# Danse classique - 1er cycle

## Parcours et acquis

### 1ère année - 8/9 ans

#### Travail à la Barre

Commencer le travail face à la barre avant d'aborder le profil: en 1ère et 2nde positions parallèles :
½ plié dans les 2 positions
grand plié en 2nde position
½ pointes - relevé en 1ère et en parallèle
Dégagé 4e devant et 2nde
Battement jeté 4e devant et 2nde
Approche du fondu
Rond de jambe à terre par ¼ et ½ en dehors
Coupé à la cheville
Retiré au genou
Petit saut face à la barre en 1ère et parallèle
Échappé en parallèle
Placement des bras dans les 5 positions
Souplesse des mains

#### Travail au Milieu

##### Amplitude dans le travail des bras

Placement des bras et ports de bras

##### Amplitude dans le travail des jambes

Assouplissement au sol

##### Pas de liaison

Petit dégagé
Temps lié à la 2nde
Pas de bourrée en 1ère

##### Rotations - Tours

Pris de la 1ère et de la 3e position en dehors :
Tours par quart et par demi

##### Sauts

Pas chassé, temps levé, saut de chat en parallèle

##### Relation à la musique

Reconnaître le début et la fin d'une phrase musicale
Travail en pulsation régulière
Différencier le binaire du ternaire

##### Appréhension du corps dans l'espace

Initiation au déplacement dans les différentes directions

##### Atelier

Improvisation dirigée individuelle et en groupe en développant la diversité des dynamiques et la pulsation intérieure

### 2e année - 9/10 ans

#### Travail à la Barre

Profil à la barre en 1ère, 2nde et 3e positions :
½ plié et grand plié
Placement des bras dans les 5 positions
**En 3e position :**
Dégagé en arabesque
Battement jeté en arabesque
Coupé - développé dos à la barre
Retiré au genou + équilibre sur ½ pointes
Relevé ½ pointes sur deux pieds en 1ère, 2nde, 3e, 6e
Fondu au sol (arabesque en fin d'année)
Rond de jambe à terre en entier
Grand battement (dos à la barre ou au sol)

#### Travail au Milieu

##### Amplitude dans le travail des bras

Orientation du buste et des bras

##### Amplitude dans le travail des jambes

Préparation de l'adage : levé de jambe à 45°

##### Pas de liaison

**En 3e position :**
Petit dégagé en croix
Pas tombé, pas de basque face, pas de bourrée coupé et dégagé dessous et dessus, glissade décomposée

##### Rotations - Tours

Promenade par quart de tour, approfondissement des quarts et demi tours pris de la 1ère, 3e position en dehors

##### Sauts

Petit saut parallèle et en 1ère en dehors
Échappé, soubresaut, assemblé, temps levé à la barre et au milieu
Sissonne à la 2nde

##### Relation à la musique

Reconnaître une valse, une mazurka, une polka
Coordonner les pas sur les différentes musiques
Repérer une phrase musicale

## 3e année - 10/11 ans

## 4e année - 11/12 ans

### Travail à la Barre

**Profil à la barre :**
½ et grand plié dans toutes les positions
**En croix :**
Dégagé, jeté, fondu
Rond de jambe à terre entier
Frappé à la 2nde
Petit battement décomposé en 2nde
Amorce de l'adage
Rond de jambe en l'air à 45 °en dehors et en dedans
Grand battement en croix
Relevé sur deux pieds dans toutes les positions
Retiré au genou et au jarret, à pied plat et sur ½ pointe
Jambe à la barre en 2nde

Approfondissement des acquisitions précédentes
+
Rond de jambe suivi au sol
Frappé en croix simple
Petit battement en croix simple sur le "cou-de-pied"
Rond de jambe en l'air en dedans et en dehors
Jambe à la barre en 4e position
Grand battement cloche
Pied dans la main
Attitude devant et à la 2nde
Retiré au genou et au jarret + relevé sur un pied
Piqué en arabesque face à la barre

### Travail au Milieu

#### Amplitude dans le travail des bras

Orientation du buste et des bras dans les positions croisées et ouvertes

Coordination et opposition des bras par rapport aux jambes

#### Amplitude dans le travail des jambes

Adage à 45° en 4e et à la 2nde, 1ère et 3e arabesque

Adage dans toutes les positions
Connaissance des 4 arabesques

#### Pas de liaison

Temps lié en croix
Pas de bourrée coupé et dégagé dessous et dessus
Pas de basque sur 4 temps
Glissade dans le tempo et la forme sans changer de pied puis en changeant de pied
Emboité sur ½ pointes
Pas de valse décomposé

Glissade en croix
Pas de basque sur un temps
Tous les pas de bourrée
Pas de mazurka
Mené et piétiné sur ½ pointes

#### Rotations - Tours

Promenade en retiré par quart et demi-tours pris de la 4e et de la 5e position
Préparation aux tours en dedans
Déboulé décomposé
Soutenu par demi-tour
Détourné par demi-tour

1 tour en dehors pris de la 4e et de la 5e position
1 tour en dedans
Déboulé
Piqué simple et en tournant en diagonale
Soutenu en entier

#### Sauts

Changement de pieds, sissonne dans toutes les directions, assemblé à la 2nde
**Sauts :**
1 pied sur 2, 2 pieds sur 1,
1 pied sur le même pied, 2 pieds sur 2
1 pied sur l'autre pied

Échappé, coupé, sissonne en 4e, à la 2nde et en arabesque
Brisé simple, petit jeté, temps de flèche
Grand jeté en diagonale

#### Relation à la musique

Capacité à traduire les contrastes musicaux
Lier les gestes aux phrasés mélodiques

