

# « Mon printemps 2020 - Se souvenir de... »

Une opération créée par l'académie de Versailles

Vous retrouverez toutes les propositions sur le compte Instagram :

<https://www.instagram.com/monprintemps2020/> ou sur le Padlet dédié :

<https://padlet.com/daacversailles/monprintemps2020SeSouvenirDe>

## On danse, on regarde, on découvre

Et envoyez-nous vos films avec le hashtag [#monprintemps2020](https://www.instagram.com/monprintemps2020/)

### Physs et la compagnie Mouvmatik

Proposer le **MERCREDI 22 AVRIL**

**Danse** la chorégraphie "mains"

En t'inspirant des gestes barrières, crée ta propre chorégraphie préventive #Covid19. Pour te guider :

1) Sur une musique de ton choix /

2) Durée max 1mn (format Instagram) /

3) N'oublie pas d'utiliser ta créativité et ton imaginaire (angles de vue, applications créatives(ex: Inshot)etc

**Regarde l'exemple en vidéo**

[https://www.instagram.com/p/B\\_RnYnElry2/](https://www.instagram.com/p/B_RnYnElry2/)

et aussi [https://www.instagram.com/p/B\\_c3Y9SovJv/](https://www.instagram.com/p/B_c3Y9SovJv/)

**Découvre le teaser de la création InsightData de la Cie Mouvmatik** en exclusivité en te rendant sur l'instaura

de la création @insight\_database Taggue @monprintemps2020 @physs\_mouvmatik @insight\_database

@mvmtk #Monprintemps2020 #StopCovid19 #InsightData #Visagesdumonde #chorégraphiegestesbarrieres

### Martin Grandperret et l'académie de l'Opéra de Paris

Proposer le **Jeudi 30 Avril 2020**

**Danse** la chorégraphie des « Gestes quotidiens »

Cette semaine, l'Académie de l'opéra de Paris et le chorégraphe Martin Grandperret vous proposent un nouveau défi : créer votre propre chorégraphie à partir de gestes du quotidien.

[https://www.instagram.com/p/B\\_mLZiCoLLt/](https://www.instagram.com/p/B_mLZiCoLLt/)

Martin vous guide à partir de 7 gestes quotidiens et le principe d'amplification mais vous pouvez construire vos propres gestes.

**Regarde la chorégraphie réalisée par Martin** à partir de son réservoir de gestes

A vous de reproduire et de créer votre chorégraphie!

l'univers de l'opéra de Paris

**Découvre l'univers de l'opéra de Paris**

<https://www.instagram.com/operadeparis/>

### Sébastien Ledig et la compagnie Olivier Dubois

Proposer le **MERCREDI 6 MAI 2020**

**Danse** la chorégraphie « Aérobie »

Sébastien Ledig, danseur dans la compagnie Olivier Dubois vous propose de transpirer un peu aujourd'hui !

[https://www.instagram.com/p/B\\_1o473oTPr/](https://www.instagram.com/p/B_1o473oTPr/)

**Regarde** Sébastien réaliser quelques pas d'aérobie issus de la pièce "Tropismes" d'Olivier Dubois.

[https://www.instagram.com/p/B\\_1piVzIEq-/](https://www.instagram.com/p/B_1piVzIEq-/)

A vous de reproduire et de créer la suite !

**Découvre** l'univers d'Olivier Dubois

<https://www.olivierdubois.org/spectacle>

## Mathieu Parola et le collectif Des corps des rails

Proposer le Mardi 19 MAI 2020

**Danse** ta chorégraphie confinée

Mathieu Parola vous propose d'inventer votre chorégraphie sur des morceaux électro composés par les élèves de la 3ème2 du Collège Gérard Philippe de Massy avec le musicien et producteur Sébastien Forrester .

