



FORMATION rencontre Break s'cool



24 stagiaires

PUBLIC : USEPiens



3h



Thème

BREAK S'COOL

Une ressource – Une rencontre



Objectifs

- Pratiquer pour découvrir des ateliers de la rencontre Break's cool
- S'approprier les différents ateliers de la rencontre et les outils USEP (mallette, Genially)



Techniques d'animations

- Découverte de 3 ateliers de la rencontre
- Transmission d'infos et interactions

Matériel

- 4 jeux de cartes à danser (figures + coups de cœur)
- Pages pour créer ma phrase dansée + outil support « phrase dansée » vierge pour l'aide à la création (feuilles A4 mises bout à bout format paysage)
- Nerboard supports musicaux + enceinte
- Genially + Power Point de présentation (*mettre un lien*)



Séquençage

Temps 1: Brise glace (5')

Objectifs:

- Faire connaissance
- S'imprégner d'un tempo

En cercle, se balancer de droite à gauche en suivant le rythme du support musical (rythme lent), dire son prénom chacun son tour en respectant le rythme de la musique.

Temps 2: Entrée en danse (15 minutes) musique deezer "loin instr"

a-Echauffement

Objectifs:

- Entrer progressivement en danse
- S'imprégner d'un tempo



Timing



Consigne : l'échauffement se fait sur 4 temps

Expliquer sans mettre la musique puis enchaîner rapidement en mettant la musique.

- 1. S'échauffer les chevilles 4 temps (2 à G 2 à D) puis se déplacer
- 1+2. Plier les genoux sur 4 temps puis se déplacer sur 8 temps
- 1+2+3. Faire des fentes avant droite/gauche sur 4 temps puis se déplacer
- 1+2+3+4 Se mettre accroupi talons levés, léger appui main droite (photo), puis main gauche sur 4 temps
- 1+2+3+4+5 Mobiliser les épaules en rotation (2 à G 2 à D) puis se déplacer
- Terminer par l'extension des bras vers le haut en 8 temps, regard au loin, se gagner.

b-Trouver sa pose stylée

Objectifs :

- Acquérir une attitude de breaker, expérimenter des poses stylées
- Explorer les différents espaces (haut, milieu, bas)

Consigne : dansez en suivant le rythme de la musique tout en étant vigilant à l'occupation de l'espace. Au clic de l'appareil photo, prenez une pose stylée.

Évolution(s)

Option 1 :

1. **Pose stylée libre**
2. Poses stylées sur appuis annoncés 1. 2. 3 ou 4
3. A chaque arrêt, changement de pose donc changement du nombre d'appuis

Option 2 :

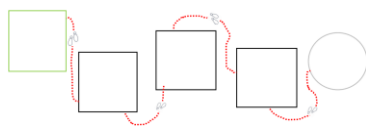
1. En haut
2. En bas
3. Au milieu

Temps 3 : Découverte des cartes « figure » dans les 4 familles (30 minutes)

Objectifs :

- Connaître les éléments constitutifs du BREAKING
- Apprendre une chorégraphie

1. Montrer une chorégraphie préparée en amont avec les 4 éléments du breaking sur une musique où les temps sont bien marqués (par ex : ...)





2. Présentation du jeu de cartes, présenter chaque famille en recherchant dans le temps précédent un exemple :

- TOP ROCK : Pas debout / Pas de préparation / Enchaînement
- FOOTWORK : travail au sol avec 3 appuis. Mains au sol avec jambes qui tournent autour de la main
- POWER MOVES : Figures acrobatiques
- FREEZE : Figures gelées / Statues dynamiques
- POSES STYLEES : Attitudes

3. Apprentissage de la chorégraphie sans musique

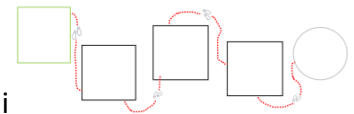
4. Reprise de la chorégraphie en musique « *Hip hop beat 20634* » ou « *hip hop energy...* »

Temps 4 : découverte de 3 ateliers de la rencontre (3 ateliers de 20 min chacun = 1h15 avec les rotations)

Répartition des 24 stagiaires en 3 ateliers.

Objectif : s'approprier les ateliers

Atelier 1 : créer sa phrase dansée pour le show.



Matériel : donner le support vierge de la phrase dansée agrandi

+ cartes du breaker+ cartes « blanches » pour ajouter des pas de transition ou des figures.

Consigne : construire une phrase dansée commune au crew à partir des cartes du breaker.

Musique :

1. Recherche en crew (20 min)

→ Evolution de la chorégraphie en fonction des paramètres de la danse

L'animateur peut donner des contraintes :

- En fonction des paramètres de la danse pour aider à enrichir la chorégraphie. Par ex : temps (accéléré ou ralenti), espace (en essaim d'abeille, face à face, forme de groupement : ligne, colonne, losange, en V, quinconce...), qualité, nuance (fluide/saccadé)
- En fonction des procédés de composition (unisson, question/réponse, canon, accumulation, répétition)



Atelier 2 : culture break (cf. fiche rencontre)

Nbre d'enfants : 4 crews

30 minutes

CULTURE BREAK

Un atelier, parcours en étoile, pour réinvestir le vocabulaire du Break S'cool et du Break Dance.

PREPARATION de l'ATELIER

- Prendre 12 photos d'éléments remarquables du site.
- Les imprimer et plastifier en plusieurs exemplaires.
- Insérer les photos dans le document « **Dépose-feutres** » (fiche jointe) → « **changer d'image** » J qui permettra à l'animateur d'installer rapidement les 12 feutres au bon endroit (Jeu 2).
- Ces photos sont aussi insérées dans le document « **photo-pastille** ».

