

YOGA DANCING

Développer sa motricité et apprendre à s'exprimer en utilisant son corps.

Partager des règles, assumer des rôles et des responsabilités.

SAVOIR ÊTRE SOCIAL

Être capable d'endosser différents rôles (danseuse, danseur, dans un groupe, chorégraphe, juge.)

Respecter la mise en place et le rangement du matériel.

SAVOIR FAIRE PHYSIOLOGIQUE ET MOTEUR

Mobiliser et développer les différents qualités physiques (l'équilibre, la force, la souplesse, la coordination, la dissociation) pour faire les différentes postures de yoga et les pas de danse classique.

SAVOIR PSYCHOLOGIQUE ET COGNITIF

Oser se montrer devant les autres.

Être capable de créer une variation.

Mémoriser les enchaînements des pas.

Accepter son corps et ses possibilités.

ATTENDUS DE FIN DE CYCLE

Reproduire les différents exercices de la mise en train.

Créer en groupe plusieurs variations à partir des différents pas vus en cours.

FORMAT D'ÉVALUATION

Une évaluation au milieu de cycle (présenter en groupe une variation au choix).

Une évaluation en fin de cycle (présenter en groupe une variation tirée au sort).