

TOMBEZ EN AMOUR AVEC LE BALLE

Mon cahier d'exercices de chorégraphie



Ce cahier d'exercices de chorégraphie appartient à :

Pour commencer



Ce cahier d'exercices te présentera une série d'activités qui te permettront de monter ta propre production de danse à la maison! Parcours les activités dans l'ordre donné ou décide toi-même de l'ordre. Le travail créatif est en constante évolution, et nous t'encourageons à imprimer et à remplir les pages autant de fois que tu le souhaites à mesure que tu progresses dans ton processus de création.

Aménagement de l'espace

Utilise la liste de contrôle ci-dessous pour choisir un espace de répétition et te préparer à danser :

- Le sol est propre, plat et exempt d'obstacles
- Il y a suffisamment d'espace pour se déplacer librement sans heurter les objets
- Je peux facilement jouer de la musique sur un appareil situé à proximité
- Mes vêtements me permettent de bouger librement et ne me gênent pas (collants, caleçon long, pantalons de survêtement)
- Mes chaussures ne sont pas trop collantes ou glissantes (p. ex., chaussures de danse, espadrilles d'intérieur, chaussettes, pieds nus)

Rôles et responsabilités

Pour monter une production de danse, il faut une équipe de professionnels qui possèdent différents types d'expertise. Pour ta production, tu peux distribuer les rôles aux membres de ta famille ou les assumer toi-même. Voici quelques-uns des rôles que tu devras peut-être remplir au cours de la conception de ta production.

- Chorégraphe : crée la structure et les mouvements de la danse
- Danseurs et danseuses : apprennent et exécutent la chorégraphie
- Compositeur, musicien, orchestre : compose ou joue la musique pour le ballet
- Costumier, costumière : conçoit les différents costumes que chaque danseur portera
- Scénographe : conçoit les décors ou la scène ainsi que les accessoires
- Éclairagiste : conçoit le système et les effets de l'éclairage

Sélection de la musique



Forme, tempo, qualités musicales, nombre de temps, volume, caractère, paroles

La chorégraphie est parfois décrite comme étant le processus qui consiste à prendre de la musique et à la rendre visible. Ton choix de musique sera l'une des plus importantes décisions que tu prendras dans le processus. Voici quelques conseils qui pourraient t'aider à choisir la musique qui convient à ta danse.

- Lève-toi et bouge au rythme de la musique. Est-ce que cela t'inspire à créer?
- Écoute attentivement le morceau entier et remarque sa forme.

Est-ce que la qualité ou le caractère change? Est-ce que le tempo (vitesse) de la musique change? Est-ce que la musique comprend un moment fort ou intense ou palpitant (appelé climax)?

- Est-ce que tu entends une pulsation ou un battement régulier dans la musique, comme un battement de cœur?
- Écoute la musique et compte à voix haute. Es-tu capable de compter la phrase musicale? (p. ex., la phrase a huit temps)
- Est-ce qu'il y a des paroles? Quelle histoire est-ce que l'interprète raconte ou quelles émotions exprime-t-il?



Parfois, choisir peut s'avérer difficile. N'oublie pas que tu peux toujours changer d'avis, utiliser plusieurs morceaux ou pas de musique du tout!

La musique pour ma chorégraphie

La musique s'intitule : _____

Le compositeur de la musique est : _____

La musique me fait sentir : _____

Mes remarques sur la musique : _____

Exploration de l'énergie



Dans la danse, l'élément de l'énergie a une relation profonde avec la qualité du mouvement, de l'intention et des émotions.

Chacun des éléments naturels ci-dessous a une qualité énergétique différente. À côté de chaque image, écris un ou plusieurs mots pour décrire le type de mouvement que tu imagines. Ensuite, dans ton espace de danse, bouge ton corps pour démontrer chacun de ces mouvements. Expérimente avec différentes parties du corps. Par exemple, utilise un bras pour exprimer un flocon de neige et une jambe pour une tornade.









Remarques sur la chorégraphie



Force, légèreté, vibration, puissance, douceur, tranquillité, vivacité, fluidité, déhanchement, ondulation

De nombreux chorégraphes créent un mouvement en **improvisant**, ce qui signifie qu'ils explorent un mouvement qui est inspiré dans le moment plutôt que planifié. Dans ton espace de danse, joue la musique que tu as choisie, expérimente et explore! Joue la musique autant de fois que nécessaire et essaye de nombreuses façons de bouger. Pendant que tu dances, réfléchis aux **qualités énergétiques** que ton corps crée.

