

Type de planification : annuelle 2018-2019

Groupe concerné : AFJD: Groupe D et GY - Dance JAZZ - Kewin Ducrot

THEMES	GROUPE D		GROUPE GY	
	1er semestre	fin de l'année	1er semestre	fin de l'année
<b>Perception du corps</b>	- sont capable de respecter les bons alignements du corps durant les exercices physique, technique et diagonale.	- sont capable de respecter les bons alignements du corps durant les chorégraphies à bas tempo comme à tempo soutenu.	- sont capable de respecter les bons alignements des articulations durant les chorégraphies à bas tempo comme à tempo soutenu.	- sont capable de respecter les bons alignements des articulations durant les chorégraphies, improvisations ainsi que pour mouvements explosifs (grands sauts...)
	- sont capable d'exécuter plusieurs diagonales de niveau moyen « en miroir » gauche - droite.		- sont capable d'exécuter plusieurs diagonales de niveau complexe « en miroir » gauche - droite.	
		- sont capable d'exécuter une même suite de mouvements de difficulté moyenne dans différentes orientations dans la salle.		- sont capable d'exécuter une même suite de mouvements complexes (entière chorégraphie) dans différentes orientations dans la salle.
		- sont capables de respecter les caractéristiques principales d'une tenue du corps optimale dans le mouvement.	- sont capables de respecter les caractéristiques principales d'une tenue du corps optimale dans le mouvement.	- sont capables d'exécuter des suites de mouvements avec une tenue du corps optimale.
		- connaissent et savent appliquer les caractéristique de la tenue corporelle en jazz	- connaissent et savent appliquer les caractéristique de la tenue corporelle en jazz	
<b>Facteurs de condition physique</b>	- connaissent et appliquent les techniques de base de l'étirement et du renforcement.	- étirent et renforcent les muscles (principalement sollicités par la technique pratiquée) en respectant un placement optimal du corps.	- étirent et renforcent les muscles (principalement sollicités par la technique pratiquée) en respectant un placement optimal du corps.	- étirent et renforcent leur corps de manière spécifique et autonome en fonction de leurs besoins (avant et après l'entraînement).
	- entraînent la vitesse et l'endurance par rapport aux exigences de la technique pratiquée.	- ont une vitesse et une endurance qui leur permettent d'effectuer les variations de formes élémentaires de mouvements, ainsi que les chorégraphies exigées.	- ont une vitesse et une endurance qui leur permettent d'effectuer les variations de formes élémentaires de mouvements, ainsi que les chorégraphies exigées.	- ont une vitesse et une endurance qui leur permettent d'effectuer les variations complexes de formes élémentaires de mouvements, ainsi que les chorégraphies exigées.
	- sont capable de citer 3 des 5 composants d'un échauffement de Jazz.	- sont capable de citer les 5 composants d'un échauffement de Jazz.	- sont capable d'effectuer un échauffement Jazz de manière autonome.	- sont capable d'effectuer et d'expliquer les différentes phases d'un échauffement Jazz.
<b>Régulation de la psyché</b>	- sont capables de varier le tonus musculaire (contraction et détente) en fonction de l'exercice.	- sont capables de varier le tonus musculaire (contraction et détente) dans une suite de mouvements (diagonales, exercices, warm up)	- sont capables de varier le tonus musculaire (contraction et détente) dans une suite de mouvements.	- sont capables d'exécuter des mouvements en utilisant simultanément différents tonus musculaires dans différentes parties du corps.
		- sont capables d'utiliser la respiration de manière ciblée dans l'exécution d'un exercice.		- sont capables d'utiliser la respiration de manière optimale dans l'exécution de leurs mouvements.
		- reconnaissent et jouent différentes émotions.	- reconnaissent et jouent différentes émotions.	- sont capables de différencier leurs émotions.
	- sont capables de mémoriser plusieurs chorégraphies adaptées à leur niveau.		- sont capables de mémoriser plusieurs chorégraphies adaptées à leur niveau.	- sont capables de présenter des chorégraphies de niveau élevé.

