

BREAKDANCE

Séance 1 - Cycle 1, 2, 3



PLANÈTE CASQUETTE

OBJECTIFS

Objectifs de la séance : Entrer dans l'activité, entrer dans le monde du Breakdance.

SÉANCE 1 / SITUATION 1

OBJECTIF/BUT

Mise en disponibilité corporelle.

- Prendre conscience de soi et des autres.
- But d'action : se déplacer dans l'espace en marchant, en se frôlant, en se fauflant, en s'évitant.

CONSIGNES

- Matériel /organisation : déposer une casquette par élève sur le sol.
- Consigne 1 : Se déplacer en dispersion dans la salle. Quand A rencontre B, ils se disent bonjour avec une partie du corps.
- Consigne 2 : se déplacer dans l'espace en plaçant la casquette sur une partie du corps.

CRITÈRES DE RÉALISATION / CRITÈRES DE RÉUSSITE

- Être concentré et attentif aux consignes et aux autres.

VARIABLES

- La partie du corps est imposée par l'enseignant.
- A choisit la partie du corps et B lui répond avec la même et inversement.
- Répéter un certain nombre de fois le mouvement.
- A dit bonjour à B par une partie du corps très lentement et B lui répond par une autre partie très rapidement.

BREAKDANCE

Séance 1 - Cycle 1, 2, 3



PLANÈTE CASQUETTE

OBJECTIFS

Objectifs de la séance : Entrer dans l'activité, entrer dans le monde du Breakdance.

SÉANCE 1 / SITUATION 2

OBJECTIF/BUT

Situation d'apprentissage : être à l'écoute et mettre son corps en mouvement en relation avec la musique :

- casquette sur la tête,
- se mettre en mouvement sur la musique et s'immobiliser quand celle-ci s'arrête, selon la consigne demandée.

CRITÈRES DE RÉALISATION / CRITÈRES DE RÉUSSITE

- | Être à l'écoute de la musique pour s'immobiliser dès son arrêt.
- | Chercher à être original dans ses déplacements en jouant sur l'amplitude et la variété des segments utilisés.

CONSIGNES

- | Se mettre en mouvement :
 - Direction : de gauche à droite, en tournant, en avant, en arrière.
 - En alternant les postures (debout, accroupi, au sol...).

VARIABLES

- | Idem en ajoutant de la musique.
- Cf. annexe playlist proposée.



BREAKDANCE

Séance 1 - Cycle 1, 2, 3



PLANÈTE CASQUETTE

OBJECTIFS

Objectifs de la séance : Entrer dans l'activité, entrer dans le monde du Breakdance.

SÉANCE 1 / SITUATION 3

OBJECTIF/BUT

| Présentation de la production en musique.

CRITÈRES DE RÉALISATION / CRITÈRES DE RÉUSSITE

| Débuter et finir ensemble sur la musique.

CONSIGNES

| Casquettes au sol :

En demi-groupe (danseurs/spectateurs).

| **Consigne pour les danseurs :** Au démarrage de la musique, prendre sa casquette et se déplacer dans l'espace en choisissant un type de déplacement.

| **Consigne pour les spectateurs :** Respecter le silence. Observer les critères de réussite (déplacement avec la casquette).



BREAKDANCE

Séance 2 - Cycle 1, 2, 3



PLANÈTE « BREAK » : APPRENTISSAGE DU FRONT STEP

OBJECTIFS

Être capable de comprendre et réaliser les pas de base.

SÉANCE 2 / SITUATION 1

OBJECTIF/BUT

Mise en disponibilité corporelle

- Prendre conscience de soi et des autres.
- But d'action : se déplacer dans l'espace en marchant, en se frôlant, en se faulant, en s'évitant.

CONSIGNES

- Matériel /organisation : déposer une casquette par élève sur le sol.
- Consigne : en binôme, se déplacer en s'évitant sans se perdre du regard.

CRITÈRES DE RÉALISATION / CRITÈRES DE RÉUSSITE

- Être concentré et attentif aux consignes et aux autres.

VARIABLES

- Choisir un point dans l'espace, le fixer, aller dans cette direction et s'y immobiliser.

BREAKDANCE

Séance 2 - Cycle 1, 2, 3



PLANÈTE « BREAK » :

APPRENTISSAGE DU FRONT STEP

OBJECTIFS

Être capable de comprendre et réaliser les pas de base.

SÉANCE 2 / SITUATION 2

OBJECTIF/BUT

Être à l'écoute et mettre son corps en mouvement pour créer. Transformer sa motricité.

| Découvrir et reproduire des gestes simples : pas de base.

