

COURS AVEC VERONIQUE VEROT-ROBLES

Eveil (4 - 5 ans)

Permet une première approche ludique de la danse à travers des jeux dansés stimulant l'imaginaire des enfants. C'est aussi la découverte de notions comme l'espace, les directions, le rythme à travers l'usage d'accessoires comme le ballon ou le cerceau. Les premiers pas de danse sont appris à travers des histoires mêlant animaux (grenouille, papillon, hérisson, girafe) et personnages (reine des neiges, ogre, sorcière, prince ou princesse) qui sont les premières chorégraphies que l'enfant pourra danser à ses parents. L'imagination sans tabou des enfants leur permet aussi de se représenter en objet : maison, arbre,et les aide dans la connaissance de leur corps. Tout le cours est en musique sauf quelques exercices nécessitant un silence complet afin de favoriser l'écoute.

Initiation (6 -7 ans)

C'est l'apprentissage des bases qui serviront à l'enfant quelque soit la discipline vers laquelle il s'orientera. Plusieurs pas techniques seront appris durant ce niveau, pas qui seront ensuite approfondis dans les niveaux supérieurs pour arriver à une parfaite maîtrise de la gestuelle. C'est le début de l'apprentissage de l'échauffement, des isolations (travailler indépendamment les différentes parties du corps) ce qui permet une meilleure connaissance de son corps et aide à sa maîtrise. Afin de garder un côté ludique, un travail d'improvisation trouvera sa place dans le cours. La chorégraphie travaillée en fin de cours sera aussi plus technique en référence aux différents pas appris. Les musiques sont essentiellement modernes et rythmées sauf pour le travail de souplesse au sol où une musique plus douce est requise.

Modern'Jazz (technique et initiation)

Modern' jazz : c'est une discipline qui s'appuie sur les bases de la danse classique et requiert une bonne tenue de son corps. La première partie du cours consiste en un échauffement du corps, d'abord debout ce qui permet de travailler également l'équilibre, puis au sol afin de toujours améliorer sa souplesse. Les déplacements mêlant sauts et pas de danse dans différentes directions permettent de bien maîtriser la coordination indispensable pour acquérir la vitesse d'exécution. La chorégraphie de fin de cours est également plus complexe au fur et à mesure de l'apprentissage de nouveaux pas et les élèves, ayant désormais un certain bagage, apprennent également à chorégraphier par petits groupes ce qui permet une meilleure connaissance de soi et des autres, ceci toujours sur des musiques rythmées.

Danse & Rythme

association loi 1901 – agrément Jeunesse Education Populaire n°333182003015

Affiliation à la Fédération Française de Danse

156 avenue Jean Jaurès 33600 PESSAC – Tél. 05 56 51 82 01

Email : danseetryhme@gmail.com – Site : <http://danseetryhme.portailasso.pessac.fr>  @danseetryhme