



Un avenir pour le sport scolaire

Proposition module d'apprentissage

Thème inducteur : la gourmandise

Fabriquer une pâte, les transformations de la matière pâte

>> Document de référence : « La danse à l'école maternelle » réalisé par l'équipe EPS 31 <<

>> Démarche proposée à partir de l'album « Mercredi c'est raviolis »,

édition L'école des Loisirs (2008), de Setsuko Hasegawa <<

1. Phase de ritualisation :

Enjeu : il s'agit de mettre en disponibilité un corps sensible et poétique et permettre une ouverture à l'espace de danse (dimensions, nature du sol, lumière...), aux autres et à l'imaginaire.

> Délimiter l'espace de danse dans lequel ce corps sensible et poétique « prend la parole » (expression du corps non verbale).

> Le différencier d'un autre espace à construire : celui du regard et de l'écoute de la consigne.

1. **Objectif** : mobiliser toutes les parties de corps

Consigne pour l'enfant : debout en cercle, réveiller les différentes parties de corps au travers de différentes actions (masser, frotter, tapoter, tourner...), en position assise puis position debout.

→ [Document départemental Équipe EPS 31 "Danse à l'école maternelle" : prendre sa douche, son bain...](#)

2. **Objectif spécifique** : mettre en disponibilité l'ensemble des parties de corps initiatrices de mouvement (mobilisation de l'ensemble des articulations)

Consigne pour l'enfant : entrer dans l'espace, y circuler (ancrage du regard) et faire silence, les 2 pieds ancrés dans le sol. Le regard projeté dans le creux de la main, imaginer qu'un objet imaginaire « extraordinaire » est venu délicatement s'y déposer. Cet objet extraordinaire fait danser tout autour de soi (espace proche) ou bien emporte dans un déplacement dans toute la salle (espace lointain).

Terminer en déposant délicatement l'objet au sol et sortir de l'espace de danse sans le perdre du regard.

Au besoin, rentrer à nouveau, le reprendre et repartir « en voyage » avec lui (« partir en voyage » sur place et en déplacement...).

Remarque : identifier clairement la partie de corps initiatrice du mouvement.

Varié les parties de corps (mobilisées à partir des articulations) sur lesquelles l'objet imaginaire est déposé et passer d'une partie de corps à l'autre en opposition (droite / gauche et haut / bas du corps) sans rupture de mouvement.

Exemple : sur place, passer de main droite à coude gauche, puis en déplacement pied droit (ce qui amène à se déplacer au sol), puis hanche gauche...

Proposer à chaque moment de ritualisation une variation nouvelle (vitesse, silences...).



2. Phase de diversification :

Enjeu : phase d'exploration d'un répertoire de verbes visant à **élaborer un premier répertoire de gestes** (proches du réel). Foisonnement de réponses. Expérimentation / recherche

2.1. Inventaire de toutes les actions associées à la fabrication de la pâte.

2.2. Classification :

> Répertorier les actions qui ont un lien avec :

- la fabrication de la pâte (prendre, verser, mélanger, pétrir, laisser reposer, lever, disperser, étaler, déformer)
- les transformations de la matière pâte (souple, gonflée, étalée, compactée, collante)

3. Phase de différenciation :

Enjeu : phase de structuration du premier répertoire de gestes dansés permettant d'élaborer un vocabulaire stylisé (aspect lexical du langage) par un jeu sur les paramètres du mouvement abordés en contraste.

Il s'agit de passer de « danser le réel » (proche du mime) à « transposer poétiquement le réel ».

→ Travail de la matière « pâte » à partir des actions suivantes associées à la préparation de la pâte

3.1.1 À partir du verbe « verser la farine »

Objectif : travail sur le verbe d'action « couler »

Dispositif : individuellement

Paramètres du mouvement :

- > **CORPS / QUALITÉS ET NUANCES** → variable : flux d'énergie : relâché / poids (léger)
- > **ESPACE** → variable : trajectoire ; niveaux
- > **TEMPS** → variable : tempo

Consigne pour l'enfant : imaginer que l'on chute comme de la farine que l'on verse dans un récipient. Chuter le plus lentement et le plus relâché possible en prenant toute la place que contient le récipient (grand saladier)

3.1.2 À partir du verbe « verser l'eau »

Objectif : travail sur le verbe d'action « couler »

Dispositif : individuellement

Paramètres du mouvement :

- > **CORPS / QUALITÉS ET NUANCES** → variable : flux d'énergie : relâché / poids (léger)
- > **ESPACE** → variable : trajectoire ; niveaux
- > **TEMPS** → variable : continu-discontinu ; tempo (vite-lent)

Consigne pour l'enfant : imaginer que l'on chute comme de l'eau que l'on verse dans un récipient, goutte à goutte ou en une seule fois...

