



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

*Commission nationale des programmes
de l'enseignement musical*

DANSE CONTEMPORAINE

Division inférieure
2^{ème} cycle
1^{ère} mention

Avril 2010

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

COMPETENCES SOUHAITEES

1. Développement physique harmonieux, maîtrise et flexibilité du corps.
2. Aptitude à coordonner des mouvements et exercices plus complexes qu'en 1^{er} cycle.
3. Expressivité du corps au travers des mouvements et dans l'espace.
4. Notion plus vaste de l'intention du mouvement.
5. Maîtrise technique de tous les éléments travaillés :
 - précision et qualité du mouvement
 - amplitude du mouvement
 - maîtrise du relâché, du déséquilibre et de la reprise de l'équilibre (fall and recover)
 - conscience du moteur de chaque mouvement (poids, dynamique...)
6. Travail précis des accents dans le mouvement dansé.
7. Emploi de la musique et de ses éléments :
 - créativité
 - vitesse
 - fluidité
 - accents
8. Création chorégraphique en collaboration professeur-élève (variation personnelle).

PROGRAMME D'EXAMEN de fin de cycle

Programme d'examen de fin de cycle d'une trentaine de minutes à choisir parmi les exercices énoncés :

1. VOLET TECHNIQUE

Détail des exercices

I. Exercices au sol

Dans les 1^{ère}, 2^{ème}, 4^{ème} et 5^{ème} positions avec jambes croisées et avec jambes pliées :

- spirales, flexibilité du dos (enroulé et déroulé du dos)
- ouverture du sternum (arche)
- contract, release

Exercices de respiration

Conscience corporelle

Contacts avec le sol (points d'appui)

Roulades simples

Exercices d'assouplissement, étirements divers

II. Exercices au milieu

a) Pliés

- Demi et grands pliés en 1^{ère}, 2^{ème}, 5^{ème} (voire 3^{ème}) position, demi plié en 4^{ème} position (simples et avec implication du dos)
- Ports de bras et équilibre

b) Travail du pied en parallèle et en dehors

- Repousse du sol
- Flex
- Relevés etc...

c) Battements tendus, jetés, fondus

En parallèle et en dehors, dans les directions devant, côtés, derrière, simples, avec implication du dos et d'un segment.

d) Ronds de jambes à terre

- Demi-ronds de jambe et ronds de jambe complets, en dehors et en dedans, au sol et à 45 degrés, simples et avec implication du dos.

e) Grands battements

- En dehors, devant, côté, derrière (devant éventuellement en parallèle)

f) Adagio

- retirés en parallèle, en dehors
- développés dans les directions devant, côtés, derrière
- attitude, arabesque
- équilibre, équilibre off balance
- rotations
- tour promenade

g) Rotations

Compréhension de l'axe de rotation du corps

- tour simple avec retiré en parallèle : en dehors et en dedans (éventuellement double)
- tour simple avec implication du dos
- tour avec contraction
- déboulés
- tours piqués

h) Sauts

- soubresaut en 1^{ère}, 2^{ème}, 4^{ème} et 5^{ème} position, avec diverses orientations dans l'espace
- changement de pied
- échappé
- petits jetés (d'un pied sur l'autre)
- sauts avec déplacement : petites et grandes sissonnes
- temps levé
- saut avec battement
- hopping

i) Chutes simples

- travail sur la gravité
- fall and recover
- releasing

j) Marches, triplets

- dans diverses directions, simples et en tournant (avec rotation)
- avec coordination des bras
- avec différentes dynamiques

k) Déplacements

- diagonales
- enchaînements variés

l) Travail de la danse contact

2. VOLET ARTISTIQUE

Improvisations guidées à thèmes sur musiques données (seul ou en groupe)

- étude du sens et de la qualité du mouvement
- travail plus élaboré sur le support sonore en rapport avec la danse
- durée d'une minute trente secondes

Variation

- musique et style choisis par le professeur d'une durée maximale de 3 minutes 30 secondes.