétition dans les mouvements ? lesquels ?

3. Mise en route du corps :

Travailler sur la respiration : se placer les pieds parallèles et respirer doucement en montant les bras (3 fois). Mettre en mouvement les articulations : les doigts, les poignets, les coudes, les épaules, la nuque, les genoux, le bassin, les chevilles, le dos. Chercher des mouvements simples et calmes pour faire bouger toutes les articulations. Il est possible de se déplacer en mettant les articulations en mouvement.

4. Exploration de l'espace

- On va se déplacer dans l'espace de danse (la cour de récréation ou la salle de motricité) en respectant toujours un cercle de distance autour de soi. On s'arrête souvent en variant les temps de la marche et on repart ensemble.
- On se déplace en farandole (les uns derrière les autres) avec la consigne de marcher avec le même pied et le même rythme (comme les danseurs dans la vidéo).
- On explore le déplacement ensemble avec des courbes dans l'espace.
- On garde la même vitesse et la même distance entre les danseurs.

5. Composition de la phrase avec les bras, en lien avec les gestes barrières

Nous cherchons ensemble 4 / 5 gestes symbolisant les gestes barrières.

Exemples : les deux mains devant la bouche - les deux mains qui passent derrière les oreilles afin de positionner le masque - ouvrir les bras devant et derrière pour la distance - se laver les mains...

- Choisir un ordre et le fixer ensemble.
- Répéter les mouvements et les reproduire ensemble à la même vitesse, avec la même amplitude dans le mouvement.
- Si besoin nous nous servons des pictogrammes pour se souvenir de la danse.

6. Déambulation

Maintenant il faut associer la marche avec les gestes du haut du corps.

Au début trouver une marche sur un trajet droit (une ligne dessinée au sol au début, puis librement).

7. Prolongements possibles :

<https://vimeo.com/219686975> : lien vers le tutoriel en anglais pour apprendre la chorégraphie de Pina Bausch.

Théâtraliser le déplacement avec des phrases, des mots.

Ponctuer le déplacement avec des mots (en répétition, en écho, en modulant la voix ...).

Utiliser la conjugaison pour nommer les gestes : Je mets mon masque... nous nous laverons les mains... tu gardes tes distances... tu respectes les gestes barrières...

Les élèves choisissent leur phrase, le temps et la personne ...

Une autre proposition chorégraphique en ligne du chorégraphe Alban Richard

<https://www.numeridanse.tv/videotheque-danse/et-mon-coeur-vu-foison>