

Fiche compétences

UNITÉ D'ENSEIGNEMENT OPTIONNEL OBLIGATOIRE À CHOIX THÉORIE ET PRATIQUE DES ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES ET ARTISTIQUES DANSE

COMPÉTENCES ATTENDUES

Les compétences générales suivantes organisent l'ensemble de l'APSA.

DOMAINES DE COMPÉTENCES	COMPÉTENCES VISÉES	COMPÉTENCES DÉVELOPPEES PAR LA PRATIQUE
Motrices	Maîtrise des fondamentaux techniques, tactiques, ainsi que la préparation physique et mentale en vue d'être performant	<ul style="list-style-type: none"> 1. Maîtriser les fondamentaux techniques de l'APSA en vue d'atteindre un but 2. S'adapter aux conditions de jeu, rapports de force, milieux, espaces scéniques 3. Mobiliser et développer des qualités physiques spécifiques à l'activité (endurance, vitesse, souplesse, gainage...) 4. Mobiliser des ressources psychologiques au service de l'action (concentration, persévérance, dépassement, gestion du stress, confiance...)
Personnelles	<ul style="list-style-type: none"> 1. Prise en charge durable de sa santé et de sa sécurité 2. Contrôle de soi : stress, émotions 3. Faire preuve d'innovation et de création 	<ul style="list-style-type: none"> 1. Savoir s'échauffer de façon autonome et personnalisée afin de préserver son intégrité physique 2. Connaître ses préférences motrices et identifier les mobiles de sa pratique pour s'engager durablement (tout au long de la vie) 3. Connaitre les principes physiologiques pour un maintien en bonne santé 1. Gérer ses émotions et son stress en situation d'opposition, de compétition, de représentation ou d'incertitude 2. Connaître ses points forts et ses points faibles pour les exploiter de façon optimale 1. S'engager dans un processus de création et imaginer des solutions originales 2. Oser sortir de sa zone de confort pour évoluer dans ses pratiques
Relationnelles et sociales	<ul style="list-style-type: none"> 1. Travailler en équipe : écouter, communiquer, fédérer, animer, former, manager 2. Adopter une démarche éco-citoyenne : respect des autres, de soi, de l'environnement 	<ul style="list-style-type: none"> 1. Maîtriser les attitudes permettant d'assurer la sécurité du groupe 2. Agir dans le respect de soi et des autres, des règles du jeu, de l'environnement et du matériel 3. Former ses pairs, faire preuve d'empathie, d'altruisme et de leadership 1. Adapter sa communication verbale et non verbale au groupe 2. S'intégrer à une équipe et contribuer à son dynamisme 3. Gérer les conflits en vue d'une issue positive pour chacun
Méthodologiques	<ul style="list-style-type: none"> 1. Gestion de projet complexes : objectifs, planification, rôles, suivi, régulation 2. Prise de décision et adaptation : informations, ressources, feedback 	<ul style="list-style-type: none"> 1. S'investir dans un projet d'apprentissage (situer son niveau initial, définir des axes de progression, rechercher des informations, s'auto-évaluer) 2. Planifier sa pratique en vue d'atteindre des objectifs réalistes 1. Utiliser des feedbacks pour réguler sa pratique et ses décisions 2. Définir et répartir les responsabilités au sein d'un groupe 3. Réguler et définir un projet au sein d'un groupe

Les compétences spécifiques

Développer ces compétences générales sous-tend de s'investir dans l'activité danse pour entrer et mener à bien son processus de création artistiques constituant ainsi la trame de la formation.

Durant les séances proposées, l'étudiant(e) devra au travers l'utilisation de son corps comme outils de travail et d'expression acquérir les compétences spécifiques suivantes :

- ▶ une motricité qui mobilise tous les membres du corps
- ▶ une motricité complexe avec un corps qui sort de son axe, avec des isolations, des torsions, des rotations, des sauts
- ▶ une motricité maîtrisée proposant une qualité des appuis, une amplitude et une précision gestuelle
- ▶ une qualité de présence et engagée dans sa pratique et dans les créations
- ▶ la compréhension et la pertinence de l'utilisation des paramètres du mouvement
- ▶ la compréhension et la pertinence de l'utilisation des procédés de composition au service du propos de création chorégraphique

PLANIFICATION DU CYCLE

Trame du cycle / objectif des séances

01

Théorie

Définir la danse, vers sa propre définition de la danse
Les différentes influences qui ont permis l'évolution du mouvement
Comment la mettre en œuvre pour la structurer (ressentis, véhiculer une intention au travers le mouvement)
Connaître les différents rôles et comment les incarner

Pratique

- ▶ Échauffement
- ▶ Apprentissage d'une phrase chorégraphique
- ▶ Temps création guidée d'improvisation

02

Théorie

Les influences des courants de la danse et les apports des grands chorégraphes du 20^{ème} siècle

Pratique

- ▶ Échauffement
- ▶ Enrichir la phrase chorégraphique au travers d'un paramètre du mouvement
- ▶ Passage devant le groupe

03

Théorie

Poursuite sur les influences des courants de la danse et les apports des grands chorégraphes du 20^{ème} siècle en s'appuyant sur un travail de réflexion à rendre

Pratique

- ▶ Échauffement
- ▶ Enrichir la phrase chorégraphique au travers d'un deuxième paramètre du mouvement
- ▶ Passage devant le groupe

04

Théorie

Les paramètres du mouvement au sein de la création

Pratique

- ▶ Échauffement
- ▶ Atelier de création / choix d'un thème de travail
- ▶ Passage devant le groupe

05

Théorie

Les procédés de composition chorégraphique au service du processus de création artistique

Pratique

- ▶ Échauffement en autonomie
- ▶ Atelier de création / choix d'un thème de travail
- ▶ Passage devant le groupe

06

Théorie

Les procédés de composition chorégraphique en lien avec les paramètres au service du processus de création artistique

Pratique

- ▶ Échauffement en autonomie
- ▶ Poursuite du travail de création de projet chorégraphie
- ▶ Passage devant le groupe

07

Théorie

Les procédés de composition chorégraphique en lien avec les paramètres au service du processus de création artistique

Pratique

- ▶ Échauffement en autonomie
- ▶ Finalisation du travail de création de projet chorégraphie.

