



# FÉDÉRATION FRANÇAISE DE DANSE

## ANNEXE CONSEILS AUX CANDIDATS L'ESPRIT JAZZ - LEXIQUE DE PAS - CHOIX MUSICAUX

Le jazz n'est pas seulement une musique qui force le corps au mouvement il n'est pas seulement musique ou danse il est expression totale. La danse jazz est née d'une synthèse particulière des danses africaines et européennes interagissant pendant 300 ans dans le creuset américain.

De ses origines africaines elle a conservé cette qualité de relâchement qui marque la symbiose du danseur avec son environnement .

De ses influences occidentales elle a puisé dans la danse classique et la modern'dance. Elle se caractérise par le rythme, la vibration sonore, corporelle et énergétique.

Les candidats sont encouragés à puiser dans le vocabulaire de la danse jazz, sans que les compositions deviennent un récit formel des pas et éléments techniques. Que la qualité plutôt que la quantité soit favorisée, et que le vocabulaire, la forme, le style soient tous au service de l'expressivité et musicalité jazz.

Les compétitions de danse jazz de la FFDanse offrent un temps et un espace d'expression aux pratiquants avec l'accompagnement de spécialistes. C'est une opportunité précieuse qui permet l'évolution de la qualité artistique et technique des jeunes danseurs dans cette spécificité. Nous proposons quelques références, quelques repères, afin d'aider les participants à mieux se situer face à la question de l'identité de la danse jazz.

L'objectif n'est pas de réduire les possibilités créatives des candidats par des mesures restrictives, mais simplement de redonner une valeur aux fondamentaux.

### L'ESPRIT JAZZ

Rappel de quelques traits spécifiques à la danse jazz qui constituent les éléments fondamentaux du mouvement

**LA DANSE JAZZ** entretient une relation très présente à la musique et au rythme : d'un jeu fusionnel à un dialogue de questions/réponses, en passant par un rapport uniquement rythmique ou mélodique, se laisser traverser par une pulse jubilatoire... Cette relation musicale peut prendre de multiples formes, sans que jamais ne soit oublié le swing et la sensation de groove qui gravite autour de la pulsation.

- A l'image de cette versatilité musicale, la danse jazz est contrastée, tant au niveau musical qu'en terme de qualités dynamiques : accents, nuances, ruptures, surprises ou syncopes. Elle se veut énergique et exprime par cette vitalité une soif de vivre et d'exister.

- Le rapport au sol est sensible, fluide et rapide à la fois, souvent qualifié de félin. En plus de la 4ème jazz spécifique, ce rapport au sol implique souvent une posture jazz : le poids du corps est plutôt porté sur l'avant-pied, ce qui donne une sensation de grande disponibilité, comme prêt à bondir et un engagement dans l'espace particulier. En conséquence, l'attaque du mouvement est souvent très énergique ou anticipée. Le pré-mouvement qui la précède est souvent en lien avec l'anacrouse musicale.

- Isolations, dissociations et polyrythmies sont au coeur de l'expressivité de la danse jazz. En plus d'être des outils de structuration corporelle, au service d'une grande mobilité et d'une conscience fine de la colonne vertébrale, ils sont aussi des éléments stylistiques de l'esthétique jazz.

- Une forte expressivité se dégage souvent des mains, de la région du centre du corps, et notamment du bassin, qui dégage une sensualité fine mais assumée.

- L'idée de partage est essentielle en danse jazz, cette générosité se traduit par une certaine projection et une communication évidente. Vivre ensemble l'instant, au présent

Ces quelques exemples de spécificités techniques et stylistiques, participent à façonner un certain corps jazz, une posture particulière traduisant un état d'être face au monde et à la société, qui est propre à cette esthétique. Ces éléments constituent une part de son identité et des valeurs qu'elle porte, indispensables à sa transmission et son évolution.

