

Jeudi 16 mars 2023

Comment préparer vos
chorégraphies de spectacle

Le webinaire commence dans
quelques minutes...



Jeannine Lorca

Normalement, les micros et vidéos sont coupés par défaut.
Si ce n'est pas le cas, merci de les couper



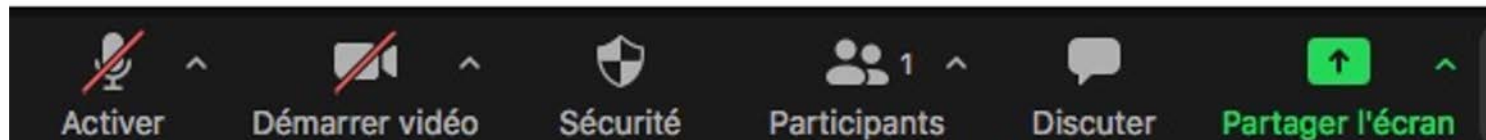
INSTALLEZ-VOUS CONFORTABLEMENT

A ce stade, vous devez nous entendre. Branchez votre casque ou allumez vos enceintes...

Montez le volume !

Inscrivez le nom de votre ville dans le tchat « Discuter » en bas de votre écran.

Confirmez que vous nous entendez bien !



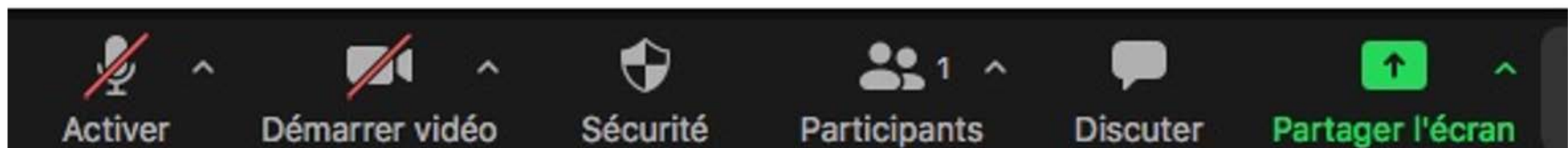
Vérifiez que votre micro est désactivé.

Webinaire animé par

Jeannine LORCA,

Avec le support technique et
Géraldine LACOTE et Rémi LEVY

Pour poser vos questions



Jeannine Lorca



- Professeur de danse diplômée d'état (Jeunesse et sport) et de la méthode Irène POPARD
- enseigne la danse en conservatoire, en association et en école privée depuis 1972 et a organisé plus de 50 spectacles !
- Formation : danse classique (Raymond Franchetti), Martha Graham (Georges Tugdual) ; Modern'Jazz (Nicole Guitton, Michaël Owens et Rick Odums), Contemporain (Lola Keraly).
- enseigne aujourd'hui au *Centre de Danse de Marais* et préside l'**Association Nationale Irène POPARD**. Depuis 2010, elle dirige le cursus de formation pédagogique qui débouche sur la Certification Professionnelle : "*Utiliser la Méthode Irène POPARD et sa Pédagogie*"



Ce que nous allons mettre en relief



1. Savoir s'appuyer sur une musique.
2. Savoir établir un plan de chorégraphie
3. Savoir être efficace.
4. Savoir planifier une construction chorégraphique

1. Savoir s'appuyer sur une musique.

Le choix de la musique va nous aider énormément, à condition :

- ✓ De repérer sa structure
- ✓ De profiter de ses spécificités.



- Les différents couplets et transitions
- Les changements d'atmosphère
- L'entrée d'un nouvel instrument
- Les reprises etc.

1. Savoir s'appuyer sur une musique.

S'appuyer sur la structure musicale pour déterminer la structure chorégraphique



Mais ce découpage ne suffira pas !

Madrius - O Pastor Décomposition Musicale

0'00 M₈ M₈ M₈ M₈ } Pulsation
M₈ M₈ M₈ M₈

0'20 (V₈³ N₆ 781 N₈ N₆ 781
N₈³ N₆ 781 N₈ N₆ 781

0'46 (N₈³ N₆ 781 N₈ N₆ 781
N₈³ N₆ 781 N₈ N₆ 781

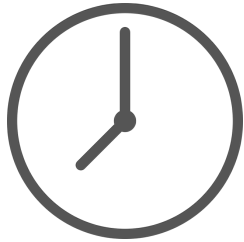
1'10 (O₈ O₈ O₈ O₈
O₈ O₈ O₈ O₈

1'32 (O₈ O₈ O₈ O₈
O₈ O₈ O₈ O₈

1'55 M₈ M₈ M₈ M₈
2'12 P₈ P₈ P₈ P₈
P₈ P₈ P₈ P₈

2'20 eeeeeeeeeeeeeee 16
2'25

2. Savoir établir un plan chorégraphique



3 heures sont nécessaires pour construire le plan d'une chorégraphie.

