

bouge de là
présente

Comme les 5 doigts de la main



la vue



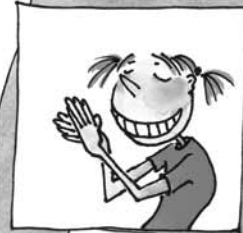
le goût



l'odorat



le toucher



l'ouïe



Guide pédagogique

une chorégraphie de
Hélène Langevin



INTRODUCTION

Voir un spectacle de danse demande un minimum de préparation avec les élèves. Au préalable, pour que l'activité soit réussie et enrichissante, nous vous proposons un guide pédagogique qui va amener l'enfant à expérimenter la danse dans son propre corps, lui donnant ainsi des références personnelles au mouvement. Ce sont ces mises en situation qui permettront à l'enfant de mieux apprécier la danse par la suite.

Avant de voir le spectacle, dans la mesure du possible, nous vous suggérons donc de présenter la compagnie **Bouge de là** (p. 02), le contexte de création, la quête ou l'intention que la pièce communique (p. 04) et de faire vivre une des activités proposées (voir *la danse de l'aveugle, les statues en équilibre* p.08-09).

Après le spectacle, nous vous proposons des activités d'appréciation pour travailler à partir de ce que les enfants ont retenu du spectacle. Il serait bon de susciter une discussion en classe sur les perceptions des enfants par rapport à différentes parties ou thèmes de la chorégraphie.

□





MOT DE LA CHORÉGRAPHE



Sens, sensation, sentir, ressentir, sensible, sensuel, sensationnel; beaucoup de mots pour parler de ce que notre corps comprend et enregistre comme information. L'instrument du danseur, c'est son corps. Les instruments de la vie, ce sont les sens. C'est par eux que la vie entre dans notre corps et c'est toujours par eux que chaque personne sur la terre comprend la vie qui l'entoure. Sans les sens, la vie serait triste et insipide. Heureusement qu'ils sont là pour nous donner du plaisir : manger de

la crème glacée, humer une rose, recevoir une caresse, se désaltérer, écouter de la musique... mais aussi pour nous informer des dangers : les aliments poisons, l'eau brûlante, les blessures, sentir la peur...

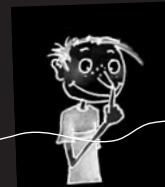
Dans *Comme les 5 doigts de la main* j'ai créé de petits tableaux dansés de différentes saveurs : drôle, acrobatique, romantique, expressionniste. Maintenant c'est à **ton** tour de croquer dans le spectacle. Tout est en place pour **toi** : la musique, la vidéo, la danse, les costumes, la lumière, le décor.

Bon spectacle et surtout n'oublie pas de célébrer **ta** vie par **tes** danses à **toi**.

Hélène Langevin



LA COMPAGNIE - BOUGE DE LÀ



La compagnie **Bouge de là** propose des spectacles de danse contemporaine pour enfants et intègre diverses disciplines artistiques au travail chorégraphique : vidéo, acrobatie, théâtre, musique, etc. Empreintes d'humour et de poésie, les représentations visent à laisser des impressions durables. Plutôt que de chercher une histoire avec une ligne dramatique unique, le spectateur se laisse entraîner dans une série de sensations et d'émotions. Hélène Langevin, chorégraphe et directrice artistique de la compagnie, souhaite transmettre aux enfants le plaisir qu'elle a à bouger, à créer de nouveaux mouvements, à explorer la danse et à repousser ses limites en y intégrant des éléments parfois loufoques, parfois audacieux, toujours stimulants. Ayant pratiqué le théâtre de rue, elle revendique le droit au plaisir, à l'accessibilité, sans pour autant évacuer la recherche et l'innovation. Les interprètes qui se joignent à la compagnie se démarquent par leur ouverture et leur esprit ludique et sont passionnés par plusieurs disciplines.