Choisissez un des morceaux de la playlist ici : <https://bit.ly/2WCmryr>

**Regarde**

Suit les consignes vidéos pour créer ta danse <https://www.instagram.com/p/CAXLbFvor-P/>

**Découvre** le travail de Mathieu Parola et du collectif Des Corps Des Rails : <bit.ly/2z2FZoe>

**Ecoute** les productions musicales de Sébastien Forrester : [soundcloud.com/holy-strays](https://soundcloud.com/holy-strays)

## Julie Meyer Heine

Proposer le jeudi 28 MAI 2020

**Danse** un poème

Ecoute les consignes de Julie Meyer Heine <https://www.instagram.com/p/CAuNg7oI2V0/>

Choisis un poème, une strophe ou un vers qui t'inspire. Improvise dessus un moment, pour cela soit attentif

- au rythme du vers ou de la strophe, à sa ponctuation, ses élans. Comment la danse peut-elle être ponctuée ?

- note le thème et le sens des mots et appuie-toi dessus. Quelles émotions cela te procure ?...

- Choisis une partie du corps... improvise en faisant vivre le poème dans la partie du corps que tu as choisie...

- Demande à quelqu'un de lire le poème pendant que tu dances.

**Regarde**

La vidéo d'exemple de Julie Meyer Heine en suivant ce lien <https://www.instagram.com/p/CAuOBAkoJBN/>

**Découvre** pour s'inspirer :

On a dansé le poème... Liberté ! ▶ <https://youtu.be/qIIZEEfWroA>

Thierry Mandalin : ▶ <https://www.numeridanse.tv/videotheque-danse/une-derniere-chanson>

Michèle Anne de Mey : Kiss and Cry ▶ <https://www.numeridanse.tv/videotheque-danse/kiss-cry>

Certains jeunes se sont essayés à l'exercice : ▶ <https://youtu.be/s8LFsCyJF-I>

3 spectacles mêlant texte et chorégraphie créés dans le cadre du festival Concordan(s) :

“L'architecture du hasard” de et avec Ingrid Thobois et Gilles Vérièpe <https://vimeo.com/159061601>

“Je n'ai jamais eu envie de disparaître” de et avec M. Le Pladec et P. Ducrozet <https://vimeo.com/210973111>

“En armes” de et avec Yvann Alexandre et Sylvain Pattieu <https://vimeo.com/264104766>

## La compagnie Sabdag

Proposer le LUNDI 1<sup>er</sup> JUIN 2020

**Danse** et photographie « DISSIMULATION(S) »

Maryline Jacques, Chloé Favriau et Yasminee Lepe propose de participer à la collection DISSIMULATION(S) du printemps 2020. En t'inspirant de ta période confinée, crée une œuvre photo-chorégraphique - une œuvre dissimulée. C'est facile, il s'agit de s'incruster dans nos décors du quotidien. **LES ÉTAPES :**

**1. S'échauffer** pour préparer le corps. Exemple avec Yasminee : [sabdagcie.wixsite.com/labointeractif/training-2](https://sabdagcie.wixsite.com/labointeractif/training-2)

**2. Réaliser** différentes expériences dans son habitat en faisant des improvisations à la manière d'un cache-cache dansé (derrière, autour, au travers du mobilier, des objets, des espaces).

**3. Choisir** des "spots" de prise de vue. Demander à un complice de photographe des instants de vos danses dissimulées

**4. Poster la ou les créations** photo sur l'Instagram "MON PRINTEMPS 2020, et en parallèle envoyer la sélection à : [compagniesabdag@gmail.com](mailto:compagniesabdag@gmail.com) (avec tes coordonnées, le crédit photo, et une autorisation à l'image si tu es mineur dans le corps du mail, pour que la photo puisse faire partie de l'expo virtuelle)

**Regarde**

La capsule « DISSIMULATION » ou suit le lien <https://www.instagram.com/p/CA4r3j1op8K/>

**Retrouve et Découvre**

Étapes- Conseils-Interview- Collection- Vidéo sur la page du défi DISSIMULATION(S)

[sabdagcie.wixsite.com/labointeractif/defi-dissimulation](https://sabdagcie.wixsite.com/labointeractif/defi-dissimulation)