#### Appréhension du corps dans l'espace

Déplacement en diagonale

Déplacement dans toutes les directions

#### Atelier

Composition à partir d'un thème
Développement du travail de l'improvisation

Explorer la diversité des mouvements
Apprentissage de la qualité artistique

# Danse classique - 2e cycle

## Parcours et acquis

| 1ère année - 12/13 ans | 2e année - 13/14 ans |
|---|---|

### Travail à la Barre

| | |
|---|---|
| Développement des acquisitions du 1er cycle<br>+<br>Rond de jambe en l'air à 90°<br>Grand rond de jambe à 45°<br>Arabesque à 90°<br>Frappé en croix double décomposé<br>Petit battement suivi<br>Grand battement en croix développé et enveloppé<br>Attitude derrière<br>**Uniquement à la barre :**<br>Amorce du travail de pointes<br>Travail du "cou-de-pied" en parallèle, 1ère et 2nde position sur 2 pieds<br>Mené<br>Ramassé | Poursuite des acquisitions<br>+<br>Frappé double et sur relevé<br>Petit battement sur ½ pointes<br>Adage à la barre<br>Promenade sur pied plat<br>Développé à 90°<br>Fouetté sur ½ pointes<br>**Travail sur les pointes :**<br>Relevé sur 2 pieds et sur 1 pied<br>Piqué<br>Retiré<br>Échappé |

### Travail au Milieu

#### Amplitude dans le travail des bras

| | |
|---|---|
| Développement des ports de bras, coordination, dissociation | Développement du travail des bras, coordination, dissociation par rapport aux jambes |

#### Amplitude dans le travail des jambes

| | |
|---|---|
| Adage levé de jambe à 90° | Adage promenade en 2nde et 4e position |

#### Pas de liaison

| | |
|---|---|
| Enchaînement des pas | Pas de bourrée en tournant<br>Travail de pointes au milieu (mêmes exercices qu'à la barre) |

#### Rotations - Tours

| | |
|---|---|
| 1 tour en dehors, 1 tour en dedans<br>Piqué en tournant par demi-tour<br>Soutenu en diagonale<br>Préparation au déboulé | Préparation aux **pirouettes** :<br>en arabesque,<br>en attitude<br>et à la 2nde |

#### Sauts

| | |
|---|---|
| Entrechats 3 et 4 à la barre<br>Échappé simple<br>Préparation au grand jeté | Jeté, ballonné, balloté, brisé simple<br>Entrechats 3 et 4 au milieu, grand jeté, enchainement de grands sauts en diagonale |

#### Relation à la musique

| | |
|---|---|
| Affiner l'écoute, mémoriser des phrases rythmiques et les traduire corporellement | Introduire le silence comme procédé rythmique<br>Relations entre la pulsation et la vitesse du mouvement |

#### Appréhension du corps dans l'espace

| | |
|---|---|
| Saut en diagonale<br>Piqué<br>Soutenu en diagonale | Développement des sauts, piqués, soutenus en diagonale |

#### Atelier

Intégration du vocabulaire précis et plus complexe dans l'improvisation
Développer le mouvement sur un phrasé musical et le rendre perceptible

| 3e année - 14/15 ans | 4e année - 15/16 ans |
|---|---|
| **Travail à la Barre** | |
| Poursuite et approfondissement des acquisitions<br>Travail à la barre plus élaboré<br>Enchaînement de pas de pointes à la barre | Développement de la qualité des mouvements |
| **Travail au Milieu** | |
| **Amplitude dans le travail des bras** | |
| Approfondissement des acquisitions et développement de la qualité artistique | Poursuite et perfectionnement des acquisitions et de la qualité artistique |
| **Amplitude dans le travail des jambes** | |
| Adage dans toutes les positions<br>Fouetté arabesque<br>Temps de cuisse | Levé de jambe grande hauteur<br>Grand rond de jambe en l'air |
| **Pas de liaison** | |
| Approfondissement des acquisitions<br>+<br>Travail de pointes : retiré, pas de bourrée, échappé | Tous les pas de liaison dans toutes les directions<br>Travail de pointes : piqué en tournant, relevé dans toutes les positions, soutenu en diagonale |
| **Rotations - Tours** | |
| 1 tour en dehors et 1 tour en dedans sur les pointes<br>Diagonale de piqués en tournant sur les pointes<br>Déboulé, grande pirouette en arabesque, en attitude, en 2nde, en dehors et en dedans sur ½ pointes | 2 tours en dehors et en dedans sur ½ pointes et sur pointes<br>Tours suivis<br>Tours en arabesque, en attitude et à la 2nde |
| **Sauts** | |
| Tour en l'air, temps de flèche, brisé battu, cabriole simple | Assemblé battu, saut de basque, grand jeté en tournant, grande sissonne, grand assemblé |
| **Relation à la musique** | |
| Développer la polyrythmie dans les différentes vitesses des mouvements des différentes parties du corps | Reproduire les structures rythmiques complexes et y associer les mouvements appropriés |
| **Appréhension du corps dans l'espace** | |
| Préparation au manège pour les grands sauts<br>Enchaînements en dedans/en dehors, droite/gauche, en descendant et en remontant | Manège de sauts, manège de tours, diagonale de sauts et de tours |
| **Atelier** | |
| Sensibiliser l'élève à la composition chorégraphique en se servant du vocabulaire et des règles de la danse<br>Maîtriser le vocabulaire spécifique utilisé<br>Savoir transmettre une séquence chorégraphique<br>Être capable d'analyser et de commenter une chorégraphie | |