CONSIGNES

| Consigne : réaliser le FRONT STEP à partir de la vidéo suivante :

<https://youtu.be/Xm4Nqz-OOal>

CRITÈRES DE RÉALISATION / CRITÈRES DE RÉUSSITE

| Être concentré pour proposer des réponses variées selon le thème.

| Être attentif au leader pour reproduire le bon mouvement.

VARIABLES

| Pour le cycle 1, simplifier le mouvement.

| Réaliser les variantes proposées dans la vidéo (sur le coté, en arrière).

BREAKDANCE

Séance 2 - Cycle 1, 2, 3



PLANÈTE « BREAK » : APPRENTISSAGE DU FRONT STEP

OBJECTIFS

Être capable de comprendre et réaliser les pas de base.

SÉANCE 2 / SITUATION 3

OBJECTIF/BUT

Reproduire et acquérir une technique spécifique au hip hop. Se montrer devant les autres.

CONSIGNES

- Réaliser le mouvement collectivement sur la musique en intégrant un début et une fin.
- Réaliser le mouvement en groupe face à des spectateurs.

CRITÈRES DE RÉALISATION / CRITÈRES DE RÉUSSITE

Réaliser l'enchaînement en étant synchronisé et orienté face au public.

VARIABLES

- Former des groupes de trois à cinq.
- Nommer un leader placé devant.



BREAKDANCE

Séance 3 - Cycles 1, 2, 3



PLANÈTE « BREAK » :

APPRENTISSAGE D'UNE DESCENTE AU SOL

OBJECTIFS

Être capable de comprendre et réaliser les pas de base.

SÉANCE 3 / SITUATION 1

OBJECTIF/BUT

Mise en disponibilité corporelle.

- Prendre conscience de soi et des autres.
- But d'action : se déplacer dans l'espace en marchant, en se frôlant, en se faulant, en s'évitant.

CONSIGNES

- Matériel /organisation : déposer une casquette par élève sur le sol.
- Consigne : en binôme, se déplacer cote à cote et descendre au sol à deux.

CRITÈRES DE RÉALISATION / CRITÈRES DE RÉUSSITE

- Être concentré et attentif aux consignes et aux autres.

ÉVOLUTION

- Choisir un point dans l'espace, le fixer, aller dans cette direction et s'y immobiliser.

BREAKDANCE

Séance 3 - Cycles 1, 2, 3



PLANÈTE « BREAK » : APPRENTISSAGE D'UNE DESCENTE AU SOL

OBJECTIFS

Être capable de comprendre et réaliser les pas de base.

SÉANCE 3 / SITUATION 2

OBJECTIF/BUT

Être à l'écoute et mettre son corps en mouvement pour créer. Transformer sa motricité

- découvrir et reproduire des gestes simples : pas de base.

CRITÈRES DE RÉALISATION / CRITÈRES DE RÉUSSITE

Être concentré pour proposer des réponses variées selon le thème.

Être attentif au leader pour reproduire le bon mouvement.

ÉVOLUTION

Pour le cycle 1, simplifier le mouvement.

Réaliser les variantes proposées dans la vidéo (sur le côté, en arrière).

BREAKDANCE

Séance 3 - Cycles 1, 2, 3



PLANÈTE « BREAK » : APPRENTISSAGE D'UNE DESCENTE AU SOL

OBJECTIFS

Être capable de comprendre et réaliser les pas de base.

SÉANCE 3 / SITUATION 3

OBJECTIF/BUT

Reproduire et acquérir une technique spécifique au hip hop. Se montrer devant les autres.

CONSIGNES

- | En groupe
- | Réaliser un enchaînement de trois éléments : Front step + une descente + une statue (freeze).
- | Réaliser le mouvement en groupe face à des spectateurs.

CRITÈRES DE RÉALISATION / CRITÈRES DE RÉUSSITE

- | Réaliser l'enchaînement en étant synchronisé et orienté face au public.
- | Être concentré au moment de passer.
- | Les spectateurs doivent pouvoir rapidement repérer les 3 éléments.

ÉVOLUTION

- | Former des groupes de trois à cinq.
- | Nommer un leader placé devant.

BREAKDANCE

Séances 4-5 - Cycles 1, 2, 3



PLANÈTE « BREAK » : APPRENTISSAGE UNE FIGURE DE PASSPASS (AU SOL)

OBJECTIFS

Être capable de comprendre et réaliser les pas de base.

SÉANCES 4-5 / SITUATION 1

OBJECTIF/BUT

Mise en disponibilité corporelle.

- Prendre conscience de soi et des autres.
- But d'action : se déplacer dans l'espace en marchant, en se frôlant, en se faulant, en s'évitant.

CRITÈRES DE RÉALISATION / CRITÈRES DE RÉUSSITE

- Être concentré et attentif aux consignes et aux autres.