Aujourd'hui, j'ai créé et expérimenté pendant _____ minutes.

Les qualités énergétiques que j'ai le plus utilisées étaient : _____

Utilise l'espace ci-dessous pour écrire des remarques ou dessiner des images qui t'aideront à te souvenir de ton travail :

Narratif et abstrait



De nombreux ballets peuvent être décrits comme des « ballets narratifs ». Cette catégorie comprend des favoris traditionnels comme *Le Lac des cygnes* de Marius Petipa et *Alice au pays des merveilles* de Christopher Wheeldon. Ces chorégraphies montrent une histoire ou un scénario qui fait avancer l'action.

Certains ballets sont abstraits ou sans intrigue comme *Sérénade* de George Balanchine et *Les Sylphides* de Michel Fokine. Ces ballets ne suivent pas une histoire, mais utilisent plutôt les danseurs pour exprimer des idées, créer des images et susciter l'émotion du public. Souvent, ces œuvres ont un thème central ou une inspiration que la chorégraphie explore par le mouvement.

Ta chorégraphie raconte-t-elle une histoire ou est-ce qu'elle explore un thème ou une idée?

Remplis l'un des tableaux ci-dessous ou les deux :

Chorégraphie narrative

Écris ton histoire dans l'espace ci-dessous. Ton histoire a-t-elle un début, un climax et un dénouement clairs?

Chorégraphie abstraite

Écris le thème central de ton choix dans le cercle central et ajoute des idées et des images en lien avec le thème dans les petits cercles.

Exploration de l'espace



L'espace est le support sur lequel un danseur crée. Il fait référence à la fois à ton espace personnel (la zone que ton corps occupe) et à l'espace total disponible pour effectuer les mouvements (ton espace de danse).

La forme est ce qu'un corps exécute dans l'espace. Elle peut être à la fois dans l'immobilité (comme une statue courbée gelée) ou en mouvement (marche dans l'espace avec ton corps en effectuant des formes angulaires).

Pour chacune des formes ci-dessous, choisis un mot qui décrit le mieux ce que tu vois. Lorsque tu as terminé, lève-toi et essaie de recréer ces formes avec ton corps.









Journal de bord – Chorégraphie



Circulaire, courbé, angulaire, tordu, carré, linéaire, triangulaire, pointu, ondulé

Pendant que tu expérimentes et explores, réfléchis aux différentes formes que tu inclues dans ta chorégraphie. Certaines **formes** peuvent être immobiles, comme une posture fixe, tandis que d'autres peuvent bouger dans l'espace, comme un saut en vol. Est-ce que le fait de changer de forme change aussi ce que tu ressens? Le changement de forme a-t-il une incidence sur ce que le public ressent?

Aujourd'hui, j'ai créé et expérimenté pendant _____ minutes.