LE SPECTACLE - COMME LES 5 DOIGTS DE LA MAIN

Comment pourrions-nous vivre sans nos sens? Ils sont source de plaisir, ils nous procurent des grandes satisfactions! Dès notre arrivée au monde, ils nous guident et nous enchantent! La vue, l'ouïe, l'odorat, le toucher et le goût nous rendent la vie tellement plus agréable! Par exemple, on peut simplement regarder un arbre en passant; mais si l'on s'arrête, qu'on remarque qu'il s'agit d'un érable, qu'on touche son tronc rugueux, qu'on écoute le vent bruissier dans ses branches, qu'on respire son odeur verte, qu'on goûte à l'eau de cet érable, on aura vécu une expérience faisant appel à tous nos sens. Et si l'on est privé de l'un d'eux, les autres sens s'activeront; une personne non-voyante utilisera son sens du toucher pour « voir » les objets, celui qui n'entend pas sera beaucoup plus vigilant avec son regard... Pour un danseur, le toucher, la vue et l'ouïe sont essentiels. L'interprète en danse entre en contact avec les autres danseurs par son regard comme par ses mouvements. Difficile de soulever, d'attraper, de faire virevolter, sans toucher l'autre! La vue est aussi importante pour repérer les lumières et les limites de la scène. L'ouïe est bien utile pour entendre la musique, qui sert si souvent de support rythmique au danseur, qui détermine le début ou la fin d'une phrase de mouvements.



Le spectacle *Comme les 5 doigts de la main* est une célébration des sens. La chorégraphe Hélène Langevin croit que les enfants sont de plus en plus happés par la télévision et les ordinateurs et qu'il est bon de leur rappeler l'importance des sens dans la vie quotidienne et le plaisir qu'ils procurent tant au corps qu'à l'esprit. Elle a élaboré un spectacle ludique et coloré dans lequel chaque élément attire l'œil et enchante l'oreille, un spectacle qui donne envie de toucher les matières, de goûter les nourritures, de sentir de drôles de parfums!

Pour ce faire, elle a eu l'idée d'élaborer des tableaux qui font appel aux cinq sens; chacun de ces tableaux est l'aboutissement d'une recherche chorégraphique qui met en valeur un de ces sens et permet au spectateur de réaliser que l'activité des autres sens ne s'arrête pas, au contraire! Des décors blancs qui permettent de recevoir toutes les couleurs, aux costumes à franges qui amplifient le mouvement, en passant par les musiques qui chatouillent les oreilles, tout est conçu en fonction de mettre les sens en relief.

Le spectacle débute par un court film présentant quatre acrobates qui illustrent les sens de façon parodique, avec des prouesses incroyables qui permettent de se questionner sur la réalité des choses que l'on voit. Chaque tableaux du spectacle est toujours précédé d'une introduction vidéo. Le second tableau s'attarde sur l'ouïe : avec l'apport de quatre accordéonistes, la chorégraphe a eu envie d'un numéro clownesque, résultat d'une recherche sur la réciprocité entre mouvements et sons. Au troisième tableau, des interprètes ont les yeux bandés, ce qui les amène à être encore plus sensibles aux contacts avec les autres. Sans la vue, les difficultés se multiplient : quels sont alors leurs repères pour danser un pas de deux? Le quatrième tableau démontre bien combien le sens du toucher est important lorsque l'on exécute des mouvements acrobatiques; des mains manipulent, attrapent, caressent, des corps s'appuient, cherchent leur équilibre, tombent. Au cinquième tableau, un énorme nez apparaît, il hume des fleurs qui ont chacune leur odeur; l'odorat est ainsi exploré de manière très burlesque. Un duo amoureux forme le sixième tableau, qui constitue la synthèse parfaite de tous les sens. Lorsque l'on aime quelqu'un, on ne se lasse pas de le regarder, de le toucher, de le sentir, de l'écouter, de l'embrasser! Le spectacle se termine avec l'apparition d'ogres qui mangent gloutonnement des spaghettis, montrant les effets agréables de la nourriture sur le corps.

Comme les 5 doigts de la main est un spectacle contemporain accessible à tous, qui charme par sa poésie et son audace.



QUELQUES NOTIONS SUR LA DANSE



Qu'est-ce que la danse ?

