



**ACADÉMIE
DE PARIS**

*Liberté
Égalité
Fraternité*

EPS 1ER DEGRÉ

CPD EPS



EPS EN CONTEXTE COVID 19

DANSE TRADITIONNELLE à l'école

Sans contact



NOVEMBRE 2020

DANSER ENSEMBLE

Sans contact

Depuis le 2 novembre 2020, dans le contexte de l'épidémie de Covid-19, les écoles accueillent tous les élèves, dans le respect de prescriptions renforcées, émises par les autorités sanitaires. En cette période difficile, l'activité physique contribue à l'épanouissement des élèves et il est important de leur permettre de poursuivre cette pratique.

Par essence, la danse traditionnelle est une activité qui se vit à plusieurs, encourage les contacts, les rapprochements et les échanges entre les danseurs. Les contraintes sanitaires auxquelles nous sommes soumis en ce moment ne permettent plus certains aspects de cette pratique...

Cependant, pour continuer à partager des moments de danse et à construire des valeurs communes à travers ces activités, nous vous proposons de faire de ces contraintes un élément de composition et de proposer aux élèves des danses adaptées à la distanciation sociale qui s'applique dans les écoles. Tant que le protocole sanitaire sera en vigueur, nous préférons les danses en lignes ou en dispersion aux rondes et farandoles, pour ne pas rompre la pratique et mieux nous retrouver lorsque cela sera à nouveau possible !

Ainsi, vous trouverez ci-dessous les pistes de travail que nous avons sélectionnées, renvoyant vers des ressources hébergées sur le site EPS 1er degré de l'Académie de Paris.

Recommandations

- Afin de limiter le brassage, il conviendra de pratiquer entre élèves d'un même groupe constitué en maternelle comme en élémentaire. Si la danse traditionnelle encourage les échanges entre classes, niveaux et plus largement entre les générations, il n'est pas possible actuellement de proposer des bals de circonscriptions ni même d'école **tant que les rencontres sportives sont proscrites** en raison de la limitation du brassage.
- La danse traditionnelle est une activité qui peut, lorsque la météo le permet, **se pratiquer en extérieur** (recommandé par le protocole). Cependant l'activité physique en gymnase ou préau reste possible, dans le respect des règles de distanciation déterminées par le protocole.
- Le port du masque est proscrit en maternelle ou la distanciation physique est à maintenir entre les élèves de groupes différents uniquement. En élémentaire, le port du masque n'est pas obligatoire lorsqu'il est incompatible avec l'activité. On veillera dans ce cas à faire respecter la distanciation imposée par le protocole et à privilégier les danses sans contact.
- Penser à toujours faire respecter les gestes barrières et particulièrement le lavage des mains avant et après l'activité.

Les textes nationaux de référence

[Protocole sanitaire - 2 novembre 2020 - Ministère de l'Education Nationale de la Jeunesse et des Sports](#)



[Repères pour l'organisation de l'EPS - novembre 2020 - Ministère de l'Education Nationale de la Jeunesse et des Sports](#)



[Infographie synthèse des protocoles pour la pratique de l'EPS dans le 1er degré - novembre 2020 - Académie de Paris](#)



Les fiches en référence décrivent la danse telle qu'elle a été conçue dans son caractère originel, c'est à dire avec des rôles définis par le genre des danseurs (fille-garçon). S'il est important de connaître l'histoire de ces danses et le rôle de chacun dans leur construction issue d'un patrimoine culturel où le principe organisateur est le plus souvent genré, on s'autorisera à associer les danseurs à l'aide de foulards de couleurs (ou de gommettes, ou tout autre moyen d'identification) indifféremment de leur qualité de "fille" ou de "garçon". Ainsi, les rôles seront associés à une couleur, un signe, limitant également les questions liées au nombre identique de filles et de garçons au sein d'un groupe. On veillera à choisir des couleurs qui ne sont pas associées à un genre en particulier (éviter le rose ou le bleu).



LES DANSES EN LIGNE

Par définition, les danses dites "en ligne" impliquent le groupe mais se pratiquent individuellement, soit l'un derrière l'autre, soit côte à côte, soit encore en deux lignes se faisant face. Ces danses permettent de maintenir plus facilement la distanciation physique et de danser ensemble sans contact.