08

Finalisation et répétition de la création chorégraphique

09

Évaluation

L'ÉVALUATION

Précisions générales pour l'évaluation pratique sur 13 points

Concernant l'attribution des crédits, les étudiant(e)s ne pourront en bénéficier que :

- ▶ S'ils ont participé, de manière motrice ou organisationnelle à au moins 7 des 9 séances de la séquence
- ▶ S'ils ont participé à l'évaluation de fin de cycle qui porte que les aspects théoriques et pratiques abordés en cours. Une évaluation en cours de formation sur les travaux de recherche à rendre peut être prise en compte

Précisions spécifiques

Grille et protocole d'évaluation portant sur la pratique sur 13 points

ÉLÉMENTS À ÉVALUER 13 pts	REPÈRES D'ÉVALUATION			
	DEGRÉ 1	DEGRÉ 2	DEGRÉ 3	DEGRÉ 4
S'engager pour interpréter :	Motricité simple <ul style="list-style-type: none"> - Engagement corporel timide, appuis instables, coordination simple - Présence et concentration faibles, troubles marqués (rires, arrêts, commentaires) Regards au sol ou fixé sur un partenaire <ul style="list-style-type: none"> - Réalisations brouillonnées 	Motricité globale et/ou Stéréotypée <ul style="list-style-type: none"> - Engagement corporel inégal, gestuelle peu assurée - Présence intermittente, regard fixe et/ou informatif (ex: sur le départ d'un mouvement) - Réalisations imprécises troubles visibles (trous de mémoire, hésitations) ou qui récite sa danse 	Motricité personnelle, variée et/ou complexe <ul style="list-style-type: none"> - Coordination et dissociation maîtrisées, buste engagé qui commence à être en dehors de l'axe vertical - Présence impliquée, variation d'énergie et appuis stables - Regard le plus souvent orienté vers le public 	Motricité singulière, complexe et réalisation maîtrisée <ul style="list-style-type: none"> - Gestuelles jouant sur les différents paramètres du mouvement dansé (appuis variés et maîtrisés, utilisation de déséquilibre, origine gestuelle assumée...) - Présence engagée et convaincante - Interprétation sensible et incarnée
Répartition des points	1 / 2 pts	2,5 / 3,5 pts	4 / 5,5 pts	6 / 7 pts
Composer et développer un propos artistique	Projet absent ou confus Procédés de composition pauvres et/ou maladroits Utilisation étiquetée de l'espace scénique Quelques éléments scénographiques et décoratifs Relations entre danseurs non vécues	Projet inégal, fil conducteur intermittent Procédés ébauchés, créativité naissante, repérable Utilisation de l'espace scénique très linéaire et peu varié Relation entre danseurs perceptibles	Projet lisible et organisé, fil conducteur permanent Procédés de composition identifiables et pertinents Utilisation de l'espace scénique varié et adapté au projet (diagonale de force, variation de niveaux...)	Projet épuré et structuré, fil conducteur poétique Procédés de composition singuliers au service du projet Utilisation de l'espace scénique signifiant et enrichit la création Relation entre danseurs riche, variée et pleinement vécue
Répartition des points	1 / 2 pts	2 / 3 pts	3 / 4 pts	5 / 6 pts

Évaluation théorique

L'évaluation théorique sur 7 points porte sur :

- ▶ Devoir écrit au cours duquel, l'étudiant est invité à mobiliser ses connaissances culturelles et techniques de la danse abordées au cours de la séquence.

CONTENU THÉORIQUE

Le cadre théorique de l'Unité d'Enseignement de la danse s'inscrit dans une réflexion approfondie sur la manière d'explorer et d'analyser l'évolution des pratiques chorégraphiques.

En prenant appui sur ce questionnement fondamental, les cours s'articulent de façon cohérente et progressive, offrant ainsi un axe de travail réflexif permettant de comprendre comment cette évolution a conduit à de nouvelles approches des corps en mouvement.

Il s'agit, ainsi d'examiner les résonances de ces transformations dans les créations artistiques contemporaines.

À travers des cours variés, des échanges réflexifs enrichissants et des travaux de recherche approfondis, chaque étudiant est invité.e à construire et à ancrer des bases solides de connaissances historiques et théoriques.

Ce processus d'apprentissage permet à chacun·e d'écrire sa propre histoire des mouvements dansés, tout en prenant conscience des influences et des héritages qui jalonnent le parcours de la danse.

Enfin, ce cadre théorique établit un lien fort entre la théorie et la pratique, favorisant ainsi l'émergence d'un langage commun de connaissances. Ce langage est essentiel pour alimenter le processus de création artistique de chaque étudiant·e, leur permettant d'intégrer ces concepts théoriques dans leur propre démarche de création.