Qui n'a pas dansé au moins une fois dans sa vie ? Que ce soit pour évacuer un trop plein d'énergie, pour exploser d'une joie démesurée ou simplement pour se dégourdir les jambes ! La danse est un formidable moyen d'expression, le langage corporel est universel et accessible à tous. Un corps en mouvement nous parle, nous raconte mille choses. C'est pourquoi nous allons voir un spectacle de danse : afin de nous émouvoir des multiples histoires qu'un corps nous raconte, afin de nous émerveiller de la beauté d'un geste nouveau, afin de nous étonner de la grâce et la fougue d'un interprète qui offre des performances électrisantes. Certaines personnes, passionnées par la danse, cherchent des façons différentes de s'exprimer, élaborent de nouveaux mouvements, repoussent les limites de cet art en y intégrant parfois des éléments d'autres disciplines artistiques. La danse contemporaine ne s'embarrasse pas de frontières, remet en question nos perceptions, propose de nouvelles images, de nouvelles manières de raconter.



Qui peut danser ?

Partout dans le monde, on danse : pour souligner un événement important, pour célébrer un mariage ou une naissance, pour souligner le passage du temps. Les premières nations accomplissaient des danses rituelles avant d'aller à la guerre, au retour de celle-ci, ou simplement pour fêter l'arrivée d'une nouvelle saison. Aujourd'hui, on danse lors des soirées d'anniversaires ou simplement pour le plaisir d'être entre amis. Peu importe notre style, la mode qu'on suit et la musique qu'on préfère, on trouvera toujours une danse qui nous plaira ! Le tango comme le ballet, le hip hop comme la salsa, c'est une question de goût ! Certaines personnes décident de se consacrer à la danse, d'en faire leur métier. Danser demande parfois de la grâce, parfois de la puissance. Mais ce qui est certain, c'est que les danseurs professionnels ont un entraînement difficile, qu'ils doivent développer leurs muscles autant que leur souplesse.

Danser répond à une pulsion universelle, sans égard au genre; garçons et filles éprouvent le besoin de se dépenser, d'inventer des mouvements, de repousser les limites de leur corps. L'entraînement auquel les danseurs se soumettent exige une forme peu commune, semblable à celle d'un athlète de haut niveau. Les garçons comme les filles aiment danser pour aller au bout de leur énergie, ils y trouvent un grand plaisir. Il peut être enrichissant de discuter de ce sujet avec les élèves; quels sont, selon eux, les préjugés liés à la danse ?



QUELQUES NOTIONS SUR LA DANSE (SUITE)

Comment conçoit-on un spectacle de danse ?

Au début de la création d'un spectacle de danse, il y a le thème qui sera à la base de tous le processus qui mène au résultat final. Qu'est-ce qui nous inspire ? De quoi a-t-on envie de parler ? Ce peut être un sujet d'actualité, une histoire qui nous touche, des gens particuliers, des émotions fortes, tout peut être source d'inspiration ! La chorégraphie peut également être conçue simplement à partir d'une certaine énergie, de sensations physiques, d'images abstraites. Lorsqu'on assiste à un spectacle de danse contemporaine, on ne doit donc pas chercher nécessairement une histoire ou des personnages, mais simplement se laisser envahir par les impressions que les mouvements suscitent. On crée ainsi sa propre histoire, son propre chemin vers l'œuvre proposée.

□

Qu'est-ce qu'un chorégraphe ? Une chorégraphie ?

Généralement, c'est le chorégraphe qui choisit et qui élabore le thème qui guidera le travail menant au spectacle. Le chorégraphe est la personne qui élabore les bases d'un spectacle de danse, ses enjeux sensibles, ses codes gestuels. On appelle « chorégraphie » la suite de mouvements qui compose un spectacle de danse. Le mot vient des mots grecs *khoreia* qui signifie « danse » et *graphein* qui signifie « écrire ». C'est donc l'art d'écrire des mouvements dans l'espace. Le chorégraphe transmet sa vision et ses idées aux danseurs. Un travail de répétitions s'instaure afin que les danseurs inventent les mouvements par des improvisations ou reproduisent les mouvements du chorégraphe.