Les formations à privilégier



le madisson

A l'origine, le madison est une danse en ligne, créée à la fin des années 1950 aux États-Unis et popularisée au début des années 1960. Sans contact elle se pratique en ligne et seuls.



- Constituer plusieurs lignes en veillant à une distanciation suffisante des danseurs.
- Éviter la transformation proposée formation en deux lignes face à face ou veiller à bien distancier les deux lignes et à éviter les croisements.

line dance

Les «line dance» sont empruntées à la country, musique très populaire aux États-Unis. Elles se dansent en ligne, et peuvent se danser par deux, en se faisant face. Celles-ci se dansent seuls, tous les danseurs évoluant sur la même ligne de danse.



- Constituer plusieurs lignes en veillant à une distanciation suffisante des danseurs.
- Dans le cas de deux lignes se faisant face, veiller à ce que la distanciation soit suffisante.

tarentelle

La tarentelle est une dansée rythmée, née au 17^{ème} siècle dans le sud de l'Italie et qui connaît depuis de nombreuses variantes. La version présentée dans la fiche se danse en ronde mais il est possible d'explorer une autre formation comme le cercle ou la ligne.



- Version en ronde : préférer la formation en cercle (sans se tenir par la main) en veillant à une distanciation suffisante.
- Version en ligne : tous les pas peuvent être réinvestis et être dansés sur plusieurs lignes orientées dans le même sens ou en deux lignes se faisant face.
- Quelque soit la formation, l'intérêt de cette danse est le travail du déplacement latéral qui alterne pied croisé devant/derrrière.

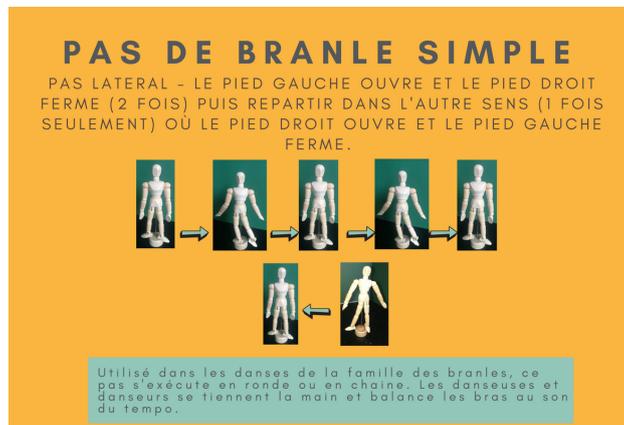


branle des lavandières

Le branle est la forme la plus caractéristique des danses du 16ème siècle, provenant du Moyen-âge. Le branle est un pas de base (ouverture pied gauche – fermeture pied droit) qui a donné son nom à beaucoup de danses de cette époque. Le branle des lavandières est un branle «morgué», c'est-à-dire qu'il comprend un élément de mime (frappé des mains pour imiter le bruit des battoirs pour le linge). Les mouvements individuels de cette danse sont particulièrement adaptés aux pratiques sans contact.



- *Tous les pas peuvent être exécutés en cercle (sans se tenir la main) ou en deux lignes se faisant face (en veillant à une distanciation suffisante).*



chilili

Cette danse est d'origine bolivienne. Elle a la particularité de se danser en ligne, avec des frappés de mains. La présence de claqués de doigts apporte une variante inhabituelle aux danses déjà apprises ainsi qu'un mouvement du corps de haut en bas en diagonale qui donne un bel effet d'ensemble, tout en préservant une forme de distanciation entre les danseurs.



- *Toute la danse peut être pratiquée à l'exception des croisements entre les lignes.*
- *Remplacer ce croisement par un retour du danseur dans sa file mais en inversant l'orientation de celle-ci (comme dans la version originale lorsqu'il y a un croisement). Ainsi, les files évoluent toujours dans des sens opposés.*
- *On veillera à la distanciation entre les élèves au sein de la file mais aussi entre les deux lignes se faisant face.*

calibourdaine

Danse traditionnelle de Guérande, région Pays de la Loire, également pratiquée en Bretagne. Elle date du dernier quart du XIXème siècle.