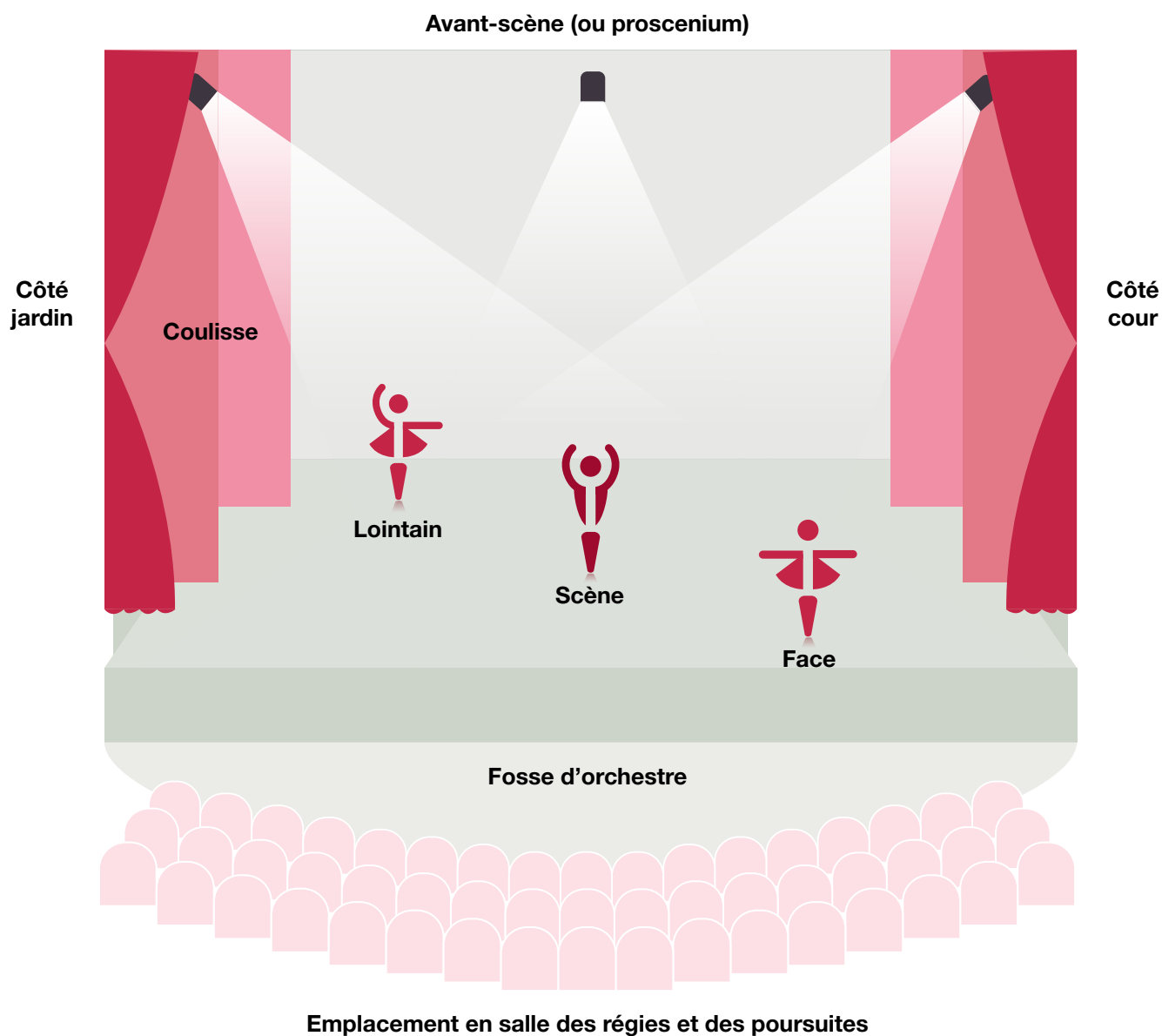
Dessine une image de l'une des formes ou poses incluses dans votre travail :

