

Tableau pédagogique My Move Studio 2023-2024



Chers professeurs, afin de vous accompagner dans l'année scolaire qui débute, l'association a souhaité vous donner une trame synthétique et complète des attendus pour les différents cours, les concepts de cours et pour les spectacles de fin d'année.

Bonne lecture à vous .

Je ne manquerai pas de répondre à vos questions lors de la réunion de rentrée et n'hésitez pas à demander les *Outils à disposition à Sylvie

Le conseil d'administration représenté par Sylvie Dufeu.

Cours	Concept et attendus cours	Attendus spectacle / restitution du travail de l'année
10 mois – 3 ans		
Moment de tendresse Professeur : Anastasia	<p>Ce cours est un cours maman bébé cad que le contenu met en action autant la mère que l'enfant.</p> <p>Le but est de proposer des mouvement de renforcement musculaire doux à la maman en utilisant le corps de l'enfant dans les postures.</p> <p>Par exemple : des marches avec l'enfant dans les bras ou à main, au sol face à face jambes serrées/écartées, petites balle qu'on se passe/qu'on fait rouler, mère couchée sur le dos, et l'enfant sur elle sur le dos, lever les bras, lever les jambes, mère couchée sur le dos, et l'enfant sur elle sur le ventre , écarter les bras, écarter les jambes, faire des petits portés, chercher des postures de Yoga parents enfants, faire une relaxation câline et les figures en mimétisme type étoile de mer etc..., faire les animaux à 4 pattes, debout, statues</p> <p>Le tout en musique avec une notion de rythme au moins pour le parent.</p> <p>Le cours sera structuré avec un échauffement un corps de séance et un retour au calme.</p> <p>Le matériel à disposition est listé en fin de document.</p>	
Ti Bouts	<p>Ce cours est un cours parents/enfants dans lequel le parent est accompagnateur et c'est l'enfant qui est acteur de la séance.</p>	

Professeur : Anastasia	<p>Le cours est divisé en plusieurs temps reliés par une histoire qui emmène les enfants tout au long de la séance :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Parcours de motricité (faire le point du matériel nécessaire) - Rythme (avec maracas construites avec les enfants ou tambourin dispo à la salle) - Danse parent/enfants (petite danse reprenant les rudiments des placements dans l'espace et de la gestuelle bras et jambes qui peut inclure des portés) <p>Le thème change à chacune des vacances scolaires.</p> <p>Calendrier de préparation de l'année :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Thème sept-nov : - Thème nov-dec : - Thème janv-fév : - Thème mars-avril : - Thème mai-juin : <p>Le cours sera structuré avec un échauffement un corps de séance et un retour au calme.</p> <p>Outils à disposition : vidéo des premiers spectacle de fin d'année quand le cours était dispensé par Catherine et Sylvie et extrait du livret de formation qui a été réalisé il y a quelques années.</p> <p>Le matériel à disposition est listé en fin de document.</p>	
Moyennes et grandes sections de maternelle (4-5 ans)		
AllKids Professeur : Eva	<p>Le cours est divisé en plusieurs temps reliés par une histoire qui emmène les enfants tout au long de la séance :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Parcours de motricité (faire le point du matériel nécessaire) - Rythme (avec maracas construites avec les enfants ou tambourin dispo à la salle) - Danse (petite danse reprenant les rudiments des placements dans l'espace et de la gestuelle bras et jambes) <p>Le thème change à chacune des vacances scolaires.</p>	<p>Pour chaque cours de AllKids, prévoir un thème différent :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cours 1 : - Cours 2 : - Cours 3 : <p>Chaque thème aura un costume différent qui allie la tenue de base pour les cours (XX €) et les accessoires achetés pour le spectacle (budget 20€)</p> <p>Pour chaque cours prévoir :</p>