## NIVEAU JUVÉNILE

### Acquis généraux :

- \* Conscience globale de la posture, de la verticalité
- \* Équilibre sur un appui
- \* Équilibre sur relevé, deux appuis
- \* Implication du regard dans l'espace
- \* Acquisition des positions de bases : première, seconde, parallèle et en dehors, sixième, quatrième jazz en plié
- \* Isolations et ondulations simples
- \* Acquisition de la coordination controlatérale (opposition des membres, la notion de la torsion)
- \* Pas de bases dans différents trajets et orientations dans l'espace
- \* Savoir coordonner les bras et jambes dans les pas de bases
- \* Avoir la capacité à voyager dans l'espace (courses, pas chassés, sautillés, etc.)
- \* Être à l'écoute de la musique, savoir tenir la pulsation et la mesure
- \* Être sensible à la notion du contretemps, de l'accentuation propre au jazz
- \* Différencier l'impact, impulse, mouvement balancé et mouvement continu
- \* Être dans une qualité d'interprétation, une expressivité intériorisée

### Tours :

- \* Déboulé simple ou three step turn
- \* Tour en sixième
- \* Une pirouette simple en dehors et en dedans sur plié et sur tendu \* Tour piqué

### Sauts :

- Les sauts simples dans les cinq familles de sauts
- \* d'un appui au même appui (temps levé)
- \* d'un appui à l'autre appui (saut de chat, petit jeté)
- \* d'un appui aux deux appuis (assemblée)
- \* de deux appuis à un appui (sissonne)
- \* de deux appuis au deux appuis (soubresaut)

### Travail du sol :

- \* Savoir organiser ses appuis dans les passages au sol afin de descendre et de remonter dans une fluidité: roulades, jeux d'appuis

### Levés de jambes :

- \* Savoir tenir l'équilibre sur un appui
- \* Tenir le retiré en maintenant l'alignement du bassin (parallèle et en dehors)
- \* Flick, kick en petit hauteur
- \* quatrième, à la seconde et arabesque en petite hauteur

### Pas de liaisons :

- \* Les différentes formes de pas de bourrée
- \* Les différentes formes de pas chassés
- \* Le jazz square
- \* Le pivot step
- \* Les ball-change et catch step
- \* Le mambo
- \* Le drag

## NIVEAU JUNIOR

### Acquis généraux : Tous les acquis cités en niveau juvénile ...plus :

- \* Alignement de la tête, cage et bassin avec une conscience globale de la posture
- \* Savoir exécuter la contraction
- \* Capacité à engager la spirale
- \* Pas de bases dans différents trajets et orientations dans l'espace avec engagement du haut du corps, et dans différentes rythmicités
- \* Capacité à produire corporellement le contretemps et la syncope ainsi que la différence entre ternaire et binaire.

### Tours:

- \* Double pirouette jazz (Jambes parallèles sur plié ou sur tendu) dans le sens en dedans et /ou en dehors
- \* Tour en sixième (double)
- \* Double pirouette en dehors et en dedans sur plié et sur tendu.
- \* Tour piqué
- \* Pencil turn
- \* Barrel turn
- \* Compass turn
- \* Tours en attitude (simple)
- \* Tours avec changement de niveau

### Sauts:

- \* Temps levés dans une esthétique jazz, hitchkick, grands jetés

### Travail du sol:

- \* Aborder le hinge, les chutes simples.
- Levés de jambes:
- \* Savoir tenir l'équilibre sur un appui en sortant de l'axe
- \* Capacité à effectuer les élévations de jambes dans différentes vitesses
- \* Flick, kick en moyenne hauteur en quatrième, à la seconde
- \* Tenir une arabesque
- \* Les attitudes quatrième devant, seconde avant et arrière, parallèle et en dehors

### Pas de liaisons :

- \* 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



VARIATIONS IMPOSEES  
NOMENCLATURE DES PAS TECHNIQUES DEVANT ETRE ACQUISE SELON LES NIVEAUX D'AGE  
Donnée à titre indicatif pour les enseignants

## NIVEAU YOUTH

(nomenclature + conseils pour les variations libres)

**Acquis généraux :** Tous les acquis cités en niveau juvénile et junior ...Plus

- \* Avoir une maîtrise des changements subits de la vitesse et de la dynamique
- \* Savoir prendre des risques dans le déséquilibre et les chutes au sol
- \* Etre capable de combiner les isolations et pas de liaisons dans des coordinations complexes
- \* Savoir varier la relation à la musique avec subtilité

