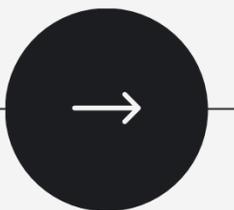


La Pédagogie

Partie 3 - Construction de bloc



Méthode par substitution

- Principe de faire évoluer un pas de base par un pas évolué.
- Possibilité d'utiliser cette méthode autant sur les pas simples que sur les pas alternés.
- Le pas de base se rapproche au plus près de la logique d'exécution du pas final.

➡ Exemple : Basic vers Rivers / Tap-up vers Chacha step



SUBSTITUER UN PAS SIMPLE PAR UN PAS SIMPLE

SUBSTITUER UN PAS ALTERNÉ PAR UN PAS ALTERNÉ



**ASSIMILABLE POUR LE PRATIQUANT
MAINTIEN DE L'ANIMATION EN MIROIR
RESPECT DE LA SYMÉTRIE**



CONCRÈTEMENT, LA CHORÉGRAPHIE VA PRÉSENTER PLUSIEURS ÉVOLUTIONS/VARIATIONS DE PAS.

La méthode par substitution est donc constamment utilisée, elle permet d'amener progressivement une évolution tout en laissant en activité, dans une certaine intensité, car dans un certain tempo, le pratiquant.



CONSTRUCTION DE BLOC

POUR PROPOSER UN BLOC RÉALISABLE À DROITE ET À GAUCHE,
QUE CE SOIT SYMÉTRIQUE

LA CHORÉGRAPHIE VA PRÉSENTER:

SOIT UNE SEULE PHRASE AVEC CHANGEMENT DE PIED

SOIT 3 PHRASES AVEC CHANGEMENT DE PIED

Commencer par un pas alterné

Insérer les pas avant ou après pour
composer la chorégraphie

Méthode par insertion

L'enchaînement se construit simultanément à droite et à gauche

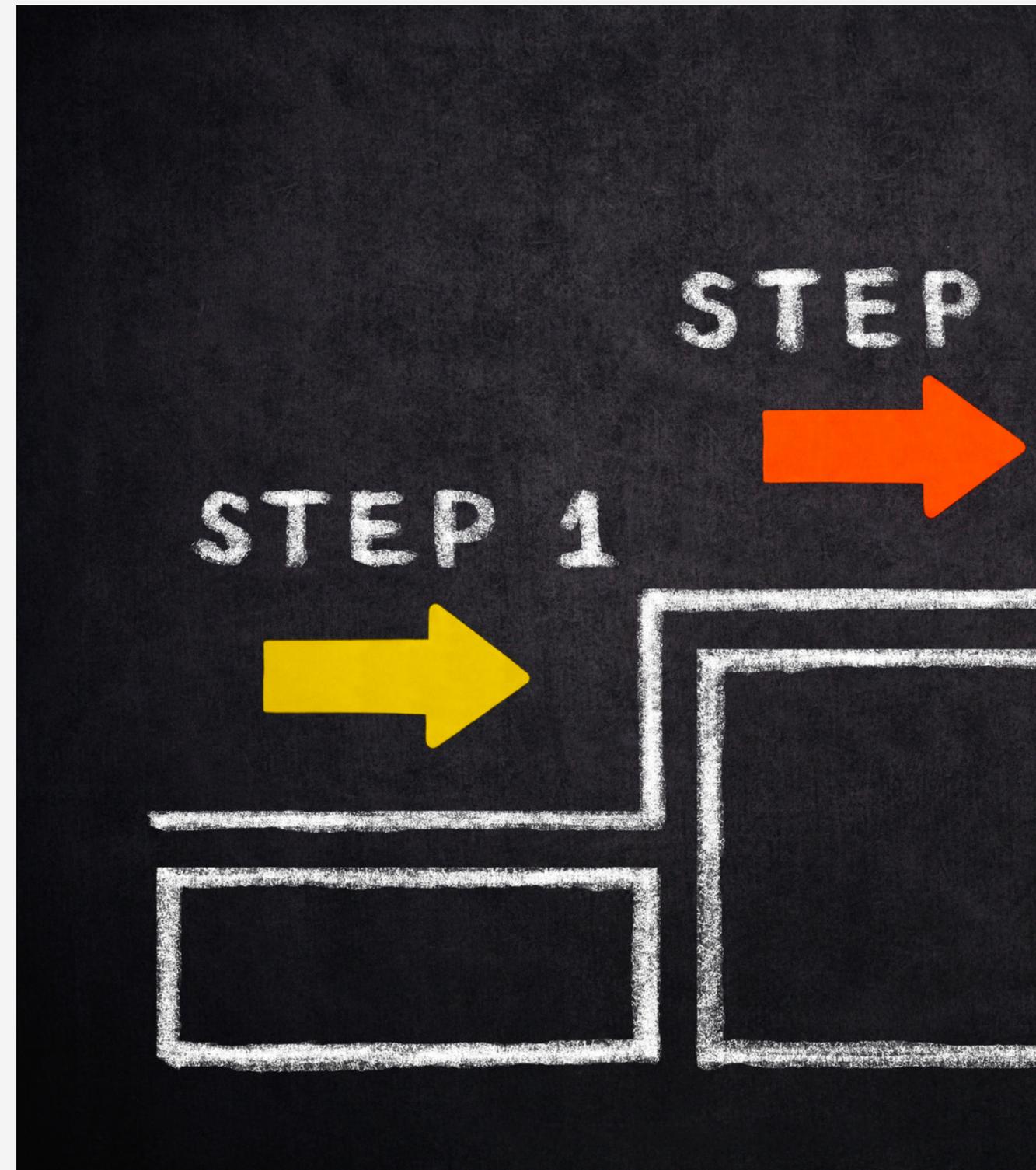


La méthode par insertion

1 changement de pied CIBLE

- Je démarre ma chorégraphie avec mon PAS ALTERNE
- Ensuite j'insère avant ou après pour compléter le bloc.