	<p>Calendrier de préparation de l'année :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Thème sept-nov : - Thème nov-dec : - Thème janv-fév : - Thème mars-avril : - Approfondissement thème spectacle mai-juin : <p>Le cours sera structuré avec un échauffement un corps de séance et un retour au calme.</p> <p>Le matériel à disposition est listé en fin de document.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Le matériel nécessaire (donner la liste à Sylvie 1 mois avant le spectacle) : - Le montage de musique (5 min environ) avec voix off qui raconte l'histoire entre les séquences à donner à Sylvie 1 mois avant - Les séquences présentées seront les suivantes : Parcours motricité avec matériel, rythme, chorée <p>Prévoir 2 grandes élèves des cours supérieurs par groupe pour surveiller le temps des répétitions et du spectacle</p>
<p>Eveil Danse</p> <p>Professeur : Eva</p>	<p>Ce cours a pour but de donner les bases de la danse aux enfants cad :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Les positions de bras - Les positions de pieds - Les mouvements de base : pliés, dégagés, retirés,... petits sauts, ... souplesse - La notion d'écoute musicale (accord du mouvement avec le rythme de la musique) - Le début de la notion de dissociation des parties du corps - Le placement dans l'espace <p>La chorégraphie changera à chacune des vacances scolaires</p> <p>Calendrier de préparation de l'année :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Chorée sept-nov : - Chorée nov-dec : - Chorée janv-fév : - Chorée mars-avril : - Approfondissement chorée spectacle mai-juin : <p>Le cours sera structuré avec un échauffement un corps de séance et un retour au calme.</p>	<p>Pour chaque cours d'Eveil, prévoir une chorée différente :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cours 1 : - Cours 2 : - Cours 3 : - Cours 4 : <p>Chaque chorée reprendra les apprentissages de l'année (nommés ci-contre). Eviter les impros et structurer au maximum les déplacements, les positions du groupe dans l'espace et la propreté de la gestuelle globale du groupe.</p> <p>Chaque chorée aura un costume différent qui allie la tenue de base pour les cours (XX €) et les accessoires achetés pour le spectacle (budget 20€)</p> <p>Pour chaque cours prévoir :</p> <ul style="list-style-type: none"> - La musique coupée comme nécessaire à donner un mois avant à Sylvie - 1 chorée par groupe qui dure entre 2 et 3 minutes. <p>Prévoir 2 grandes élèves des cours supérieurs par groupe pour surveiller le temps des répétitions et du spectacle</p>

6 – 16 ans

<p>EN COMMUN</p>	<p>Le cours a pour but d’approfondir les bases de la danse (en fonction du style de danse) cad :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Les positions de bras - Les positions de pieds - Les mouvements de base et plus complexes : pliés, dégagés, retirés, ... petits sauts, ... souplesse - La notion d’écoute musicale (accord du mouvement avec le rythme de la musique) - La notion de dissociation des parties du corps - Le placement dans l’espace <p>La chorégraphie changera à chacune des vacances scolaires</p> <p>Le cours sera structuré avec un échauffement un corps de séance et un retour au calme.</p>	<p>Chaque chorée reprendra les apprentissages de l’année (nommés ci-contre). Eviter les impros (sauf en Modern Contempo et hip-Hop) et structurer au maximum les déplacements, les positions du groupe dans l’espace et la propreté de la gestuelle globale du groupe.</p> <p>Chaque chorée aura un costume différent qui allie la tenue de base pour les cours (XX €) et les accessoires achetés pour le spectacle (budget 20€). Attention : des attentes spécifiques dans certains concepts ci-dessous.</p> <p>Pour chaque cours prévoir :</p> <ul style="list-style-type: none"> - La/les musique(s) coupée(s) comme nécessaire à donner un mois avant à Sylvie - Pour les cours d’enfants de 6 à 10 ans, faire au minimum une chorégraphie de 3 à 4 minutes. - Pour les jeunes à partir de 10 ans, faire au minimum deux chorégraphies bien différentes de 3 à 4 minutes. <p>Prévoir 2 grandes élèves des cours supérieurs par groupe pour surveiller le temps des répétitions et du spectacle pour les cours des 6-10 ans.</p>
<p>Classique</p> <p>Professeur : Anastasia et Eva</p>	<p>Calendrier de préparation de l’année :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Chorée sept-nov : - Chorée nov-dec : - Chorée janv-fév : - Chorée mars-avril : - Approfondissement chorée 1 spectacle mai-juin : - Approfondissement chorée 2 (pour les grands) spectacle mai-juin : 	<p>Cf explications « EN COMMUN »</p>
<p>AllDance</p> <p>Professeur : Eva</p>	<p>Pour ce cours, concept créé par Sylvie Dufeu, il est nécessaire de varier les thèmes de danse à chacune des vacances scolaires en faisant voyager les élèves dans l’espace et au travers des époques, parmi les idées suivantes : africaine, orientale, country, bollywood, comédies musicales, charleston, disco, pompon girls</p>	<p>Pour le spectacle, un medley de 4 musiques (2 par cours) sera monté à la suite pour montrer la diversité du concept.</p> <p>Dans chaque cours, pour le costume, prévoir de faire des ½ groupes qui feront un style chacun avec le costume coordonné.</p>