CONSIGNES

- Matériel /organisation : déposer une casquette par élève sur le sol.
- Consigne : en binôme, se déplacer côte à côte et descendre au sol à deux lorsque la musique s'arrête.

ÉVOLUTION

- Choisir un point dans l'espace, le fixer, aller dans cette direction et s'y immobiliser.

BREAKDANCE

Séances 4-5 - Cycles 1, 2, 3



PLANÈTE « BREAK » :

APPRENTISSAGE UNE FIGURE DE PASSPASS (AU SOL)

OBJECTIFS

Être capable de comprendre et réaliser les pas de base.

SÉANCES 4-5 / SITUATION 2

OBJECTIF/BUT

Être à l'écoute et mettre son corps en mouvement pour créer. Transformer sa motricité.

- découvrir et reproduire des gestes simples : pas de base.

CONSIGNES

| Consigne : réaliser une figure au sol dite Passpass

| En vous inspirant des vidéos suivantes :
<https://youtu.be/Hckkwbep8>
<https://youtu.be/ZMcOsje6rW>
https://youtu.be/QwKXEBiA_ag

CRITÈRES DE RÉALISATION / CRITÈRES DE RÉUSSITE

| Être concentré pour proposer des réponses variées selon le thème.

| Être attentif au leader pour reproduire le bon mouvement.

ÉVOLUTION

| Pour le cycle 1, simplifier le mouvement.

| Réaliser les variantes proposées dans la vidéo (sur le côté, en arrière).

BREAKDANCE

Séances 4-5 - Cycles 1, 2, 3



PLANÈTE « BREAK » :

APPRENTISSAGE UNE FIGURE DE PASSPASS (AU SOL)

OBJECTIFS

Être capable de comprendre et réaliser les pas de base.

SÉANCES 4-5 / SITUATION 3

OBJECTIF/BUT

Reproduire et acquérir une technique spécifique au hip hop. Se montrer devant les autres.

CONSIGNES

- | En groupe
- | Réaliser un enchaînement de quatre éléments : Front step + une descente + un passpass + une statue (freeze).
- | Réaliser le mouvement en groupe face à des spectateurs.
https://youtu.be/QwKXEBiA_ag

CRITÈRES DE RÉALISATION / CRITÈRES DE RÉUSSITE

- | Réaliser l'enchaînement en étant synchronisé et orienté face au public.
- | Être concentré au moment de passer.
- | Les spectateurs doivent pouvoir rapidement repérer les 4 éléments.

ÉVOLUTION

- | Former des groupes de trois à cinq.
- | Nommer un leader placé devant.

BREAKDANCE

Séances 6 - Cycles 1, 2, 3



APPRENTISSAGE DU POPPING

OBJECTIFS

Être capable de comprendre et réaliser les pas de base

SÉANCES 6 / SITUATION 1

OBJECTIF/BUT

Mise en disponibilité corporelle.

- Prendre conscience de soi et des autres.
- But d'action : se déplacer dans l'espace en marchant, en se frôlant, en se faulant, en s'évitant.

CRITÈRES DE RÉALISATION / CRITÈRES DE RÉUSSITE

- Être concentré et attentif aux consignes et aux autres.

CONSIGNES

- Jeu du sculpteur.
- Consigne : en binôme, donner une forme à son camarade.
- Réaliser le mouvement en groupe face à des spectateurs.
https://youtu.be/QwKXEBiA_ag

ÉVOLUTION

- Choisir un point dans l'espace, le fixer, aller dans cette direction et s'y immobiliser.

BREAKDANCE

Séances 6 - Cycles 1, 2, 3



APPRENTISSAGE DU POPPING

OBJECTIFS

Être capable de comprendre et réaliser les pas de base



SÉANCES 6 / SITUATION 2

OBJECTIF/BUT

Être à l'écoute et mettre son corps en mouvement pour créer. Transformer sa motricité.

- Découvrir et reproduire des gestes simples : pas de base.

CRITÈRES DE RÉALISATION / CRITÈRES DE RÉUSSITE

Être concentré et attentif aux consignes et aux autres.

CONSIGNES

Consigne : se déplacer comme un robot.

En vous inspirant de la vidéo suivante : https://youtu.be/VTj_Bfn_Yw

ÉVOLUTION

Choisir un point dans l'espace, le fixer, aller dans cette direction et s'y immobiliser.

BREAKDANCE

Séances 6 - Cycles 1, 2, 3



APPRENTISSAGE DU POPPING

OBJECTIFS

Être capable de comprendre et réaliser les pas de base

SÉANCE 6 / SITUATION 3

OBJECTIF/BUT

Reproduire et acquérir une technique spécifique au hip hop. Se montrer devant les autres.