□

Les alliés du chorégraphe

Un répétiteur est souvent nécessaire au cours des étapes menant au spectacle ; un répétiteur est une personne qui, comme son titre l'indique, fait répéter aux danseurs les mouvements trouvés et élaborés par le chorégraphe. Un spectacle de danse inclut généralement un créateur de costumes qui doit voir au confort des danseurs et qui crée des vêtements qui sont en lien avec la vision artistique du chorégraphe. Le costume ajoute à la magie du spectacle. On retrouve également un scénographe qui conçoit le décor. L'espace du spectacle est également très important car les danseurs doivent pouvoir évoluer en tenant compte du lieu et de ses dimensions. Puis, les éclairages comme les musiques proposent un climat et une atmosphère qui enveloppent les danseurs, qui envoûtent les spectateurs. Tous ces éléments sont créés à partir de ce même thème de départ élaboré par le chorégraphe.

□



QUELQUES NOTIONS SUR LA DANSE (SUITE)

Comment devient-on danseur professionnel ?

Derrière la beauté de l'agilité, de la force et du dynamisme des danseurs, il y a des années et des années de travail quotidien. Il faut un entraînement physique régulier afin de pouvoir être en mesure d'accomplir les prouesses physiques que l'on voit en spectacle et de maîtriser sa coordination motrice. Le danseur va échauffer et renforcer ses muscles et rendre son corps apte à répondre aux exigences de la chorégraphie. Il suivra des cours afin d'apprendre différentes formes de mouvements.

La plupart des danseurs professionnels ont une formation en ballet et en danse moderne. Il y a des écoles qui se spécialisent dans ces types particuliers de danse. Mais des cours en tous genres sont offerts, provenant de tous pays et inspirés par toutes sortes de techniques, comme la danse africaine, le « break dance », la gymnastique, l'improvisation, le yoga, etc. Un élève curieux peut varier les formations, il n'en sera que plus riche d'expériences ! Le danseur prend également grand soin de son corps, qui est son instrument de travail. Il veille à ne pas se blesser. Mais s'il doit développer des techniques, il n'oublie pas de nourrir sa créativité et son imaginaire. Un interprète en danse est un artiste, il est sensible au monde qui l'entoure et s'en inspire dans son travail.

□



SUGGESTIONS D'ATELIERS



01. Quels sont nos sens ?

D'abord, identifier les 5 sens. Puis, avec l'aide des enfants, élaborer une banque de verbes liés à chacun des sens.

La vue : contempler, voir, regarder, observer, épier, examiner, dévisager

Le toucher : caresser, chatouiller, tenir, attraper, toucher, lancer

Le goût : apprécier, savourer, manger, goûter, déguster

L'odorat : sentir, inspirer, expirer, humer, inhaler

L'ouïe : percevoir, entendre, écouter



02. Danse de l'aveugle

Objectifs : prendre conscience de l'interactivité des sens entre eux, se mouvoir avec aisance et confiance avec les yeux fermés

Durée : 30 secondes à 2 minutes par personne

Musique : douce, aérienne

Déroulement de la leçon :

Le groupe se place pour former un cercle de grandeur moyenne. Une personne à la fois, chaque enfant se dirige à l'intérieur du cercle avec les yeux bandés pour y faire une courte danse improvisée de 30 secondes à 2 minutes sur la musique choisie. Le professeur laisse l'enfant commencer sa danse et apprivoiser le fait qu'il ne voit pas. Si l'enfant ne commence pas à bouger librement, l'enseignant peut diriger la danse de l'enfant en l'incitant à expérimenter les actions suivantes :

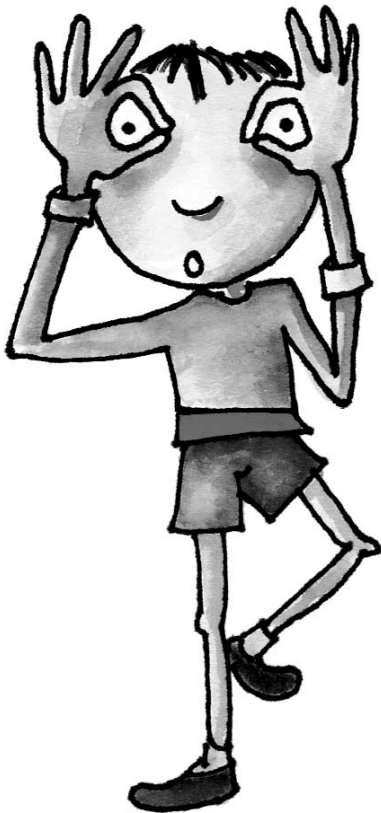
- se déplacer avec les pieds
- trouver des mouvements qui nous amènent au sol et qui nous remontent à la verticale
- rouler
- sauter
- tenir un équilibre
- inventer des mouvements de bras et de jambes

Note :

Le cercle du groupe agit comme un mur de protection pour l'enfant qui danse : si le danseur s'approche du cercle, les personnes du cercle doivent le repousser gentiment vers le centre du cercle afin que le danseur ne sorte pas du cercle et se heurte à un mur ou à un objet. Chaque enfant crée une danse unique et tous doivent respecter la qualité ainsi que le rythme de celle-ci.