	<p>ATTENTION : les thème NE sont PAS des styles de danse comme jazz, contemporain, hip-hop, classique, etc... car il y a un autre cours (Ecole Artistique) pour cela.</p> <p>Calendrier de préparation de l'année :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Chorée sept-nov : - Chorée nov-dec : - Chorée janv-fév : - Chorée mars-avril : - Approfondissement chorée 1 spectacle mai-juin : - Approfondissement chorée 2 (pour les grands) spectacle mai-juin : <p>Outils à disposition : vidéo des premiers spectacle de fin d'année quand le cours était dispensé par Catherine et Sylvie</p>	<p><u>Exemple</u> :</p> <p>Cours 1 :</p> <ul style="list-style-type: none"> - ½ groupe avec Danse africaine : musique africaine, costume africain - ½ groupe avec Charleston : musique charleston, costume charleston <p>Cours 2 :</p> <ul style="list-style-type: none"> - ½ groupe avec Danse indienne : musique indienne, costume indien - ½ groupe avec Country : musique country, costume country <p>Musique : montage de 10 minutes avec les 4 musiques enchainées</p>
<p>Modern Jazz</p> <p>Professeur : Anastasia</p>	<p>Calendrier de préparation de l'année :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Chorée sept-nov : - Chorée nov-dec : - Chorée janv-fév : - Chorée mars-avril : - Approfondissement chorée 1 spectacle mai-juin : - Approfondissement chorée 2 (pour les grands) spectacle mai-juin : 	<p>Cf explications « EN COMMUN »</p>
<p>Hip-Hop</p> <p>Professeur : Kenny</p>	<p>Calendrier de préparation de l'année :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Chorée sept-nov : - Chorée nov-dec : - Chorée janv-fév : - Chorée mars-avril : - Approfondissement chorée 1 spectacle mai-juin : - Approfondissement chorée 2 (pour les grands) spectacle mai-juin : 	<p>Cf explications « EN COMMUN »</p>
<p>Ecole artistique</p>	<p>Pour ce cours, concept créé par Sylvie Dufeu, il est nécessaire de varier les activités à chaque période scolaire, dans l'ordre que vous voulez, en incluant les disciplines artistiques suivantes :</p>	<p>Pour chaque cours prévoir :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Le matériel nécessaire (donner la liste à Sylvie avant le spectacle) :

<p>Professeur : Eva</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Arts du cirque - Danse Classique - Modern Jazz - Rythme - Hip-Hop <p><u>ATTENTION</u> : ce ne sont pas les mêmes thèmes de danse qu'en AllDance</p> <p>Calendrier de préparation de l'année :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Thème sept-nov : - Thème nov-dec : - Thème janv-fév : - Thème mars-avril : - Thème mai-juin : abord du dernier thème et préparation de la restitution <p>Le matériel à disposition est listé en fin de document.</p> <p>Outils à disposition : pour la séquence Arts du cirque, un livret de présentation des accessoires est disponible</p>	<p>.....</p> <ul style="list-style-type: none"> - Le montage de musique (5 min environ) avec voix off si nécessaire qui fait le lien entre les différentes séquences. Chaque discipline doit apparaître pour partie dans la restitution. - Les costumes pourront être variés en choisissant quelques élèves représentatifs pour que disciplines.
<p>Arts du cirque</p> <p>Professeur : Eva</p>	<p>Pour ce cours, il est nécessaire de varier les difficultés à chaque période scolaire en respectant une progression. Les ateliers proposés tout au long de l'année seront les suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mime - Jonglage - Equilibre - Structure humaine - Différents petits matériel présents à la salle : assiette chinoise, diabolo, petits cerceaux... <p>Préparer pour chaque type d'activité 4 niveaux de difficultés différentes afin de s'adapter aux jeunes.</p> <p>Le matériel à disposition est listé en fin de document.</p>	<p>Pour chaque cours prévoir :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Le matériel nécessaire (donner la liste à Sylvie avant le spectacle) : - Le montage de musique (5 min environ) avec voix off si nécessaire qui fait le lien entre les différentes séquences. Chaque activité présentée ci-contre doit apparaître pour partie dans la restitution. - Les costumes dépendront du thème choisi par le professeur .