**Tours :**

- \* Double pirouette jazz enchaînée avec un saut ou un passage au sol
- \* Tours avec levé de jambes (arabesque, attitude ou à la seconde)
- \* Tous les types de tours cités en niveau junior avec les notions de décalé, de vitesse, avec une maîtrise d'élan, afin de gérer les prises de risque
- \* Double, triple déboulés
- \* Tour en sixième (double ou triple)
- \* Double, triple pirouettes en dehors et en dedans sur plié et sur tendu enchaînées avec passage au sol ou saut
- \* Tour piqué \* Pencil turn \* Barrel turn
- \* Compass turn \* Tours en attitude et arabesque en grande amplitude (double, ou en sortant de l'axe) Sauts : (Choisir plusieurs dans la liste suivante)
- \* Temps levé fouetté dans une esthétique jazz
- \* Hitchkicks
- \* Sauts en tournant
- \* Coupé jeté
- \* Barrel jump

**Travail au sol :**

- \* Hinges, drops, écarts américains, tours terminant au sol, Levées de jambes :
- \* Tilts \* Layouts en quatrième et à la seconde
- \* Grands ronds de jambes
- \* Grands battements (kicks ou flicks dans toutes directions)
- \* Attitudes en quatrième, à la seconde et arabesque en grande amplitude, parallèle et en dehors
- Adage en grande amplitude•

**Pas de liaisons :**

Incorporer plusieurs formes à 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 hinge
- 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

## NIVEAU ADULTE

(nomenclature + conseils pour les variations libres)

**Acquis généraux :** Tous les acquis cités en niveau juvénile, junior et youth ...Plus

- \* Avoir une maîtrise des changements subits de la vitesse et de la dynamique
- \* Savoir prendre des risques dans le déséquilibre et les chutes au sol
- \* Etre capable de combiner les isolations et pas de liaisons dans des coordinations complexes
- \* Etre capable d'enchaîner des éléments techniques ;  
ex : un tour multiple enchaîné directement avec un saut, un saut enchaîné par un passage au sol...
- \* Savoir jouer avec diverses relations musicales possibles, être avec ou contre, être à l'écoute de ..., en parallèle...
- \* Cultiver une maturité dans l'interprétation artistique avec une conscience approfondie de l'espace et du temps

**Tours :**

- \* Pirouette avec mobilité du dos et changement de forme
- \* Tous les types de tours cités en niveau junior avec les notions de décalé, de la mobilité du dos ou du relâché de la tête, de vitesse, de giration multiple, avec une maîtrise d'élan afin de gérer les prises de risque
- \* Tilt turn
- \* Tours en attitude et arabesque en grande amplitude (double, ou en sortant de l'axe)

**Sauts :**

- \* Tous les sauts cités en niveau junior avec plus d'amplitude, en combinaison avec d'autres éléments avec une attention particulière au niveau de la qualité de la suspension
- \* Jump over the leg
- \* Coffee grinder

**Travail du sol :**

- \* Hinges, drops, écarts américains, des tours terminant au sol
- Levées de jambes :
- \* Tilts \* Layouts en quatrième et à la seconde
- \* Grands ronds de jambes
- \* Grands battements (kicks ou flicks dans toutes directions)
- \* Attitudes quatrième à la seconde et arabesque en grande amplitude, parallèle et en dehors
- \* Adage en grande amplitude, avec prises de risque équilibre / déséquilibre

**Pas de liaisons :**

Incorporer plusieurs formes à choisir dans les propositions suivantes, avec un travail complexe 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 :**

- \* 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

# MUSIQUES SUGGEREES POUR LES VARIATIONS LIBRES



Le choix de musique pour une danse est un choix personnel, car chaque danseur a le droit à sa propre sensibilité musicale. Cependant, il est de notre devoir d'artiste de se cultiver, d'enrichir et d'approfondir ses connaissances.

