

# « Les Rochers Glaçons »

**OBJECTIFS :** *Contacts / Appuis sur l'autre*  
**Poids Volume Tension Relâchement Conscientisation**

*Vers l'acceptation du contact (appui) avec le corps de l'autre*

## DISPOSITIF/ ORGANISATION

Par 2, un élève (PORTEUR) choisit une posture, une statue stable, solide au sol (comme un rocher), enraciné  
Le 2<sup>ème</sup> (PORTÉ) s'appuie sur cette forme, donne son poids (comme une enveloppe, une couverture...) en épousant la forme de l'autre.

Petit à petit, le porté va s'organiser (au niveau musculaire et du tonus) pour alléger son appui et permettre à l'élève dessous de sortir de sa posture (en fondant comme le glaçon, en partant...). Le porté doit maîtriser la forme et tenir sans tomber, sans modifier la forme.

Faire croire, imaginer que le rocher est toujours présent, fantôme, virtuel.

Pour la démonstration, demander à un élève de faire le rocher, et le prof propose une solution que les élèves ne peuvent reprendre (propriété privée), pour éviter que les élèves ne soient influencés que par le type de réponses démontrées.

## TACHE/ ATELIER de création de forme (sculpture)

Les élèves, à tour de rôle, testent plusieurs solutions, varient

1. Ils choisissent 1, 2 formes (A, B), les répètent avec la posture rocher
2. Puis ils refont leurs formes sans le rocher, **virtuellement**, le spectateur imagine, voit le rocher

### 2 Productions possibles :

- a) En parallèle, les duos sont dans un **espace proche**, le rocher prend place et la forme apparaît (en décalé dans le temps ou en même temps)
  - b) Dans un **espace plus éloigné** (soit tous les rochers sont dans le même espace, soit tous les danseurs sont mélangés)
3. On peut poursuivre en demandant aux élèves de créer les trajets qui sont induits par la forme installée, ou créer un **morphing** entre les 2 formes A et B, passer de A à B, ou de B à A de manière logique / direction, poids du corps...

### VARIABLES :

Variation **l'ENERGIE** : **trajet direct** : saccadé, en un seul jet, coup, en 1 temps (2 photos qui se suivent dans un diapo)  
**trajet indirect** : plus fluide, en 4 temps, 8 temps,... (fondu enchaîné dans un diaporama)

**TEMPS** : Varier les vitesses des trajets (vite, lent), la durée des trajets (sur 4 temps, 16 temps...)

**ESPACE** : Ecrire cette phrase « morphing » sur une ligne, étirer le trajet sur une droite, ou en cercle...

### VARIABLES de REMEDIATION N- N+ N++

Du contact furtif à un appui consenti N2

#### Régulations :

Le prof guide les élèves lors de l'atelier :

- Rochers plats, plus hauts, ventre vers le plafond, vers le sol...
- Appuis variés (dos, ventre, poitrine, côté...) mais un max d'appuis au sol (solide)
- Il sollicite un nombre minimal d'essais (5, 6 par élève)
- A partir d'un rocher, varier les formes (zones d'appui)

**Variables** : Limiter à 1 seule forme

EC de la retrouver à n'importe quel moment, dans un déplacement style « tout seul dans la foule »

D'un engagement minimal à un engagement total des corps N3

#### Régulations :

Variation aussi bien les rochers que les formes (1 rocher induit 1 seule forme)

Privilégier le **trajet indirect** :

*Comment aller de A à B, quelle est la partie du corps qui débute le trajet, dans quel sens, quelle direction ?*

Compter les temps pour le trajet de morphing (8 temps, 16 temps, 4 temps) pour aider les élèves à combler le temps

**Variables** : Utiliser les énergies SACCADE (à chaque compte) ou fluide (sans à coup)

Du tenu au relâché et du relâché au tenu N4

#### Régulations :

Les propositions du prof lors de la démonstration sont plus provocantes pour inciter les élèves à rechercher des appuis sur tout le corps de l'autre et avec n'importe quelle partie de son corps

**Variables** :

Les élèves qui deviennent porteurs se déplacent dans l'espace avant d'installer une nouvelle posture de rocher

Les élèves peuvent enchaîner plusieurs morphings (de A à B, puis retour B à A, ajouter 1 autre forme C...)

Acquisitions visées	Consignes	Contenus d'enseignement	Critères de réalisation
<p><b>CONNAISSANCES</b></p> <p>« Moins j'ai de surface en appui et plus j'éloigne le CDG de la surface de sustentation, plus l'effet de suspension est magique »</p>		<p>Etre très attentif à ses sensations internes (tensions musculaires, CDG, alignements, compensation de poids...)</p>	<p>N1 Varier les appuis et les zones d'appui</p>
<p><b>CAPACITES</b></p> <p>Danser dans une qualité de fluidité entre « tenir » et « lâcher », sans perte d'équilibre</p> <p>Gainer, tonifier et rechercher les contractions musculaires qui permettent de garder une posture sans appui</p>		<p>Enchaîner les actions sans rupture de concentration</p> <p>Tenir la posture sans bouger (sans hésitation) mais en respirant...</p> <p>Surprendre par l'originalité du volume créé (forme sculptée, « suspendue » au dessus du sol</p> <p>Créer un contraste de dynamismes et de tonicités (solide et fluide/ très lent et très rapide...)</p>	<p>N2 Créer la sensation de volume, suspension, déséquilibre...</p>
<p><b>ATTITUDE :</b></p> <p>Etre dans une écoute de son partenaire pour une continuité dans les 2 rôles porteur et porté</p> <p>S'éprouver dans un contact avec l'autre pour créer une forme plastique</p> <p>Assumer l'émotion de la rencontre afin de créer du mvmt et des formes corporelles (déformer et reformer)</p>		<p>Trouver les bons appuis très ancrés au sol Faire durer le contact (10 sec)</p> <p>Engager le plus de corps en contact Supprimer les mains et les pieds pour engager un contact avec l'autre</p>	<p>N3 Vers plus de dynamisme et de fluidité : dynamiser les passages sur l'autre jusqu'à arriver à des porters dynamiques</p>

Les rochers glaçons

### TRUCS et ASTUCES

#### Fonds sonores :

Taper sur qqch pour les temps (morphing...)  
Utiliser un bruit de l'ordi amplifié par la sono (ex : clic de l'appareil photo, retour arrière...)

#### Styles de production :

A plusieurs dans une diagonale en succession (fresque immobile)

Une **visite au musée** :

1. un groupe de danseur installe les postures dans la pièce, sur la scène (possibilité de créer une mise en scène, imaginer le style de musée...

Les postures peuvent être immobiles dans un 1<sup>er</sup> temps, puis pour surprendre le spectateur, les statues peuvent changer de postures (morphing direct ou indirect)....

2. l'autre groupe (les spectateurs) entre dans le musée et se ballade entre les statues, puis se positionne dans un des angles et donne ses impressions sur ce musée (A quoi ça fait penser ? Ou sont-ils ? Quelle ambiance ?)