

ACTIVITÉS EXTRA-SCOLAIRES: LA DANSE MODERNE

La danse moderne est une activité physique mais aussi artistique permettant de se défouler tout en développant son imagination et instinct d'artiste. Nous nous amusons à travailler les différents styles que proposent la danse, comme : la danse contemporaine, le modern jazz, le hip hop en se basant à chaque fois sur les musiques appropriées. Le but étant d'apprendre tout en s'amusant!



Objectifs

- Découvrir et prendre conscience de son corps
- Travail individuel et en groupe
- L'écoute de la musique
- La créativité
- Les déplacements dans l'espace
- La confiance en soi
- Se défouler
- S'amuser

Organisation du temps

Nous commençons par un pré échauffement, puis un échauffement plus profond afin de s'assouplir et découvrir son corps. Nous poursuivons par des exercices et jeux pour travailler la technique. Ensuite, viennent les diagonales, qui consistent à se déplacer dans l'espace en travaillant la technique ou l'imagination de l'enfant, en groupe ou individuellement. Puis nous créons une chorégraphie que nous présenterons lors d'un spectacle. Nous choisissons de travailler sur un style de danse différent chaque trimestre, pour cela nous utilisons des musiques actuelles à travers lesquelles les enfants se reconnaîtront.

