

# APPRÉCIATION DES APPRENTISSAGES DU DÉBUTANT EN DANSE

(d'après le projet de synthèse des travaux de réflexion de la commission  
BILAN DANSE de l'équipe EPS 1 : A.Desmeulles, M.Massot-Leprince, J.J.Gagez).

- **En surmontant l'obstacle affectif, construire une prestation dansée en réalisant une phrase gestuelle dans un espace délimité**

## **Etre capable de :**

- présenter un début et une fin : « majuscule de départ » et « point final »
- être à l'écoute du déplacement des autres
- utiliser le regard avec intention pour se déplacer dans l'espace
- créer des moments d'arrêt dans ses déplacements

- **En surmontant l'obstacle social et culturel, construire une prestation dansée en combinant des gestes précis et continus dans différents plans de l'espace**

## **Etre capable de :**

- utiliser des instants de silence dans les mouvements
- avoir une position neutre pendant les moments d'arrêt
- accepter que le corps ne soit plus vertical
- se relâcher musculairement pour « donner du poids »
- réaliser des gestes précis dans un volume proche du corps
- diversifier les appuis en contact avec le sol
- utiliser une partie identifiée du corps pour initier le mouvement
- écrire une phrase gestuelle d'une manière continue et fluide

- **En surmontant l'obstacle moteur, construire une prestation dansée en privilégiant le sens à la forme du mouvement**

## **Etre capable de :**

- préciser le geste par l'utilisation de la respiration
- réaliser des accents dans un mouvement continu
- utiliser des contrastes et des ruptures
- varier la vitesse d'exécution dans la réalisation d'un mouvement continu

- **En surmontant l'obstacle relationnel, construire une prestation dansée en harmonisant son énergie à celle des autres**

## **Etre capable de :**

- utiliser le regard comme moyen de communication avec l'autre
- être à l'écoute du corps de l'autre
- entrer en contact étroit avec l'autre
- prendre appui sur le corps de l'autre
- se suspendre au corps de l'autre
- réaliser différents porters du partenaire
- supprimer les tensions musculaires néfastes à l'équilibre du couple