Questions à poser à l'enfant à partir de cette activité :

Quelles images, quelles sensations as-tu visualisées dans ta tête pendant que tu dansais ? Comment étaient tes équilibres ? Te sentais-tu à l'aise de bouger sans voir ? De quel autre sens t'es-tu servi pour t'orienter dans ton cercle ?



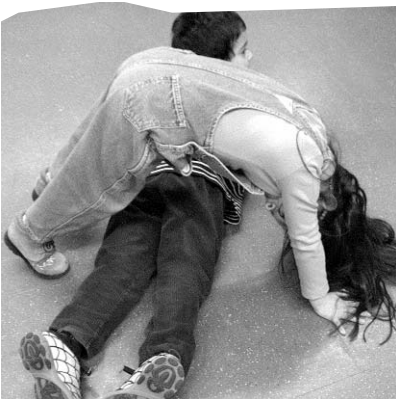
03.**Les statues en équilibre**

- Objectif :** sensibiliser les parties du corps au contact du sol (sens du toucher).
Durée : 15 à 20 minutes
Musique : varier le plus possible les musiques : africaine, jazz, hip hop, populaire, rock&roll, etc...
Lieu : dans un gymnase ou un endroit où tout le groupe peut bien se mouvoir sans se frapper.

Déroulement de la leçon : la leçon se déroule en deux parties**Première partie**

Sur les différentes musiques, les enfants dansent librement. Le professeur incite les enfants à varier les mouvements en leur donnant des consignes qui génèrent du mouvement. Par exemple :

- Invente des mouvements avec tes jambes et tes bras
- Peux-tu te déplacer sans utiliser tes pieds ?
- Combine des sauts, des roulades et des tours
- Danse avec un ami en lui tenant la main
- Imite quelqu'un en copiant ses mouvements et change de partenaire quand tu le veux, etc...

**Deuxième partie**

Après 1 minute, arrêter la musique.

Nouvelle consigne : explore des équilibres sur différentes parties de ton corps.

Par exemple :

- sur un pied et deux mains
- sur une main et deux pieds
- sur une main et un pied
- sur le dos
- sur le côté du corps
- sur la tête, les mains et les pieds
- sur le ventre
- sur les genoux et les coudes
- sur les doigts et les orteils
- sur tout le corps
- avec un partenaire
- avec le mur, une chaise, l'environnement
- prendre les suggestions des enfants

Note 1 :

Vous pouvez proposer des consignes de la première partie en alternance avec celles de la deuxième partie. Par exemple :

- 1) Danse avec un ami en lui tenant la main (1 minute)
- 2) Explore des équilibres sur le ventre (1 minute)

Sentez-vous libre de suggérez d'autres types d'exploration sur le thème choisi.

Note 2 :

Seules les parties du corps nommées devraient toucher le sol. Les positions que prennent les enfants sont variées et infinies. Encourager la créativité. Les enfants doivent résoudre le problème demandé sans l'aide de l'adulte mais seulement avec leur imaginaire et leur capacité motrice. Il est préférable que le professeur ne fasse pas de démonstration car les enfants ont tendance à l'imiter. Par contre, il est important qu'il prenne ses exemples parmi les formes proposées par ses élèves et qu'il valorise chez eux l'originalité.



Bonne danse créative !

BIBLIOGRAPHIE

On danse ?

Julie Salgues et Nathalie Collantes
Collection Autrement Junior Arts
Publié par les Éditions Autrement et le SCÉRÉN, 2002

Magazine d.

Le magazine pour découvrir la danse
Vol. 1 no 1
Une production du Regroupement québécois de la danse, 2000
Rédaction : Sylvain Dodier