L'enchaînement des pas se construit simultanément à droite et à gauche

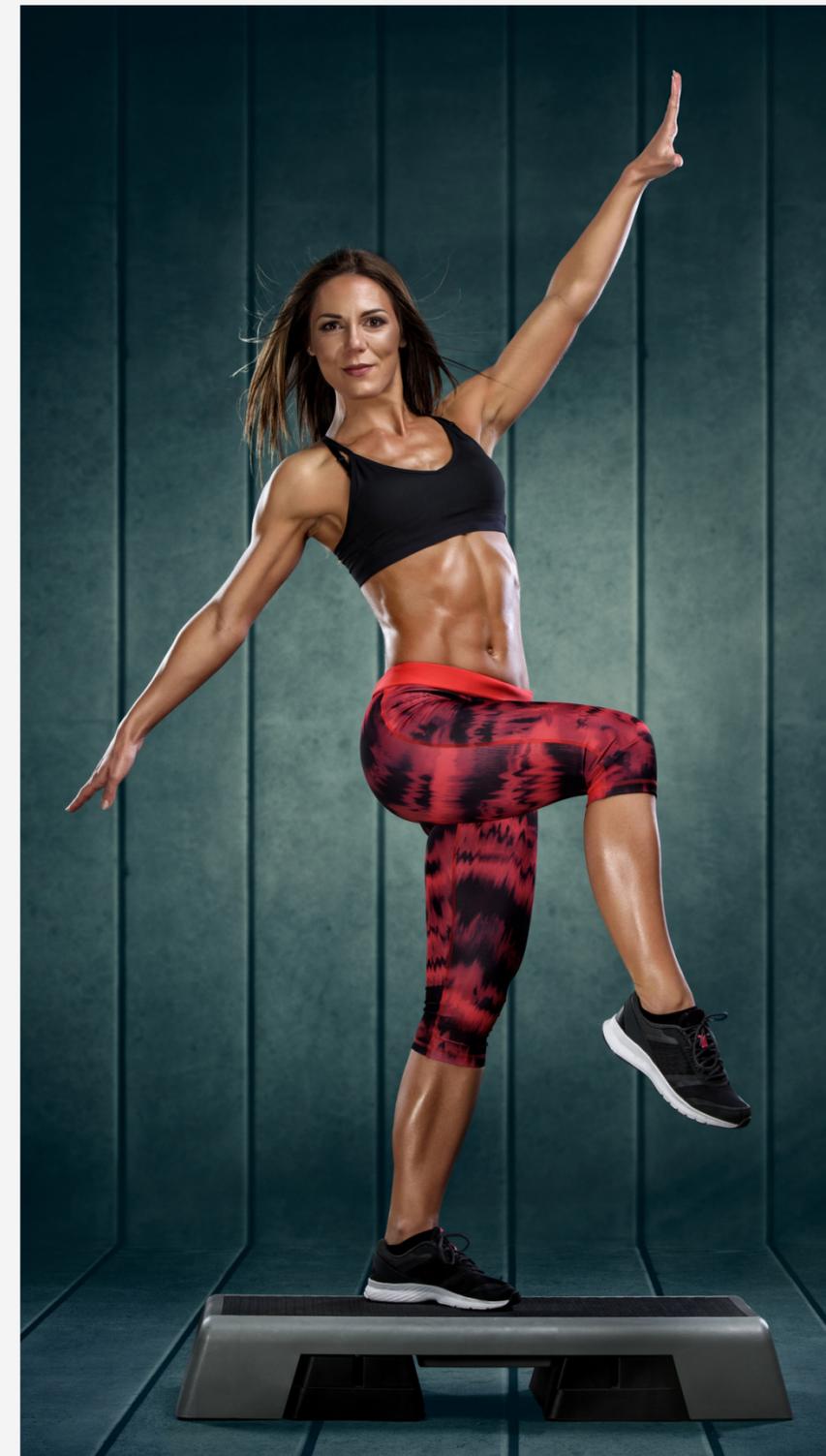


La méthode par insertion

1 changement de pied CIBLE

- Si mon changement de pied est dans la phrase C (3ème du bloc) je commence par celle-ci, droite et gauche puis j'insère avant/après.

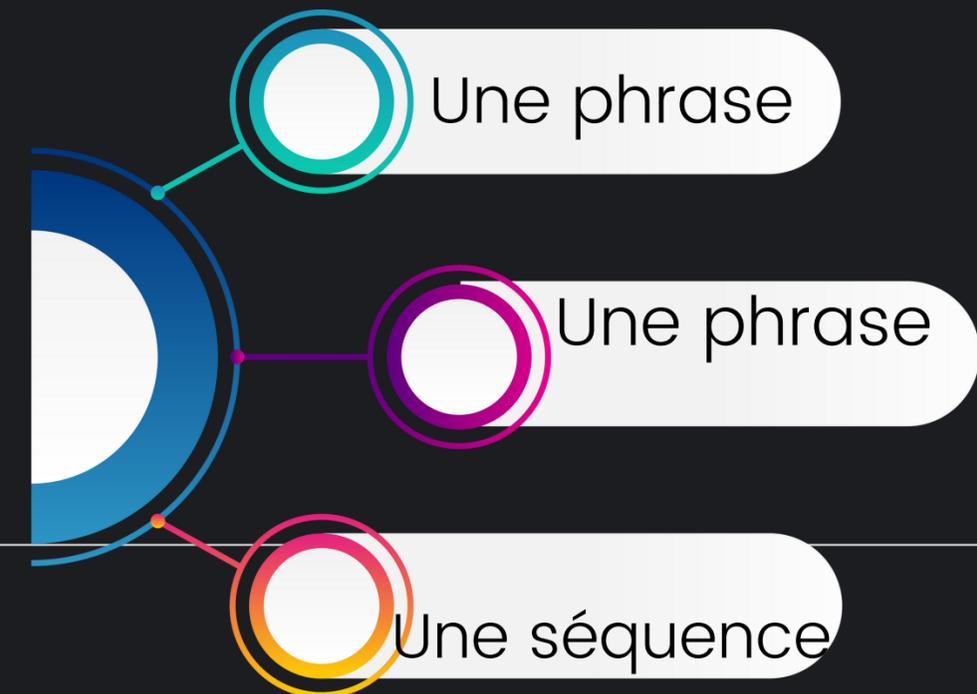
Respecter 8/16/32 temps



On peut découper la chorégraphie en 3
Il y aura donc 3 phrases avec
changement de pied