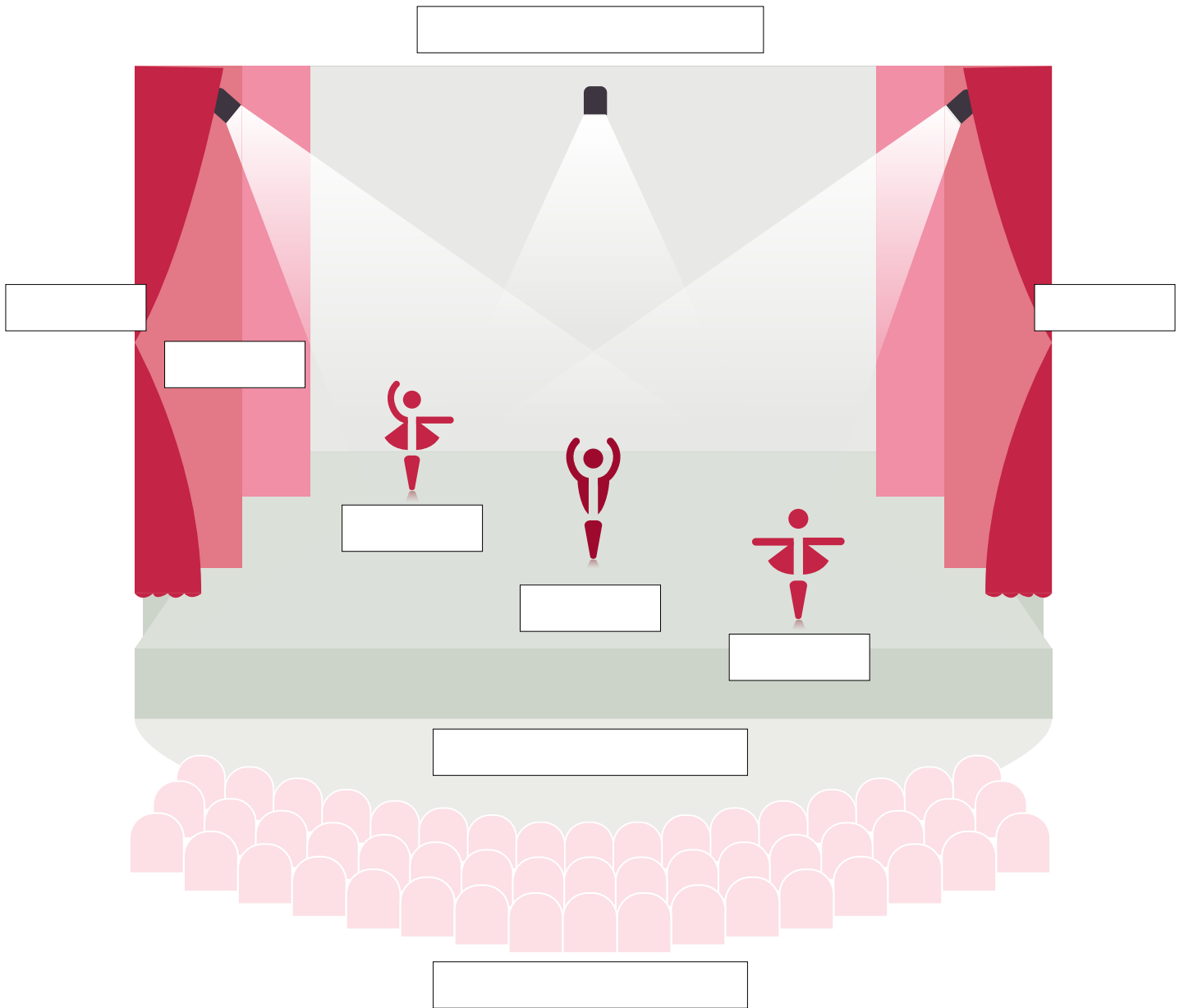
Utilise l'espace ci-dessous pour écrire des remarques ou dessiner des images qui t'aideront à te souvenir de ton travail :

L'espace scénique



Les chorégraphes savent faire preuve de créativité lorsqu'il s'agit d'utiliser tout l'espace de la scène. Chaque partie de la scène porte un nom différent pour aider le chorégraphe, le scénographe et l'éclairagiste à collaborer. Tu peux apprendre les différents noms en consultant l'image ci-dessous, puis teste ta mémoire à la page suivante!





Journal de bord – Chorégraphie



En coulisses, lointain, côté jardin, coulisses, face, côté cour, scène

Pendant que tu expérimentes et explores, réfléchis aux tracés que tu crées sur le plancher. Par exemple, si tu dansais sur du sable, quel motif laisseraient tes pieds? Est-ce que tu te déplaces en ligne droite ou en ligne courbe? Sur quelles parties de la scène est-ce que tu danses le plus? Le moins?

Aujourd'hui, j'ai créé et expérimenté pendant _____ minutes.