Type de planification : annuelle 2018-2019

Groupe concerné : AFJD: Groupe D et GY - Dance JAZZ - Kewin Ducrot

		- sont capables d'utiliser la visualisation comme outils d'entraînement.	- sont capables d'utiliser la visualisation comme outils d'entraînement.	
<b>Formation du mouvement de la technique Jazz</b>	- sont capables d'effectuer des doubles pirouettes de base.	- sont capables d'effectuer de manière optimal des doubles pirouettes de base (en dedans, en dehors, pencil turn, piqué turn, arabesque...)	- sont capables d'effectuer de manière optimal des triples pirouettes (en dedans, en dehors, pencil turn, piqué turn, arabesque...)	- sont capables d'effectuer de manière optimal des pirouettes avec des variation de force, d'équilibre et de vitesse.
	- sont capables d'effectuer de manière optimal des sauts basiques	- sont capables d'effectuer de manière optimal des sauts et grands sauts basiques (grand jeté, entrelacé, calypso, poney hop...)	- sont capables d'effectuer de manière optimal des sauts et grands sauts basiques (grand jeté, entrelacé, calypso, poney hop...)	- sont capables d'effectuer de manière optimal des sauts et grands sauts complexe (axel jump, switch leap, switch à la second ou en tournant...)
	- sont capables d'effectuer différents steps et position de base du Jazz en connaissant la nomenclature: twist, falls, kick ball change	- sont capables d'effectuer de manière optimal différents steps et position de base du Jazz en connaissant la nomenclature: twist, falls, kick ball change	- sont capables d'effectuer de manière optimal différents steps et position de base du Jazz en connaissant la nomenclature: twist, falls, kick ball change	
		- sont capables d'effectuer des enchainements en duo et/ou trio.	- sont capables d'effectuer des enchainements et portés en duo et/ou trio.	- sont capables d'effectuer une improvisation en petit groupe, trio ou duo.
	- sont capables d'effectuer des mouvements de base au sol.		- sont capables d'effectuer des mouvements de complexe au sol.	- sont capable d'effectuer des mouvements complexe: acrobatique, gymnastique au sol.
		- sont capables de citer différents styles de Jazz (au moins 3) et d'énoncer les différences	- sont capables de citer différents styles de Jazz (au moins 5) et d'énoncer les différences	- sont capable d'exécuter de manière optimal différents styles de Jazz.
<b>Composition du mouvement</b>		- sont capables de varier des suites de mouvements dans les composantes temps, espace et force.	- sont capables d'utiliser les composantes temps, espace et force avec beaucoup de finesse dans le mouvement.	- sont capable d'utiliser les composantes temps, espace et force afin de construire une nouvelle chorégraphie sur la base d'une autre en variant ces différents composantes.
<b>Qualités de coordination</b>	- vivent l'équilibre et le déséquilibre.	- sont capables d'utiliser l'équilibre et le déséquilibre dans le mouvement.	- sont capables d'utiliser l'équilibre et le déséquilibre dans le mouvement.	
		- sont capable d'effectuer des mouvements de coordination de niveau moyen.	- sont capable d'effectuer des mouvements de coordination de niveau moyen.	- sont capable d'effectuer des mouvements de coordination de niveau complexe.
	- sont capables d'interpréter, par le mouvement, différents rythmes.	- sont capables d'interpréter, par le mouvement, différents rythmes et peuvent créer leurs propres rythmes.	- sont capable d'interpréter une suite de mouvements contenant plusieurs rythmes différents (imposés et créés).	
<b>Expression et créativité</b>	- sont capable de s'exprimer par le mouvement de manière un peu plus structurée à partir d'histoires, de personnages, d'émotions ou de musiques.	- improvisent à partir d'une consigne simple.	- improvisent à partir d'une consigne permettant plus de liberté.	- sont capables d'improviser quelque que soit la consigne.
	- créent une suite de mouvements adaptée à leur niveau à partir d'une consigne.	- créent une suite de mouvements à partir d'une consigne en tenant compte du vocabulaire qu'ils connaissent, ainsi que des paramètres : espace, temps et force.	- sont capables de contrôler leur expression corporelle dans le mouvement.	- sont capables de créer leurs propres chorégraphies.
<b>Musique</b>	- respectent les mesures, les tempi et les cadences.	- sont capables d'interpréter des paramètres d'un morceau	- sont capables d'interpréter des paramètres d'un morceau et sont capables d'analyser un morceau simple de musique.	- sont capables d'interpréter avec beaucoup de subtilité un morceau musical.

**Type de planification : annuelle 2018-2019**

**Groupe concerné : AFJD: Groupe D et GY - Dance JAZZ - Kewin Ducrot**

<b>Règles et rituels</b>	- sont capables de collaborer avec tous les jeunes de la classe.	- sont capables de collaborer par petit groupe.	- sont capables de collaborer par petit groupe avec la participation active de tous les membres.	- sont capables de collaborer avec un ou plusieurs camarades à long terme sur un projet.
	- respectent les autres et les règles.		- respectent les règles de fair-play et de savoir-être et formulent des commitments lorsque c'est nécessaire.	
<b>Contact dans le groupe</b>	- sont capable de s'entre aider pour l'intégration de suites de mouvements.		- sont capable de s'entre aider pour l'intégration de suites de mouvements.	- sont capables d'observer la prestation d'un tiers pour l'évaluer et lui donner un feed-back complet afin qu'il puisse s'améliorer.
		- collaborent partiellement dans l'élaboration d'un projet de groupe.		- élaborent un projet de groupe ou duo et le mettent en place.