CONSIGNES

- | En groupe :
Réaliser un enchaînement de cinq éléments.
- | Front step + une descente + un passpass + popping + une statue (freeze).
- | Réaliser le mouvement en groupe face à des spectateurs.

CRITÈRES DE RÉALISATION / CRITÈRES DE RÉUSSITE

- | Réaliser l'enchaînement en étant synchronisé et orienté face au public.
- | Être concentré au moment de passer.
- | Les spectateurs doivent pouvoir rapidement repérer les cinq éléments.

ÉVOLUTION

- | Former des groupes de trois à cinq.
- | Nommer un leader placé devant.

BREAKDANCE

Séances 7-8 - Cycles 1, 2, 3



BATTLE

OBJECTIFS

Mémoriser un enchaînement de pas de bases et s'affronter en battle.

SÉANCES 7-8 / SITUATION 1

OBJECTIF/BUT

Mise en disponibilité corporelle.

- Prendre conscience de soi et des autres.
- But d'action : se déplacer dans l'espace en marchant, en se frôlant, en se faulant, en s'évitant.

CRITÈRES DE RÉALISATION / CRITÈRES DE RÉUSSITE

- Être concentré et attentif aux consignes et aux autres.

ÉVOLUTION

- Choisir un point dans l'espace, le fixer, aller dans cette direction et s'y immobiliser.

BREAKDANCE

Séances 7-8 - Cycles 1, 2, 3



BATTLE

OBJECTIFS

Mémoriser un enchaînement de pas de bases et s'affronter en battle.

SÉANCES 7-8 / SITUATION 2

OBJECTIF/BUT

Être à l'écoute et mettre son corps en mouvement pour créer.
Transformer sa motricité

Concevoir et mémoriser un enchaînement complet de 4 à 6 mouvements.

ÉVOLUTION

Pour le cycle 1, proposer des mouvements individuels et simplifiés.

CRITÈRES DE RÉALISATION / CRITÈRES DE RÉUSSITE

- Être concentré pour répondre à l'équipe adverse.
- Être attentif au leader pour reproduire le bon mouvement.
- Coopérer.



BREAKDANCE

Séances 7-8 - Cycles 1, 2, 3



BATTLE

OBJECTIFS

Mémoriser un enchaînement de pas de bases et s'affronter en battle.

SÉANCES 7-8 / SITUATION 3

OBJECTIF/BUT

Reproduire et acquérir une technique spécifique au hip hop. Se montrer devant les autres.

ORGANISATION

- | En battle, deux groupes face-à-face et deux groupes de spectateurs puis inverser les rôles.
- | Pour les danseurs (b boys et b girls) : Réaliser son enchaînement en réponse à celui de l'équipe adverse.
- | Pour les spectateurs : Observer et voter pour un des deux groupes.

CRITÈRES DE RÉALISATION / CRITÈRES DE RÉUSSITE

- | Réaliser l'enchaînement en étant synchronisé et orienté face au public.
- | Être concentré au moment de passer.
- | Les spectateurs doivent pouvoir rapidement repérer les cinq éléments.

ÉVOLUTION

- | Nommer un leader placé devant.
- | Musique plus rapide.
- | Cycle 1 : passage à plusieurs au milieu d'un cercle de spectateurs qui encouragent en frappant le rythme sur la musique.

BREAKDANCE

Cycles 1, 2, 3



PLAYLIST BREAKDANCE

- [▶ Dj CHiEF - B-Murder.mp3](#)
- [▶ Dj Legioner - Fresh.mp3](#)
- [▶ Dj Mahil - Shape of you \[Bboy remix\] _ Bboy Music 4 Life 2017.mp3](#)
- [▶ Dj Nobunaga - Machine Guns _ Bboy Music 4 Life 2015.mp3](#)
- [▶ Dj-leg1oner-special-for-your-skills-mixtape-bboy-music-4-life-2018.mp3](#)
- [▶ Dj-nobunaga-higher-dum-edit-bboy-music-4-life-2018.mp3](#)
- [▶ Locking Music _ Ren Woods _ I Don't Wanna Stop .mp3](#)
- [▶ Movin' Up _ Dayton.mp3](#)
- [▶ Plasteed - Method Man _ Bboy Music 4 Life.mp3](#)
- [▶ Show janvier L2KJr.mp3](#)
- [▶ The Bull _ The Mike Theodore Orchestra.mp3](#)
- [▶ Working Day & Night _ michael Jackson.mp3](#)



BREAKDANCE

Cycles 1, 2, 3



DES ALBUMS POUR ALLER PLUS LOIN...



FIN DE CYCLE 1, 2, 3



CYCLE 1



CYCLE 4



CYCLE 3, 4



CYCLE 3