# Atelier N°5 Hip Hop et danse contemporaine

**Formateurs : Raphaëlle Renken et Nicolas Pettit**
**Rédaction : J.Schmitz Tacchini**

## DANSE CONTEMPORAINE[1]

But :
Partir de l'improvisation sur un thème pour aller vers la construction de phrases, puis d'une chorégraphie.

## Echauffement

***Marcher dans la salle en occupant tout l'espace.***

- Variante 1: regarder les gens dans les yeux (chercher le contact visuel).
- Variante 2 : passer proche les uns des autres sans se toucher (s'éviter au dernier moment).
- Variante 3 : se rapprocher d'une personne, tourner autour d'une personne (noyau central). La vitesse de déplacement doit être adaptée (plus lente).

## Partie 1 : Improvisation

***Thème : « chewing-gum »***
***Effectuer des traversées de salle par groupe de 5 personnes : se déplacer en tant que « chewing-gum »***

- Variante 1 : imaginer qu'un scarabée entre par le pied et remonte dans le corps.
- Variante 2 : imaginer être un animal qui retombe de façon agile sur ses pattes.
- Variante 3 : effectuer des pauses durant le déplacement (temps d'arrêt ou mouvements ralentis).

## Partie 2 : Composition de phrases

***A) Thème : « toucher une partie du corps »***
***Par 2, toucher une partie du corps du coéquipier qui doit la bouger, puis à nouveau marquer une pause (la position d'arrêt doit être différente à chaque fois). Changer les rôles.***

Remarques :
- Laisser aller le corps tout de suite au lieu de réfléchir au mouvement que l'on va effectuer.
- La personne qui touche les parties de corps ne se trouve pas trop près du coéquipier (pour ne pas gêner l'amplitude des mouvements), mais accompagne ses mouvements pour qu'il n'y ait pas de pause.

- Variante 1 : Aller de plus en plus vite.
- Variante 2 : La personne qui touche les parties du corps ajoute une « phrase musicale » en variant la vitesse des touches (ex : 2 touches successives rapides, une lente, …).
- Variante 3 : Lorsque les partenaires changent de rôle (annoncé par l'enseignant), il n'y a pas de pause.

***B) Thème : « lettres de son prénom »***
***Ecrire avec tout son corps dans l'espace 2-3 lettres de son prénom.***

Remarques :
- Utiliser le corps pour écrire en imaginant par exemple avoir un crayon fixé sur une partie du corps (ne pas dessiner la lettre dans l'espace avec le doigt).
- Changer de partie du corps lorsqu'on change de lettre

[1] Cf. vidéos

## Partie 3 : Composition d'une chorégraphie

***Utiliser tout ce qui a été fait pour composer la chorégraphie en musique (style fluide : ~ 72 bpm)***

**Chorégraphie proposée :**

1) Démarrer son histoire lorsque l'enseignant annonce le mot « *lumière* ».
2) Se déplacer jusqu'au milieu de la salle.
3) Marquer 2 positions (thème de la lettre).
4) Se déplacer (thème du chewing-gum).
5) Marquer une position finale et la maintenir en restant stoïque face au public (sans rire, ni se gratter, …) jusqu'à ce que l'enseignant annonce le mot « *noir* ».

**Autres idées de chorégraphies proposées :**

Exemple détaillé : « Boby qui part à la boulangerie et qui achète du pain, … »
Exemple global (à interpréter) : « couleur rouge : déterminer ce qui est rouge.»

## HIP-HOP[2]

**Mouvements proposés :**

- « locking »
- « popping »

[2] Cf. vidéos