

- Service des sports

Danse (10SP1007)

Filières concernées	Nombre d'heures	Validation	Crédits ECTS
Bachelor en sciences et sport (biologie)	Cours: 2 ph	Voir ci-dessous	2
Bachelor en sciences et sport (mathématiques)	Cours: 2 ph	Voir ci-dessous	2
Bachelor of Science en économie et sport	Cours: 2 ph	Voir ci-dessous	2
Bachelor of Science en management et sport	Cours: 2 ph	Voir ci-dessous	2
Pilier B A - sciences et pratiques du sport	Cours: 2 ph	Voir ci-dessous	2
Sciences et pratiques du sport (SePS) de niveau bachelor	Cours: 2 ph	Voir ci-dessous	2

ph=période hebdomadaire, pg=période globale, j=jour, dj=demi-jour, h=heure, min=minute

Période d'enseignement:

- Semestre Printemps

Equipe enseignante

Ada Pisino, Jeanne Surdez.

Contenu

Ce cours propose une exploration approfondie des fondamentaux du Moderne-Jazz et des principales influences de la culture Hip Hop. À travers une approche à la fois technique, artistique et corporelle, les étudiant-e-s développent une compréhension globale du mouvement dansé et de ses enjeux dans les pratiques contemporaines du sport et du bien-être.

L'enseignement met l'accent sur un travail technique complet, intégrant à la fois les dimensions physiques (coordination, mobilité, tonicité, dissociation, gestion de l'énergie) et psychiques (présence, expressivité, mémorisation, conscience corporelle). Les participant-e-s apprennent à maîtriser une gestuelle précise et à enrichir leur vocabulaire corporel grâce à l'acquisition de nouveaux mouvements issus des styles de danse étudiés.

Forme de l'évaluation

Examen pratique de danse - Chorégraphie

Modalités de rattrapage

Examen de rattrapage à la session suivante

Documentation

Documentation disponible sur Moodle

Pré-requis

Performances motrices

Forme de l'enseignement

Pratique sportive et réflexive en salle de sport

Objectifs d'apprentissage

Au terme de la formation l'étudiant-e doit être capable de :

- Appliquer différentes qualités de mouvement propres au Moderne-Jazz et au Hip Hop
- Employer des capacités d'analyse du mouvement et de compréhension des dynamiques corporelles
- Interpréter et transmettre une intention ou une émotion à travers la danse.
- Travailler des enchaînements chorégraphiques variés afin d'améliorer coordination, musicalité et fluidité
- Mettre en oeuvre des stratégies personnelles d'apprentissage moteur (mémorisation, répétition, visualisation).
- Agir avec coordination, mobilité articulaire, tonicité musculaire et gestion de l'énergie dans le mouvement.
- Evaluer sa progression technique et expressive à travers des retours réflexifs et des auto-évaluations.

- Service des sports

•

Danse (10SP1007)

Compétences transférables

- Développer des capacités d'écoute, d'adaptation et de communication non verbale.
- Développer une conscience corporelle transférable à d'autres pratiques sportives.
- Agir en coopérant efficacement au sein d'un groupe pour construire, répéter ou interpréter des séquences chorégraphiques.
- Employer son corps comme outil de communication pour transmettre une intention, une émotion ou une dynamique.
- Gérer le stress lié à la performance ou à la présentation devant un groupe.
- Développer une posture d'apprentissage active et autonome.