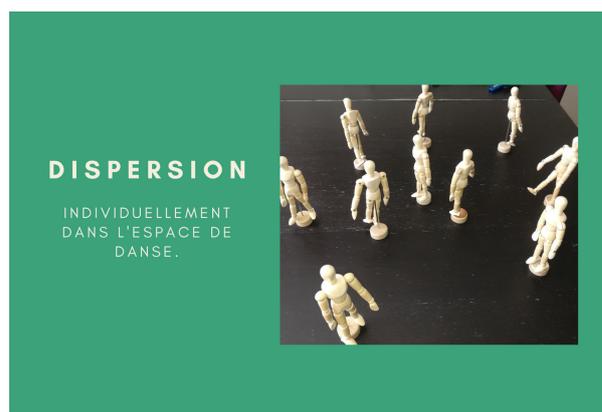
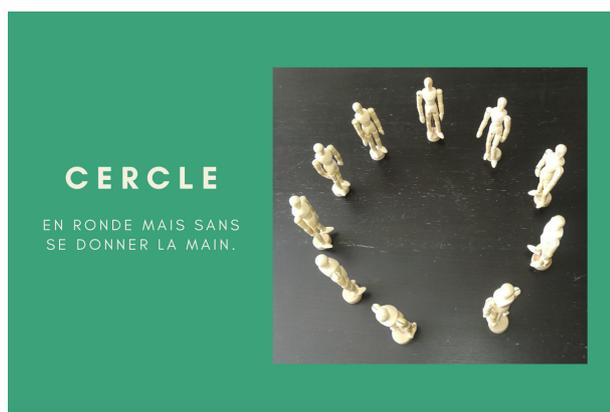
- *Se pratiquant en deux lignes se faisant face, cette danse permet, si l'on veille à ce que la distanciation soit suffisante entre les danseurs, une pratique sans contact.*
- *Il est possible de remplacer le passage du bâton par un geste ou un salut à son partenaire.*
- *Le frapper de la cheville s'effectue avec la main.*
- *On peut envisager que les danseurs proposent de nouveaux gestes, autre que le frapper de cheville, pour complexifier la danse.*

LES DANSES À ADAPTER

Outre les danses en ligne qui, par essence, permettent la distanciation et la pratique individuelle, il est possible d'apporter des **adaptations** aux danses qui présentent des formations supposant d'ordinaire des contacts et des rapprochements. Ainsi, les rondes évolueront vers des formes en **cercle** où l'on ne se donne pas la main, les farandoles vers des **files** ou des **lignes** et les danses en couple vers des **versions en dispersion**.

En cliquant sur les liens ci dessous, vous serez redirigés vers la fiche originale (hors contexte covid-19) des danses sélectionnées. Les commentaires du présent document vous permettront de mettre en oeuvre des adaptations de ces danses pour répondre aux contraintes sanitaires actuelles.

Les formations à privilégier



cercle circassien

Danse d'origine anglaise de la famille des «Mixers», c'est-à-dire des danses où l'on change de partenaire afin de permettre la rencontre des danseurs et qui se pratique en ronde.



- Remplacer la ronde par un cercle (une ronde sans se donner la main).
- Lorsque les danseurs avancent et reculent au centre du cercle, veiller à garder une distance raisonnable.
- Remplacer le tour swing par un tour "sans contact" mains derrière le dos, "en se suivant du regard".
- Maintenir la promenade côte à côte mais sans contact (sans se tenir par le bras ou la taille).
- Le changement de partenaire peut être maintenu mais il se fait sans contact sur le cercle.

mayim mayim

Danse traditionnelle et populaire d'Israël, datant du début du 20e siècle. Le mot «Mayim » signifie «eau» en hébreu.



- Remplacer la ronde par un cercle (une ronde sans se donner la main).
- Lorsque les danseurs avancent et reculent au centre du cercle, veiller à garder une plus grande distance que d'ordinaire.
- Les déplacements latéraux sur le cercle se font sans se tenir la main.
- Les claquement de mains sont toujours possibles.

san petrike dantza

Danse basque, qui se construit par l'accumulation progressive de différents mouvements.