	Outils à disposition : pour la séquence Arts du cirque, un livret de présentation des accessoires est disponible	
Modern Contempo Professeur : Anastasia	Calendrier de préparation de l'année : <ul style="list-style-type: none"> - Chorée sept-nov : - Chorée nov-dec : - Chorée janv-fév : - Chorée mars-avril : - Approfondissement chorée 1 spectacle mai-juin : - Approfondissement chorée 2 (pour les grands) spectacle mai-juin : 	Cf explications « EN COMMUN »
HandiDanse Professeur : Anastasia	Calendrier de préparation de l'année : <ul style="list-style-type: none"> - Chorée sept-nov : - Chorée nov-dec : - Chorée janv-fév : - Chorée mars-avril : - Approfondissement chorée 1 spectacle mai-juin : - Approfondissement chorée 2 (pour les grands) spectacle mai-juin : 	Cf explications « EN COMMUN »
+ 16 ans		
EN COMMUN DANSE	<p>Le cours a pour but de développer et d'approfondir les acquis des participants (en fonction du style de danse)</p> <p>La chorégraphie changera à chacune des vacances scolaires</p> <p>Le cours sera structuré avec un échauffement un corps de séance et un retour au calme.</p>	<p>Chaque chorée reprendra les apprentissages de l'année (nommés ci-contre). Eviter les impros (sauf en Modern Contempo ou Hip-Hop) et structurer au maximum les déplacements, les positions du groupe dans l'espace et la propreté de la gestuelle globale du groupe.</p> <p>Chaque chorée aura un costume différent qui sera défini avec le groupe. Attention : des attentes spécifiques dans certains concepts ci-dessous.</p> <p>Pour chaque cours prévoir :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Les musiques coupées comme nécessaire - Faire au minimum trois chorégraphies bien différentes de 3 à 4 minutes.

<p>AllDance</p> <p>Professeur : Eva</p>	<p>Pour ce cours, concept créé par Sylvie Dufeu, il est nécessaire de varier les thèmes de danse à chacune des vacances scolaires en faisant voyager les élèves dans l'espace et au travers des époques, parmi les idées suivantes africaine, orientale, country, bollywood, comédies musicales, charleston, disco, pompon girls</p> <p><u>ATTENTION</u> : les thème NE sont PAS des styles de danse comme jazz, contemporain, hip-hop, classique, etc... car il y a un autre cours (Ecole Artistique) pour cela.</p> <p>Calendrier de préparation de l'année :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Chorée sept-nov : - Chorée nov-dec : - Chorée janv-fév : - Chorée mars-avril : - Approfondissement chorée 1 spectacle mai-juin : - Approfondissement chorée 2 spectacle mai-juin : - Approfondissement chorée 3 spectacle mai-juin : <p>Outils à disposition : vidéo des spectacle des cours donnés par Sylvie</p>	<p>Dans ce cours, pour le costume, voir avec Sylvie qui a une grande quantité de costumes à disposition.</p>
<p>Modern Contempo</p> <p>Professeur : Anastasia</p>	<p>Calendrier de préparation de l'année :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Chorée sept-nov : - Chorée nov-dec : - Chorée janv-fév : - Chorée mars-avril : - Approfondissement chorée 1 spectacle mai-juin : - Approfondissement chorée 2 spectacle mai-juin : - Approfondissement chorée 3 spectacle mai-juin : 	<p>Cf explications « EN COMMUN »</p>
<p>Hip-Hop</p> <p>Professeur : Kenny</p>	<p>Calendrier de préparation de l'année :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Chorée sept-nov : - Chorée nov-dec : - Chorée janv-fév : 	<p>Cf explications « EN COMMUN »</p>