Actuellement, ma partie préférée de la chorégraphie est _____

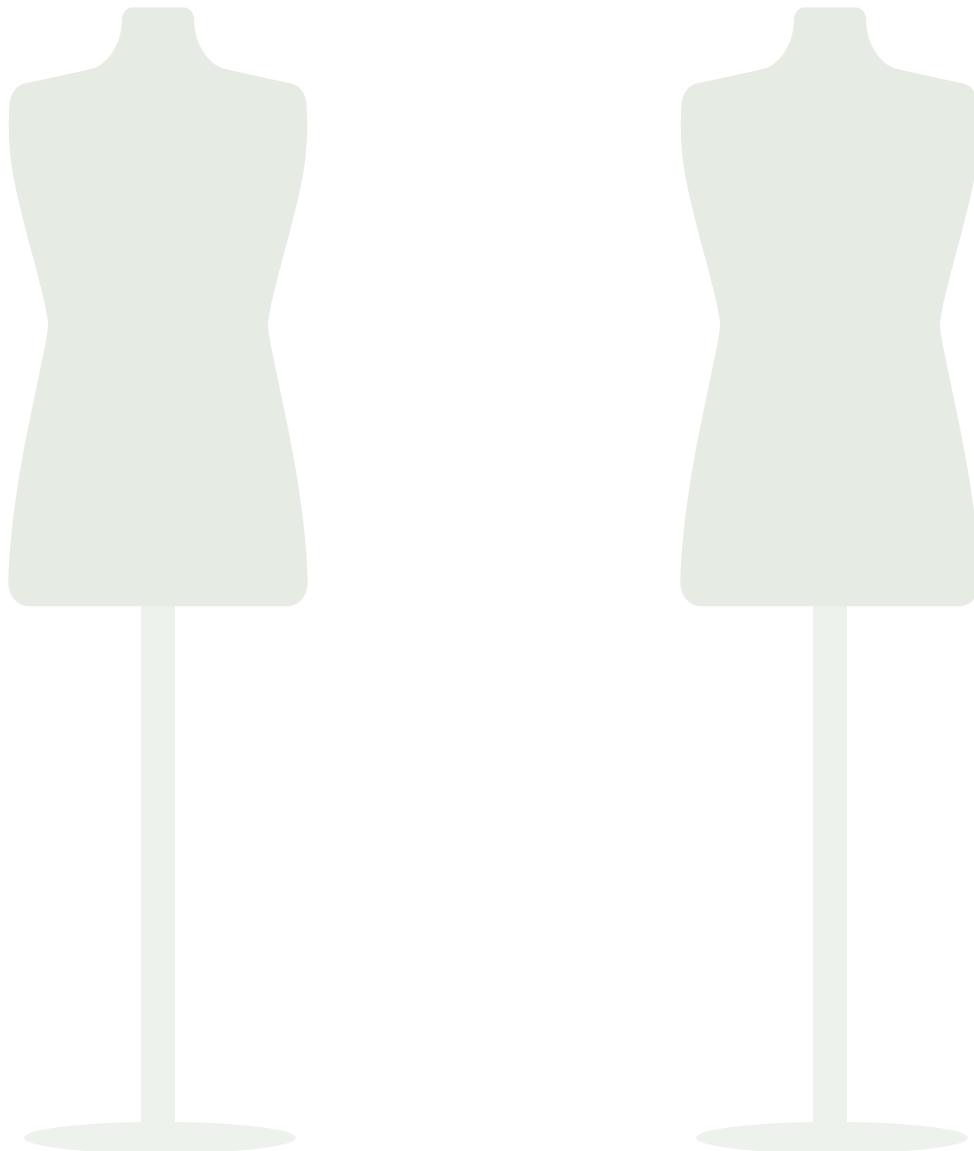
Imagine que tu observes ta danse d'en haut. Dessine une carte, comme une carte au trésor, qui montre les tracés que toi ou tes danseurs faites dans l'espace. Si tu représentes le tracé de plusieurs danseurs, tu peux utiliser des couleurs différentes pour différencier chaque tracé.

Mes créations de costumes



Le costumier ou la costumière est chargé de créer les costumes pour une œuvre de théâtre, un film ou un ballet. Il ou elle travaille en étroite collaboration avec le chorégraphe et d'autres professionnels de la création pour donner vie aux personnages et donner de la couleur et de la texture sur scène. Dans le monde du ballet, les costumiers doivent aussi tenir compte des exigences physiques du mouvement. Les costumes de ballet doivent pouvoir bouger avec les danseurs!

Conçois le ou les costumes de ta production ci-dessous. Réfléchis à la façon dont tu peux créer ton personnage en utilisant différentes couleurs et formes.



Prépare ta représentation



Une fois ta chorégraphie terminée, il est temps de commencer à planifier la représentation. Il peut falloir plusieurs heures de répétition pour préparer une œuvre en vue de sa première. Utilise la liste de contrôle ci-dessous pour voir si ta chorégraphie est prête à être interprétée :

- Ma chorégraphie a un début et un dénouement clairs.
- Mon histoire ou mon thème est clair.
- J'ai confiance dans les qualités énergétiques, les formes et les tracés inclus dans ma danse.
- J'ai confiance en mon utilisation de l'espace. Je sais exactement où chaque mouvement est exécuté sur la scène.

Crée un rappel de rideau

À la fin de chaque bonne représentation, on assiste à un salut de fin ou à un rappel de rideau où le public peut afficher sa reconnaissance aux danseurs. Veille à créer et pratiquer ton rappel de rideau à l'avance!