3.2. À partir du verbe « mélanger »

Objectif : travail sur le déplacement, à l'écoute, par 3

Dispositif : groupe de 3

Paramètres du mouvement :

- > **RELATION** → variable : à plusieurs
- > **ESPACE** → variable : proche-lointain
- > **TEMPS** → variable : tempo / silence

Consigne pour l'enfant : circuler dans l'espace de danse pour se mélanger en restant toujours en lien par le regard avec les danseurs du groupe : se rapprocher, s'éloigner, varier les vitesses de déplacement, associer des silences...

Remarque : les danseurs étant organisés en trio, demander à 2 danseurs d'être en contact par le regard avec le 3^e danseur

3.3. À partir du verbe « pétrir »

Objectif : Travail sur la notion d'empreinte. Passer d'une empreinte à l'autre.

○ **Dispositif 1** : par 2, au sol

Paramètres du mouvement :

- > **ESPACE** → variable : niveau (sol)
- > **QUALITÉS ET NUANCES** → variable : poids (lourd)
- > **CORPS** → variable : parties de corps en contact

Consigne pour l'enfant : par 2, au sol, mon partenaire devient la pâte que je vais pétrir : donner tout son poids sur une partie de corps du partenaire (sauf la tête), allongé au sol dans la position de son choix (dorsale, ventrale, latérale..). Repousser le sol, laisser s'échapper le partenaire et reconstruire avec lui une autre empreinte...

○ **Dispositif 2** : par 2, debout

Paramètres du mouvement :

- > **ESPACE** → variable : niveau (debout)
- > **QUALITÉS ET NUANCES** → variable : poids (lourd/léger)
- > **CORPS** → variable : parties de corps en contact

Consigne générale : par 2, on devient la pâte pour lui donner une nouvelle forme : se déplacer dans tout l'espace sans se quitter du regard tout en prenant en compte l'espace occupé par les autres danseurs ; se rejoindre ; dès que le contact est établi, chuter et former un emboîtement avec le corps du partenaire.

Objectif : le danseur n°1 chute en glissant le long du corps de son partenaire jusqu'au sol ; le n° 2 chute en décalé et construit une empreinte sur tout ou partie du corps du partenaire.

Consigne pour le danseur 1 : chuter au sol et relâcher le poids du corps

Consigne pour le danseur 2 : chuter et venir donner son poids sur une partie du corps du partenaire (haut du corps exclu), puis repousser le sol pour permettre au partenaire de quitter le contact et repartir en déplacement ; puis relâcher tout le poids dans le sol avant de se relever pour se déplacer à nouveau vers le partenaire...

Remarque : importance à accorder au chemin qui mène au contact, à la perception des points d'appuis sur le corps de l'autre et au chemin par lequel le danseur quitte le partenaire.

3.4. À partir du verbe « **laisser reposer** »

Objectif : travail sur la notion de silence corporel

Dispositif : seul ou à 2

Paramètres du mouvement :

> **TEMPS** → variable : silence ; durée (entre 3 et 5 secondes)

Consigne pour l'enfant : s'immobiliser en silence comme la pâte qu'on laisse reposer, debout ou au sol, seul ou à 2, dans différentes postures.

3.5. À partir du verbe « **lever** »

Pour mieux comprendre et ressentir l'association de la respiration à l'action de la pâte qui lève sous l'effet de l'air (gaz) >> penser à verbaliser et expliquer cette transformation

Objectif : travail préparatoire de modulation de la respiration

Consigne 1 : entrer dans l'espace de danse, y circuler et descendre au sol à plat dos, les mains sur le ventre et les yeux fermés.