	<ul style="list-style-type: none"> - Chorée mars-avril : - Approfondissement chorée 1 spectacle mai-juin : - Approfondissement chorée 2 spectacle mai-juin : - Approfondissement chorée 3 spectacle mai-juin : 	
Clip Dance Professeur : Eva	Cours qui allie modern-jazz, afro, contemporain, dancehall, hip-hop et bien d'autres encore... Une vidéo sera tournée toutes les 6 semaines et envoyée à Sylvie Dufeu pour diffusion sur la page de My Move.	Au moins 3 des clips seront restitués au spectacle
Piloxing Professeur : Eva	Passage de la formation obligatoire dans le 1 ^{er} trimestre de l'année scolaire Licence à suivre avec chorée et musique fournies par la marque	Possibilité de faire une restitution sous forme d'une chorégraphie reprenant les mouvements des différents blocs, à l'instar d'une chorée de danse.
FitDance Professeur : Eva	Ce cours réunit fitness, danse et rythme avec un travail cardio grâce à la partie fitness ainsi que le rythme et un travail d'expression grâce à la partie danse.	Possibilité de faire une restitution sous forme d'une chorégraphie reprenant les mouvements des différents blocs, à l'instar d'une chorée de danse.
Pilates Professeur : Sylvie	Discipline à suivre selon les directives de la certification du professeur	
Yoga Professeur : Karine	Discipline à suivre selon les directives de la certification du professeur	
Postural Ball Professeur : Sylvie	Discipline à suivre selon les directives de la certification du professeur	

MATERIEL :

Matériel à disposition pour les cours de Ti-bouts : L'ensemble des tapis et accessoires présents dans la salle de Sainte Thérèse

Matériel à disposition pour les cours de Moment de tendresse, AllKid, Ecole Danse Cirque, Arts du cirque : L'ensemble des tapis et accessoires présents dans la salle de la Marne :

4 gros ballons 5 petits cerceaux jaunes 1 petit cerceau rouge 5 cerceaux bleus moyens 5 grands cerceaux rouges 6 très grands cerceaux couleurs variées Diverses formes pieds, mains, flèches Pour les parcours de motricité	1 plan incliné 14 tapis 26 grosses frites Une 30aine de ballons paille Une 20aine de foulards couleurs variées 5 cordes longues et 1 moyenne Une poutre	Une 20aine de maracas faites par les élèves Une 20aine de balles de tennis molles Une 30aine de balles de jonglage 5 hérissons picots 1 tambourin Une 15aine de briques de yoga <i>A racheter : ruban de GRS</i>	2 disques d'équilibre 10 assiettes chinoises Une 10aine de massues Une 10aine de diabolos 2 paires d'échasses Une 10aine de cerceaux plats de jonglage
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

A chaque vacances scolaires, lister le matériel à déplacer en accord avec les autres professeurs. Prévenir Sylvie en cas de matériel à remplacer ou de souhait de nouveaux matériels.

REPARTITION DES COURS PAR SPECTACLE :

Samedi soir (les grands)	Dimanche matin (les petits)
A-FitDance – lundi 19h15 si possible A-ClipDance – lundi 20h15 A-Modern Contempo – mercredi 19h15 A-AllDance – mercredi 21h A-Piloxing – jeudi 20h30 si possible A-Hip-Hop – vendredi 20h30 E-Modern Jazz – mercredi 15h30 E-Fitness ados – jeudi 19h30 si possible E-Danse Classique 9/11 ans – vendredi 17h55 E-Hip-Hop 8/11 ans – samedi 12h30 E-Hip-Hop 12/15 ans – samedi 13h45 E-Modern Comtempo 8/11 ans – samedi 14h00 E-Modern Comtempo 12/16 ans – samedi 15h05 E-Danse Classique 11/14 ans – samedi 16h25	E-Eveil Danse – mercredi 10h00 E-AllKid – mercredi 10h50 E-Ecole Artistique - mercredi 11h45 E-Danse Adaptée 6/11 ans – mercredi 16h35 + E-Danse Adaptée 12/20 ans – mercredi 16h35 E-AllDance CP/CE1 – mercredi 18h00 E-Hip-Hop 6/8 ans – jeudi 17h50 E-Danse Classique 6/8 ans – vendredi 17h E-Arts du Cirque CP/CE2 – vendredi 19h00 E-Eveil Danse -samedi 9h00 E-Eveil Danse -samedi 9h50 E-AllKid – samedi 10h45 E-AllKid – samedi 11h35 E-AllDance CP/CE1 – samedi 12h25 E-Eveil Danse -samedi 13h45 E-Danse Classique 6/8 ans – lundi 18h10 E-SIAM – mercredi 14h00