Méthode croisée

L'enchaînement va se croiser une fois que chaque
partie sera apprise indépendamment



Méthode croisée

On retrouvera donc 3 parties séparées dans la chorégraphie que l'on va ensuite croiser pour avoir notre chorégraphie finale

Les trois parties séparées:

Phrase A : droite & gauche

Phrase B: droite & gauche

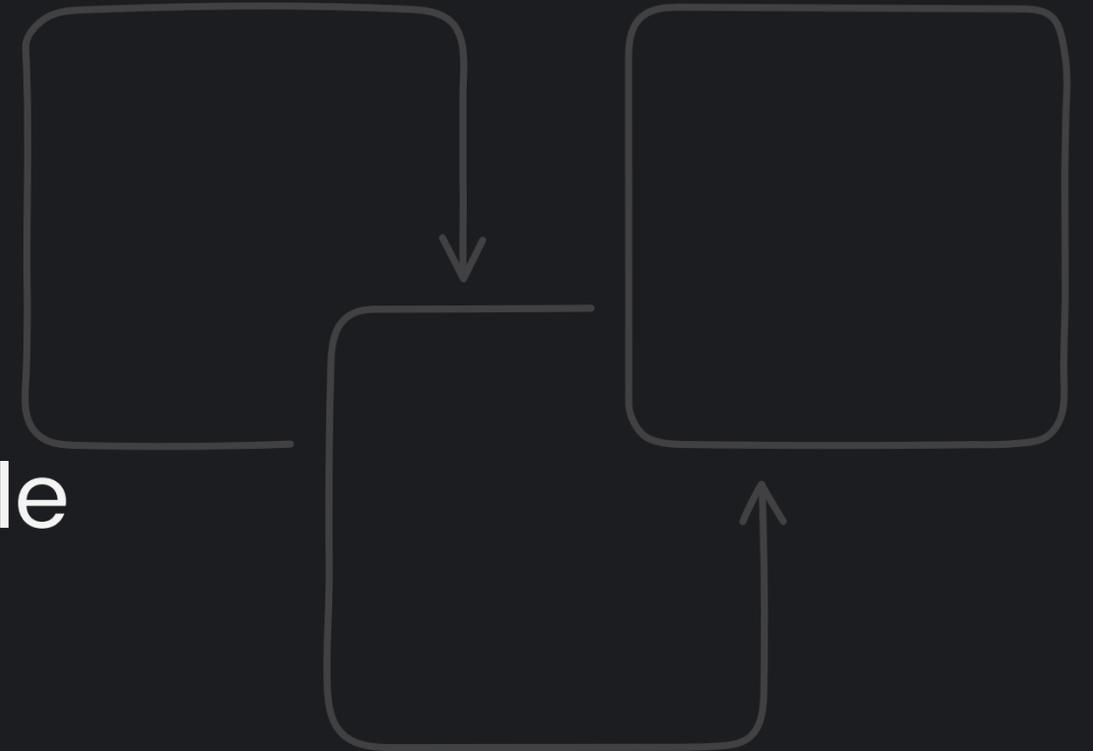
Séquence (Phrase C+D): droite & gauche



Méthode croisée

Notre chorégraphie finale

Les trois parties croisées



Côté droit:

Phrase A à droite / Phrase B à gauche / Phrases C+D droite

Côté gauche:

Phrase A à gauche / Phrase B à droite / Phrases C+D gauche

Méthode par extension

UNE SÉQUENCE ALTERNÉE
+
UNE SÉQUENCE ASYMÉTRIQUE

Les trois parties croisées

Phra



Méthode par extension



Une séquence alternée donc symétrique
puis une séquence asymétrique

La séquence asymétrique s'apprendra pédagogiquement à droite

La séquence à gauche s'intégrera directement sans progression
pédagogique



Construire un bloc permettant de
respecter la symétrie droite et gauche?

Quelle méthode?

Quels avantages et inconvénients?