



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de la Culture

*Commission nationale des programmes
de l'enseignement musical*

DANSE CONTEMPORAINE

**Division moyenne spécialisée
1^{er} Prix
et
Division moyenne**

Avril 2010

**Compétences souhaitées en fin de cycle
Programme d'étude
Programme d'examen**

COMPETENCES SOUHAITEES

1. Maîtrise du déséquilibre dans le transfert du poids du corps, changements de niveau d'orientation et de dynamique du mouvement
2. Conscience du corps et maîtrise de l'énergie
3. Amplitude du mouvement
4. Maîtrise de la circulation du mouvement dans toutes les parties du corps en combinaisons variées
 - Fluidité
5. Musicalité : accents, crescendo, decrescendo
6. Capacité d'exécuter des combinaisons complexes avec changement de direction, d'orientation, de niveau
7. Intention, expressivité dans les mouvements
8. Utilisation de l'espace
9. Capacité d'anticipation de l'action
10. Emergence de la personnalité de l'élève au travers des variations
 - Créativité
 - Capacité d'analyser une danse avec ses diverses qualités

PROGRAMME D'ETUDE

1. Travail au sol

On retrouve tous les éléments abordés au cycle précédent avec des situations plus complexes

- exercices de respiration
- concentration sur les points de contacts au sol (points d'appui)
 - changement de point d'appui
 - équilibre sur divers points d'appui
- analyse (dès le travail au sol) du point de départ du mouvement et de son développement
- contract, release
 - contraction moteur d'un mouvement
- spirales, flexibilité (du dos)
- exercices d'assouplissement, étirements divers
- travail sur les genoux
- préparation aux chutes

2. Travail au milieu

- conscience des points d'appui au sol
- enroulé, déroulé du dos, spirales, torsion, arche, port de bras, translation du buste, étirement de la colonne vertébrale
- travail en rapport avec le poids des segments
- transfert du poids du corps

a) Pliés

demi et grands pliés en 1^{ère}, 2^{ème}, 3^{ème}, 4^{ème}, 5^{ème} position accompagnés de spirales, nouveaux éléments tels chute, équilibre, déséquilibre
avec implication du dos, courbes
décalés, port de bras
balancés et petits sauts

b) Travail du pied

- en dehors, en dedans
- tactilité du pied dans les actions
brosser, relever, piquer, taqueter, glisser, repousser
- flexion
- travail du pied en connexion avec d'autres parties du corps
- rotation

c) Battements tendus, jetés, fondus

A l'exécution des battements s'ajoutent :

- nouvelles directions
- changements d'orientation sur place ($\frac{1}{4}$, $\frac{1}{2}$ tour) et en déplacement
- impulsions diverses
- relâchés, reprise (fall and recover)
- spirales, épaulements
- se pratiquent avec d'autres éléments
- tempis et accents variés

d) Ronds de jambe à terre

- demi-ronds et ronds de jambe complets avec implication du dos
- travail du talon = changement d'orientation
- rotations simples, détournés (dans les exercices)

e) Grands battements

- simples, toutes directions
- avec relevé, avec piqué
- avec fouetté
- battements cloches terminé équilibre
- en tilt
- avec changement d'orientation
- en déplacement

f) Adage

- tous les développés
- grands ronds de jambe en l'air (enchaînés avec des relâchés et des reprises)
- enchaînements avec des chutes (ex. glissés)
retrouver le contact avec le sol
remonter, rebonds.....
- rotations
- tour de promenade en attitude, arabesque,
avec fouetté de la jambe à grande hauteur

g) Rotations

- tours en retiré (parallèle, ouvert)
en dehors en dedans doubles
- tour attitude devant derrière,
- tour arabesque (simple, double)
- tour avec contraction

Les tours peuvent être abordés avec des spirales

- enchaînement de deux rotations
- déboulés (bras divers, tours piqués)
- tours sautés
- tours planés

h) Sauts

Sauts avec flexion, inclinaison, extension du buste en l'air

- petits sauts
- grands sauts :
 - grand jeté, grand jeté attitude
 - temps levé avec grand battement seconde
 - entrelacé
 - fouetté arabesque
 - saut avec contraction
- enchaînements de sauts avec passage au sol
- réception de saut sur pied avec équilibre maîtrisé
- tours en l'air

i) Chutes

- grandes chutes
- enchaînements avec chutes, reprise de l'équilibre, contact avec le sol, remontée, rebonds
- utilisation de la notion de poids

- j) Reprises des marches
des triplettes
- avec éléments plus complexes
ports de bras, directions, spirales (chutes, rotations et sauts)
 - dynamiques différentes
 - changements d'orientation
- k) Déplacements
- l) Travail avec partenaire, en groupe
- portés avec partenaire
 - conscience du corps du partenaire et de son énergie
 - improvisation
 - utilisation de l'espace
- m) Improvisation sur des thèmes divers, des musiques variées, des éléments techniques,
des sentiments et des concepts

Importance de la nuance dans le mouvement des accents spécifiques, de l'utilisation de la musique

expression du mouvement à travers le corps, les segments du corps

PROGRAMME D'EXAMEN de fin de cycle

Volet technique

1. Division moyenne spécialisée

- Enchaînement avec chutes, sol, etc...
- Enchaînement adagio, tours, utilisation de l'axe, équilibre, déséquilibre
- 2 Déplacements de styles différents incluant des sauts, des tours, etc...

2. Division moyenne

- Enchaînement au sol
- 2 exercices au milieu incluant des tours, des sauts
- 2 déplacements de styles différents

Volet artistique

Division moyenne spécialisée et moyenne

- Chorégraphie imposée de plus ou moins 3 minutes
- Composition personnelle de plus ou moins 3 minutes
(seul, en duo ou en groupe)