Prendre conscience de l'ensemble des parties de corps (points d'appuis) qui reposent sur le sol et de leur poids

Moduler le débit respiratoire :

- Prendre une inspiration importante (le ventre se gonfle d'air) et laisser s'échapper l'air par la bouche.

L'expire longue et continue produit sur le corps un état de relâchement.

- Prendre une inspiration importante (le ventre se gonfle d'air) et expulser l'air de façon explosive et brève

L'expire brève et explosive produit sur le corps un état de grande tonicité.

Consigne 1 bis : jouer individuellement sur les modulations respiratoires de son choix

Consigne 1 ter : idem debout

- associer à la respiration un lâcher de poids vers le sol (chute) en travaillant à partir de 3 chutes différentes (lâcher de poids minimum (haut du corps) / jusqu'aux hanches / maximum jusqu'au sol).

- moduler la respiration en fonction de la chute

ex : chute du haut du corps sur une expire brève et explosive puis chute jusqu'au sol sur une expire longue et continue ou inversement.

Objectif général : accompagner le mouvement dansé de la respiration.

○ **Dispositif** : seul, dans un espace proche

Paramètres du mouvement :

> **CORPS** variable → différentes parties de corps

> **ESPACE** variable → volume

> **QUALITÉS ET NUANCES** variable → association de la respiration au mouvement dansé

Objectif : utiliser les différentes parties du corps pour rendre lisible la transformation d'un corps compressé à un corps expansé, dilaté comme les différents états de la pâte. Penser à varier l'ordre d'enchaînement des parties de corps et associer à la compression une expiration brève, une énergie tonique ; associer à l'expansion une expiration longue et une énergie relâchée.

Consigne pour l'enfant : partir d'un corps tout petit pour prendre de plus en plus de place et devenir un corps grand et large.



> **ESPACE** variable → niveaux

Objectif : reproduire la compression et l'expansion d'une posture au sol à une posture debout. Puis enchaîner les deux.

> **RELATIONS** : (facultatif car travail complexe)

Objectif : Ajout d'une contrainte : développer cette expansion en restant toujours en contact par une partie de corps avec son ou ses partenaires.

○

Dispositif : plusieurs danseurs, 2 ou 3, dans un espace proche

Consigne : même consigne que précédemment.

3.6. À partir du verbe « disperser »

Objectif : travail sur l'envol et la retenue (ou non) du poids dans la chute, sa trajectoire, sa vitesse

Dispositif : seul, avec un objet (plume, papier de soie...) qui représente l'élément farine (donner des images : nuage de farine, flocon de farine, etc...)

Paramètres du mouvement :

> **ESPACE** variable → proche/lointain

Consigne : se déplacer dans tout l'espace en restant en contact avec l'objet, puis le projeter dans l'air et accompagner sa chute

Pour mieux comprendre et ressentir l'association de la chute à l'action de la farine dispersée

Objectif : travail spécifique sur la chute

Dispositif 1 : par 2 sous forme de question / réponse.

Variation des poids, formes et textures de plumes.

> **ESPACE** → Variable : niveaux

Consigne pour l'enfant : danser l'envol dans l'air et la chute

Par 2 : un partenaire projette en l'air la plume pour la faire s'envoler ; le danseur attend la fin de la « question » (envol + chute) pour répondre en « faisant comme » la plume.

> **ESPACE** → Variable : trajectoire

Consigne pour l'enfant : chuter en reprenant la trajectoire de la chute de la plume (directe : en ligne droite) ou indirecte (en balançant / tournoyant...)

> **QUALITÉS ET NUANCES** → Variable : poids (lourd / léger)

Consigne pour l'enfant : chuter en retenant plus ou moins le poids du corps (selon l'utilisation de la plume légère ou de la plume plus lestée).

Dispositif 2 : individuellement et sans l'objet

Consigne pour l'enfant : enchaîner l'envol et la chute de son choix

> **CORPS** variable → différentes parties de corps

Consigne pour l'enfant : même consigne mais sans l'objet en imaginant que ce dernier est déposé sur différentes parties de corps et différentes articulations (tête, coude, pied, genou)

À l'issue de la chute, relâcher tout son poids au sol.