J'adapte!

- *Changer la formation ronde pour une formation en cercle (sans se tenir la main), voire en deux lignes se faisant face (formation appelée "long way" - cf. document sur les formations en danse traditionnelle- Académie de Paris) en veillant à ce que les danseurs soient suffisamment espacés dans leur ligne mais aussi avec la ligne leur faisant face.*
- *Les pas sautillés dans un sens puis dans l'autre se font sans se tenir la main.*
- *Dans l'accumulation de mouvements, s'autoriser à supprimer "le menton au sol" et demander aux élèves d'inventer d'autres gestes.*

keren chave

Danse Rom-tsigane dont le nom voudrait dire «Fais-moi de la place pour danser».

J'adapte!

- *Cette danse présente l'avantage d'une forme sans contact dès l'origine (cercle - sans se tenir la main) : les danseurs progressent de manière individuelle en formant une file (les uns derrière les autres) en agitant les bras.*
- *On veillera simplement à ce que les distances soient plus grande que d'ordinaire, particulièrement au moment où les danseurs se tournent et progressent vers l'intérieur du cercle.*

cotton eye joe

Danse country américaine sur une musique folk traditionnelle remixée dans les année 90.

J'adapte!

- *Travailler les déplacements en dispersion afin que les mouvements et leur enchaînement soient bien maîtrisés avant de passer en cercle.*
- *Travailler ensuite les déplacements de manière individuelle en formation "cercle".*
- *Des couples de danseurs peuvent être constitués sur le cercle mais ne se donnent pas la main, ils progressent côte à côte, mains à la taille.*
- *Sur les moments "chantés", on peut demander aux élèves d'inventer leurs propres mouvements individuels avant de reprendre les déplacements.*

pate a cake polka

Danse américaine de la famille des «Mixers» c'est-à-dire avec changement de cavalier, très ludique et sautillante.

J'adapte!

- *Travailler le pas de polka piqué en dispersion pour s'appropriier le mouvement.*
- *Le pas peut ensuite être repris en cercle (sans se donner la main), de manière individuelle, les déplacements latéraux se feront dans le même sens.*
- *Cette danse ayant un rythme de plus en plus intense au fur et à mesure de sa progression, il est préférable d'éviter la formation en couple face à face, même sans contact.*
- *Il est possible de changer la formation de départ et de se positionner en "long way" - (cf. document sur les formations en danse traditionnelle- Académie de Paris). Les deux lignes progressent dans le même sens, les danseurs se faisant face (veiller à un espacement suffisant).*

polka de pompogne

Originaire de Pompogne, en Lot et Garonne, cette danse ludique propose des mouvement permettant de découvrir des cellules rythmiques que l'on pourra réinvestir dans d'autres danses.

J'adapte!

- *La danse peut être reprise dans son ensemble sauf la partie où l'on frappe dans les mains de son partenaire.*
- *Il est possible de remplacer ces gestes par trois claquements de mains supplémentaires.*
- *Ainsi on obtient : Frapper sur ses cuisses 1 fois(1), frapper dans ses mains 1 fois(1), frapper dans ses mains à nouveau 3 fois rapidement (3 et 4)*
- *La "menace" de l'index et le tour sur soi-même peuvent être maintenus.*
- *On veillera à ce que les couples de danseurs face à face soient assez distanciés.*

LES LIENS UTILES

[Protocole sanitaire - infographie site EPS 1er degré Académie de Paris - nov 2020](#)



[Danse traditionnelle Document complet site EPS 1er degré Académie de Paris - 2017](#)



[Cartes à danser formations, pas, figures site EPS Académie de Paris - mai 2020](#)



[Site de l'Usep 75 onglet danse traditionnelle](#)



EPS EN CONTEXTE COVID 19

Novembre 2020

DANSE TRADITIONNELLE à l'école Sans contact

Estelle Zuliani CPD EPS Paris

ce.cpdeps@ac-paris.fr