AVANT la rencontre

Jeu 1 : Les enfants sont capables de reconnaître, à partir d'une image, les grandes familles des mouvements du Break dance (Top rock, Foot Work, Power moves et Freeze) et quelques noms de mouvements.

Jeu 2 : Les enfants connaissent 8 rôles sociaux de la rencontre Break S'cool (crew, juge, ...)

PENDANT la rencontre

Déroulement : Parcours-photos en étoile par équipes (2 à 3 enfants).
Chaque équipe dispose au départ d'une fiche « Culture Break » jeu 1 ou jeu 2 et d'une fiche sur laquelle apparaissent les photos, numérotées de 1 à 12, des points à localiser.

Télécharger les ANNEXES
Jeu 1 – [Fiche Culture Break](#)
Jeu 2 – [Fiche Culture Break](#) + corrigé
[Outil](#) + [Dépose-feutres](#) + [Outil](#) + [Photo-pastille](#)

JEU 1

But : Localiser, nommer et réaliser des figures.

- L'animateur rappelle le vocabulaire requis.
- Arrivée à la balise indiquée par la photo, l'équipe observe la figure, la mémorise et revient à la table centrale pour :
 - la désigner sur le poster
 - la nommer (famille et/ou nom de la figure)
 - la réaliser (au moins un enfant de l'équipe)
 - Valider la réponse en coloriant la vignette sous la figure trouvée.
- L'équipe part sur un 2ème emplacement et ainsi de suite dans le temps imparti.

JEU 2

But : Retrouver les 8 rôles sociaux.

- A chaque emplacement, l'équipe trouve un feutre d'une couleur. Elle colorie sur sa fiche Jeu 2 (document intitulé « **photo-pastille** »), la pastille correspondante au rôle social trouvé.
- Elle revient à la table centrale pour faire valider sa réponse par le meneur de jeu (à l'aide du corrigé).
- L'équipe repart sur un 2ème emplacement et ainsi de suite dans le temps imparti.

Atelier 3 : la breakdictée

Choix de la dictée dans l'atelier de la rencontre « Breakdictée » (1 ou 2 sont les plus simples).

Faire placer les stagiaires en ligne face à l'animateur.

Consigne : *vous allez réaliser un enchaînement de mouvements de break que je vais vous dicter. A vous de réaliser cet enchaînement de la manière la plus fluide possible et en étant très ancré dans le sol.*

1/ Dictée lente sans musique de façon à laisser les formés réfléchir aux mouvements.

- S'arrêter à certaines étapes clés (par ex : dictée 1 après le point 5 et le point 14 pour revenir sur les mouvements réalisés et faire des choix pour la fluidité et l'ancrage au sol)

2/ Refaire la dictée sans musique 2 fois pour permettre aux formés de mémoriser l'enchaînement.

3/ Faire la dictée sur la musique « *Free style rap instrumental* » plusieurs fois en donnant quelques mots repères tous les 2 temps (par ex dictée 1 : *pied droit, pied gauche, coude droit, gauche, tête, public...*) jusqu'à ce que l'ensemble du groupe ait mémorisé et puisse réaliser sans aide verbale.

4/ Ajouter des variables :

- La vitesse (vitesse normale, ralenti, plus rapide, en ajoutant un arrêt)
- L'espace (face à face...)
- Le procédé simple : l'unisson

Synthèse :

Faire repérer les différents éléments du break dans la chorégraphie (top rock, footwork, power moves et pas de transition).



Par ex sur la dictée 1 : 1 à 6 = top rock ; 7 à 9 = pas de transition ; 10 à 12 = footwork ; 13 = powermoves ; 14 à 15 = footwork ; 16 = pose stylée)

Cette situation :

- Permet d'entrer dans l'activité, de découvrir des pas de transition et de rassurer les élèves en leur proposant des pas, des figures.
- Permet aux élèves de faire des choix et de comprendre la nécessaire répétition pour mémoriser.

Mettre en évidence que cette création peut devenir un élément commun à tous qui peut ouvrir ou clore un show par exemple

Vivre le show avec les 3 crews

Temps 5 : Immersion dans la ressource (10 minutes)

Objectif :

- Découvrir le Genially

Présenter les différentes entrées de l'outil et les documents que l'on y retrouve dans chacune.

Temps 6 : Echanges sur l'organisation de la rencontre (40 min)

Objectif : s'approprier l'outil Genially pour envisager l'organisation de la rencontre break s'cool sur son territoire.

1/ par groupe, à partir des ateliers de la rencontre et des fiches rencontres 2 classes ou 4 classes, envisager une rencontre break s'cool. (30 min)

2/ présentation de chaque groupe et échanges (10 min)

Bilan de la formation : « curseur » (5 min)

Matériel : 5 coupelles qui vont de 1 à 5 (pas du tout, un peu, moyen, beaucoup, à la folie)

A chaque question, les stagiaires se placent autour de la coupelle qui correspond à leur vécu de la formation (prendre une photo).

- ✓ *Est-ce que vous avez éprouvé du plaisir à pratiquer ?*
- ✓ *Est-ce que cette formation a répondu à vos attentes ?*
- ✓ *Est-ce que cette formation vous a rassuré ?*
- ✓ *Est-ce que vous vous sentez prêts à vous lancer ?*

Si plus de réponses en 1 à 3 à la dernière question, demander oralement un mot pour dire ce qui a manqué.