3.7. À partir du verbe « étaler »



Objectif : mobilisation de différentes parties de corps dans le déplacement au sol

- **Dispositif 1** : seul, au sol : « j'étale la pâte »

Paramètres du mouvement :

- > **ESPACE** variable → proche/lointain
- > **CORPS** variable → différentes parties de corps
- > **QUALITES ET NUANCES** variable → poids (lourd)

Consigne : se déplacer au sol pour étaler en utilisant au moins deux façons différentes pour se déplacer (exemple : étaler avec les mains, puis étaler avec le dos, le tout en se déplaçant)

- **Dispositif 2** : à plusieurs, au sol : « nous sommes la pâte étalée »

Paramètres du mouvement :

- > **ESPACE** variable → proche/lointain
- > **RELATION** variable → plusieurs danseurs (entre 8 et 10 danseurs)
- > **QUALITES ET NUANCES** variable → poids (lourd)

Consigne pour l'enfant : à plusieurs, occuper le plus d'espace possible en restant en contact les uns avec les autres (pour que la pâte soit étalée).

3.8. À partir des verbes « former » et « déformer »

Objectif : travail sur le chemin de danse qui permet de passer d'une forme à une autre, à l'écoute du partenaire

Dispositif : à 2 (1 danseur et 1 « sculpteur »)

Paramètres du mouvement :

- > **RELATIONS** variable → écoute à 2
- > **CORPS** variable → différentes parties de corps
- > **ESPACE** variable → niveaux
- > **QUALITES ET NUANCES** variable → énergie relâchée ou tonique (pâte molle ou dure)

Consigne 1 : proposer un « chemin de danse » au partenaire pour parvenir à une forme (sculpture de la pâte), puis se mettre face à lui et reproduire le chemin qui mène à la forme (la transformation)

Consigne 2 : idem, le danseur étant au sol

Consigne 3 : enchaîner 3 formes différentes dont une au sol

Remarque : le chemin de danse qui mène à la forme est plus important que la forme elle-même : rendre lisible et visible la déformation.

4. Phase de réinvestissement, temps de l'écriture : écriture individuelle inscrite dans un collectif

Enjeu : écriture d'un phrasé personnel à partir du vocabulaire gestuel stylisé travaillé dans la séance (**aspect syntaxique du langage**).

Ce phrasé est composé autour d'une intention (**aspect sémantique du langage**) et inscrit dans la mémoire corporelle individuelle. L'ensemble des phrasés participe de l'écriture collective selon des modes de composition choisis (voir ci-dessous).

4.1. Écriture d'une **phrase personnelle** à partir de la matière « Pâte » composée des verbes choisis par l'élève et enchaînés. Une phrase est composée de 2 actions associées en petite section, 3 en MS/GS, 4 en CP/CE et 5 au moins en cycle 3.

4.2. Apprentissage du phrasé d'un partenaire :

Les phrases du danseur A et du danseur B seront dansées à l'unisson 2 fois de suite.

Forme : A-A-B-B

5. Phase de composition

Modes de composition choisis :

À titre d'exemple :

- Entrée individuelle : danser sa phrase personnelle (forme A-A)
- Ecriture en duo à l'unisson (forme A-A-B-B)
- Composition collective (4 duos de danseurs) : entrer successivement pour se retrouver et danser à 8 le temps collectif (pâte étalée)

6. Mise en scène et analyse des productions

Dispositif : 4 duos de danseurs à chaque fois

> Références au plan culturel :

- travail sur l'empreinte et sur la projection :
 - * « Rien ne laisse présager des états de l'eau » d'Odile Duboc
 - * « Trois boléros » d'Odile Duboc - Duo
- travail sur la respiration :
 - * « La chambre » de Régis Bouvier et Joëlle Obadia

- travail sur la compression et l'expansion :
 - * « R » de Samuel Mathieu
- travail sur le lâché de poids et la chute :
 - * « Les œufs debouts par curiosité » Compagnie Sankai Juku
- travail sur la circulation entre danseurs :
 - * « Changing steps » de Merce Cunningham

> Musiques, chants :

- Contacter [Sabine Morié](#) (CPEM 31) qui a réalisé un répertoire de chant sur la gourmandise.
- Une discographie est en cours d'élaboration. Nous vous la communiquerons dès que possible.