Organise une répétition générale

Il est très important que les danseurs s'entraînent avec tous les éléments de la production, y compris leur costume, l'éclairage et les éléments de décor, sans oublier les accessoires. Lorsque tu crées une production chez toi, tu dois aussi planifier en fonction du public. Par où entre-t-il? Où va-t-il s'asseoir? Assure-toi de disposer de suffisamment d'espace pour accueillir les danseurs et les membres du public.

La répétition générale te donne l'occasion de rassembler tous les éléments de la représentation et de faire des ajustements avant la grande première!

Billets et livrets

Avant la représentation, tu voudras sûrement remettre des billets à ton public. À l'arrivée du public, récupère les billets et présente un livret (c'est-à-dire le programme). Grâce au livret, le public pourra en savoir davantage sur la production et les nombreuses personnes créatives qui ont contribué à sa réalisation.

Imprime et remplis les pages Billet et livret pour les utiliser à l'occasion de ton spectacle!

<p>BILLET D'ENTRÉE - UNE PERSONNE</p> <p>HEURE _____</p> <p>DATE _____</p>	<p>BILLET D'ENTRÉE - UNE PERSONNE</p> <p>HEURE _____</p> <p>DATE _____</p>	<p>BILLET D'ENTRÉE - UNE PERSONNE</p> <p>HEURE _____</p> <p>DATE _____</p>
<p>BILLET D'ENTRÉE - UNE PERSONNE</p> <p>HEURE _____</p> <p>DATE _____</p>	<p>BILLET D'ENTRÉE - UNE PERSONNE</p> <p>HEURE _____</p> <p>DATE _____</p>	<p>BILLET D'ENTRÉE - UNE PERSONNE</p> <p>HEURE _____</p> <p>DATE _____</p>
<p>BILLET D'ENTRÉE - UNE PERSONNE</p> <p>HEURE _____</p> <p>DATE _____</p>	<p>BILLET D'ENTRÉE - UNE PERSONNE</p> <p>HEURE _____</p> <p>DATE _____</p>	<p>BILLET D'ENTRÉE - UNE PERSONNE</p> <p>HEURE _____</p> <p>DATE _____</p>
<p>BILLET D'ENTRÉE - UNE PERSONNE</p> <p>HEURE _____</p> <p>DATE _____</p>	<p>BILLET D'ENTRÉE - UNE PERSONNE</p> <p>HEURE _____</p> <p>DATE _____</p>	<p>BILLET D'ENTRÉE - UNE PERSONNE</p> <p>HEURE _____</p> <p>DATE _____</p>
<p>BILLET D'ENTRÉE - UNE PERSONNE</p> <p>HEURE _____</p> <p>DATE _____</p>	<p>BILLET D'ENTRÉE - UNE PERSONNE</p> <p>HEURE _____</p> <p>DATE _____</p>	<p>BILLET D'ENTRÉE - UNE PERSONNE</p> <p>HEURE _____</p> <p>DATE _____</p>
<p>BILLET D'ENTRÉE - UNE PERSONNE</p> <p>HEURE _____</p> <p>DATE _____</p>	<p>BILLET D'ENTRÉE - UNE PERSONNE</p> <p>HEURE _____</p> <p>DATE _____</p>	<p>BILLET D'ENTRÉE - UNE PERSONNE</p> <p>HEURE _____</p> <p>DATE _____</p>
<p>BILLET D'ENTRÉE - UNE PERSONNE</p> <p>HEURE _____</p> <p>DATE _____</p>	<p>BILLET D'ENTRÉE - UNE PERSONNE</p> <p>HEURE _____</p> <p>DATE _____</p>	<p>BILLET D'ENTRÉE - UNE PERSONNE</p> <p>HEURE _____</p> <p>DATE _____</p>
<p>BILLET D'ENTRÉE - UNE PERSONNE</p> <p>HEURE _____</p> <p>DATE _____</p>	<p>BILLET D'ENTRÉE - UNE PERSONNE</p> <p>HEURE _____</p> <p>DATE _____</p>	<p>BILLET D'ENTRÉE - UNE PERSONNE</p> <p>HEURE _____</p> <p>DATE _____</p>



Remerciements spéciaux à :

Présente une production en salon de :

Avec une chorégraphie originale de :