| ARTISTE   | ALBUM   | MORCEAUX   |
|---|---|--|
| Sergio Mendes<br>Al Jarreau<br>Habouk Trio<br>Duke Ellington<br>Yellow Jackets<br>Leon Parker<br>Dave Brubeck<br>Weather Report<br>Stéfano Di Battista<br>Dianne Reeves<br>Habouk Trio<br>Herbie Hancock<br>Dizzy Gillespie<br>Pat Metheny<br>Kurt Elling<br>Bab Mintzer<br>Lizz Wright<br>New York, Voices | B rasiliéro<br>Accentuate the positive<br>Shamanimal<br>1928 by Duke Ellington<br>Club Nocturne<br>Aboye and Below<br>Time Further Out<br>Heavy Weather<br>Parker's Mood<br>Bridges<br>Shamanimal<br>Future to future<br>The colors of latin jazz<br>Imaginary day<br>The messenger<br>Bob Mintzer bib band<br>Salt<br>NY Voices collection | Magalenha<br>I'm beginning to see the light<br>Peau de bananes<br>The Mooche<br>Up from New Orleans<br>B.B.B.Insquare Dance<br>Birdland<br>Sall Peanuts<br>Testify<br>Dragon of lune<br>Be still<br>Mantega<br>The roots of coincidence<br>Tanya Jean<br>El Carborojena<br>Open your eyes, You van fly<br>Giant steps (de John Coltrane) |

| Jazz actuel français   | Jazz actuel américain  | Jazz Afro   | Jazz Afro Cubain - Bésilien  | Blues   | Autres propositions   |
|--|--|---|--|---|---|
| Daniel Mille (accordéoniste)<br>Richard Galliano (accordéoniste)<br>Diddier Lockwood (Violoniste)<br>Michel Petrucciani (pianiste)<br>HadoukTrio Percussions (diverses)<br>Erik Truffaz (sax + Electro)<br>Brad Meldhau (pianiste) | Keith Jarret<br>Pat Metheny<br>Wayne Shorter<br>Herbie Handcok<br>Bobby McFerrin<br>E.S.T<br>Buggle Wesseltoft<br>Bonjan Z<br>De-Phazz<br>Duran y Garcia<br>Gotan Project  | Manu Dibango<br>Fela Kuti<br>Salif Keita<br>Lokua Kanza<br>Richard Bona<br>Ablaye Cissoko                 | Ray Baretto<br>Michel Camilo<br>Tito Puentes<br>Sergio Mendes (brésil)<br>Stan Getz<br>Gilberto Gil<br>Antonios Carlos Jobin<br>Nana Vasconcelos<br>Egberto Gismonti   | Stevie Ray Vaughan<br>John Lee Hooker<br>B.B King   | Jamie Cullum<br>Terez Moncalm<br>Joshua Redman<br>China Moses<br>Melody Gardot<br>Amy Whinehouse<br>Mop Mop |
| Jazz traditionnel  | Jazz Fusion  | World Jazz (musique du monde)   | Vocalistes   | <b>BIBLIOGRAPHIE</b><br><br><i>Pour compléter cette information il est conseillé de consulter</i><br><br><i>-le cahier de la pédagogie en danse jazz, édité par le Centre National de la Danse</i><br><br><i>-Enseigner la Danse Jazz, Par Odile Cougoule, avec Daniel Housset et Patricia Karagozian</i> |   |
| Scolt Joplin<br>Louis Armstrong<br>Duke Ellington<br>Charlie Parker<br>Thélonious Monk<br>Dizzy Gillespie<br>Miles Davis<br>John Coltrane<br>Charles Mingus<br>Ray Charles<br>Charlie Mingus<br>Wayne Shorter                      | Herbie Hancock<br>Chick Corea<br>Jaco Pastarius<br>Marcus Miller<br>Lenny White<br>Leon Parker<br>Stanley Clarcke<br>Joe Zawinut<br>Michael Brecker<br>Pat Metheny<br>Weather Report<br>Yellow Jackets<br>Spyrogyra<br>Steps Ahead | Jan Garbarek<br>Sergio Mendes<br>Mickey Hart<br>Guem<br>Jean luc Pacaud<br>Michel Portal<br>Louis Sclavis | Louis Amstrong<br>Sarah Vaughan<br>Ella Fitzgerald<br>Al Jarreau<br>Bobby Mc Femin<br>Kurt Elling<br>Dianne Reeves<br>Lizz Wright<br>Stacey Kent<br>Elisabeth Kantomannou<br>Lucy Dixon<br>Diane Reeves<br>Cassandra Wilson<br>Billie Holliday (trad)<br>Dee Dee Bridgewater |   |   |