



Contenu des variations libres pour le Championnat Départemental de Danse Jazz

Quelques conseils : Il est conseillé de choisir une musique appartenant à la grande famille de la musique jazz. Un enseignant de danse doit éduquer ses élèves et cultiver leurs connaissances musicales.

Bien entendu, faire une démonstration technique n'est pas suffisante. La danse est un art et la notion de qualité de mouvement doit être présente. Le candidat, jeune ou moins jeune, doit habiter le mouvement avec sensibilité et musicalité.

Eléments techniques souhaités par niveau :

■ Juvenile :

Tours : Une pirouette jazz (Jambes parallèles sur plié ou sur tendu) dans le sens en dedans et /ou en dehors)
Déboulé simple.

Sauts : Temps levés, saut de chats, petits jetés

Pas de liaisons :

Incorporer plusieurs formes, à choisir dans les propositions suivantes :

Les différentes formes de pas de bourrée

Les différentes formes de pas chassés

Le jazz square

Le pivot step

Les ball changes et catch step

Le mambo

Le drag

Inclure également :

Un travail d'isolations

Un équilibre sur un appui

Un passage au sol

A privilégier :

Une relation musicale lisible, un sens de la pulsation et de la mesure.
La rythmicité des appuis
La relation entre le haut et le bas du corps
La prise d'espace et l'amplitude de mouvement
Le sens artistique

■ **Junior :**

Tours :

Double pirouette jazz (Jambes parallèles sur plié ou sur tendu) dans le sens en dedans et /ou en dehors)
Barrel turn
Tours avec changement de niveau.

Sauts :

Temps levés dans une esthétique jazz, hitchkick, grands jetés

Pas de liaisons : Incorporer plusieurs formes, a choisir dans les propositions suivantes, avec un travail de bras et de dos :

Les différentes formes de pas de bourrée
Les différentes formes de pas chassés
Le jazz square
Le pivot step
Les ball changes et catch step
Le mambo
Le drag

Inclure également :

Un travail d'isolations dans un jeu rythmique avec coordination des bras
Un équilibre sur un appui en avec la notion de décalé (le dos hors l'axe vertical)
Un passage au sol avec une descente en hinged

A privilégier :

La notion de phrasé musical,
Des contrastes en vitesse et en dynamique
La prise d'espace et l'amplitude de mouvement
Le sens artistique

■ Youth :

Tours :

Double pirouette jazz enchaînée avec un saut ou un passage au sol
Tours avec levé de jambes (arabesque, attitude ou a la seconde).

Sauts :

(Choisir plusieurs dans la liste suivante) temps levé fouetté dans une esthétique jazz,
hitchkicks, sauts en tournant, coupé jeté, barrel jump

Pas de liaisons : Incorporer plusieurs formes, a choisir dans les propositions suivantes et s'en servir en accumulant l'élan pour les éléments techniques :

Les différentes formes de pas de bourrée
Les différentes formes de pas chassés
Le jazz square
Le pivot step
Les ball changes et catch step
Le mambo
Le drag

Inclure également :

Un travail d'isolations et d'ondulations avec déplacement
Un équilibre sur un appui (relevé) avec grand levé de jambe
Un passage au sol avec une descente en hinged

A privilégier :

La notion de phrasé musicale, un sens rythmique affiné
Des contrastes en vitesse et en dynamique
La prise d'espace et l'amplitude de mouvement
Le sens artistique

■ Adulte :

Tours :

Pirouette avec mobilité du dos et changement de forme
Tilt turn
Tours descendant au sol.

Sauts :

Combiner plusieurs grands sauts dans une grande prise d'espace

Pas de liaisons : Incorporer plusieurs formes, a choisir dans les propositions suivantes, avec un travail complexe de bras et de dos :

Les différents formes de pas de bourrée

Les différentes formes de pas chassés

Le jazz square

Le pivot step

Les ball changes et catch step

Le mambo

Le drag

Inclure également :

Grande mobilité de la colonne vertébrale

Levé de jambes avec grand décalé (layout, pitch)

Une chute au sol

A privilégier :

Une maîtrise de la syncope,

Des contrastes en vitesse et en dynamique

La prise d'espace et l'amplitude de mouvement

Une interprétation authentique et vécue.

