**COURS DE HIP HOP**

Dans les programmes d’Education Physique et Sportive (EPS) de la voie professionnelle, le champ d’apprentissage 3 revient à « ***réaliser une prestation corporelle destinée à être vue et appréciée par autrui***».

Dans ce champ d’apprentissage, l’élève réalise une prestation qui vise à produire intentionnellement des effets esthétiques ou émotionnels pour un spectateur ou un juge.

Exemples d’Activités Physiques, Sportives et Artistiques (APSA) mobilisables pour ce champ d’apprentissage : arts du cirque, danse(s), double dutch, gymnastique sportive, gymnastique aérobic,…

Les modalités de pratique possibles : l’élève peut s’engager dans une pratique individuelle, collective, de confrontation symbolique, de démonstrations techniques. L’intention principale est d’exposer sa prestation au regard d’autrui pour être apprécié et/ou jugé.

Le Hip-Hop entre pleinement dans ce cadre et peut se justifier comme support d’enseignement de ce champ d’apprentissage.

Dans une démarche de formation à la création artistique, nous voulons privilégier des situations de découverte et de recherche propres à développer l’imaginaire des élèves, à partir de thèmes de travail précis, plutôt que des situations d’apprentissage techniques d’éléments spécifiques et isolés.

**Quel type de danse ?**

La famille des danses de rue, aujourd’hui désignées comme faisant partie des cultures urbaines, provient des pratiques héritées d’un mouvement culturel et artistique né aux Etats-Unis dans les années 1970.

Cette culture s’est fortement développée en France à partir de 1984, des émissions de télévision lui étant consacrées. Et ces danses, associées à des styles musicaux entendus sur les chaînes de radios (rap, funk, jazz, blues ou dub), ont émergées dans le paysage artistique français.

La danse hip-hop regroupe différentes pratiques comme le smurf, le break-dance, le boogaloo, hype, lock/locking, présentant des formes gestuelles bien précises, plus ou moins souples et acrobatiques, enchaînées au sol ou debout. La relation à la musique et au rythme est première.

**Choix chorégraphique**

Parmi les différentes pratiques qui composent la danse hip-hop, nous pouvons distinguer, pour simplifier, un type de « danse debout » et un type de « danse au sol ».

Pour débuter, il nous semble important de ne pas se limiter à une seule forme de pratique afin de proposer une variété d’éléments qui pourront enrichir votre vocabulaire artistique et vos compétences en danse.

Notre choix s’est porté sur la break-dance.

Nous vous proposons donc deux chorégraphies complémentaires. Une, exclusivement debout, et une autre, opérant une liaison dans le style debout/sol/debout.

A vous de travailler ces deux chorégraphies et de les reproduire sur une musique de votre choix, en recherchant un rythme et une gestuelle la plus « stylée » possible.

**Les liens vidéo avec les chorégraphies à apprendre :**

1-Lien pour une chorégraphie de Hip-Hop debout :

<https://www.youtube.com/watch?v=fTmD60W2IBs&list=PLcvBx66p0nluf27EyMjclSLZTJqqQnCdP>

2-Lien pour une chorégraphie de Break-dance avec passage au sol :

<https://www.youtube.com/watch?v=VftyysGbxYw>

Ces vidéos, d’une durée d’environ 15 à 20 minutes, rendent bien compte du type de « produit fini » attendu à l’issue d’une séquence d’apprentissage. ***Deux routines***, donc :

**Séquence vidéo 1 :**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** |
| **A** | Step avt dt poing dt + face + 2 ondulations | | | | Bolt change + marche g + genou dt + ¼ tour face | | | |
| **B** | Genou droit + gauche + 2 à droite | | | | Genou gauche + droit + 2 à gauche | | | |
| **C** | Bolt change + saut arrière pieds joints + ondulation + genou gauche | | | | Pivot pied dt + genou droit + gauche + droit | | | |
| **D** | Genoux gauche + droit + gauche lent | | | | Box arrière en pas croisés | | | |

**Séquence vidéo 2 :**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** |
| **A** | Top rock à droite et à gauche | | | | Top rock à droite et à gauche | | | |
| **B** | Pied droit devant et derrière 2X | | | | ½ tour et 2 sauts à droite | | | |
| **C** | Descente au sol à droite et ½ tour | | | | Top rock au sol à droite et à gauche | | | |
| **D** | Cercle Thomas sur les épaules et freeze | | | | Remontée debout et pause bras croisés | | | |

Pour valider ce travail individuel, nous proposons la ***grille d’évaluation*** suivante :

**Nom et prénom du danseur : Classe :**

**Spectateurs : - - -**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | | **Niveau 1** | **Niveau 2** | **Niveau 3** | | **Note** |
| **Interprétation**  **(individuelle)** | **Attitude et présence scénique** | Pas d’engagement ou engagement excessif : rires, paroles, gestes parasites | Engagement faible : regard au sol | Danseur impliqué qui exprime peu d’émotion | Danseur impliqué, expressif, qui procure du plaisir aux spectateurs (énergie et originalité) | /4 |
| **Spectateur** | Indifférent ou très critique, se moque des autres | Observe, donne quelques éléments de critique | Critique constructive | | /3 |