- ✓ Dessiner les tableaux principaux
- ✓ Noter les transitions avec précision:
 - ... D'où on part
 - Et où on arrive...

Cette étape ne sera pas suffisante !

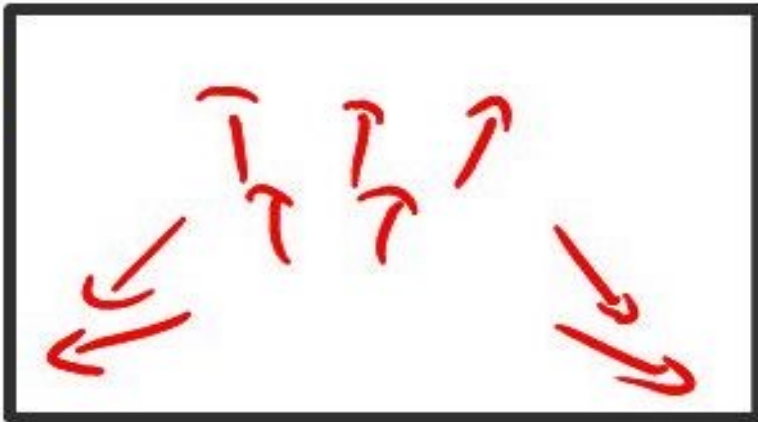


2. Savoir établir un plan chorégraphique

- ✓ Notez le timing : *Pour rechercher un passage précis.*
- ✓ Notez le nombre de mesures pour :
 - Chaque tableau
 - Chaque transition

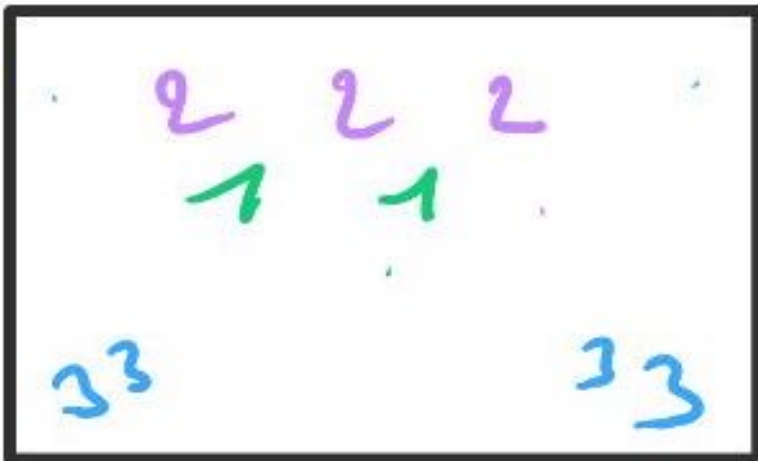
Tableaux de transition indispensables

9



1' 3 2 3 accents
 se séparer
 en 3 Rôles

10



1' 3 5 6 x 8 tps
 3 Rôles ≠

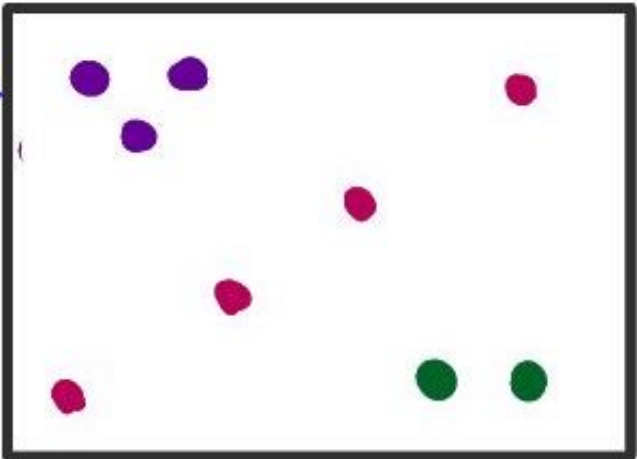
Tableaux de transition indispensables

11



$2'10$ 16tps
Déplacement
Parcours "Zombie"

12



$2'23$ 5 x 8tps
3 Rôles \neq
Debout
Diagonale
Sol

3. Savoir être efficace



La seule solution :

Un plan bien fait et complet !

Utilisez des couleurs spécifiques :

- Le bleu pour la musique (*Timing et Mesures*)
- Le rouge pour les déplacements
- Couleur différente pour chaque rôle !

4. Savoir planifier une construction chorégraphique

**3 heures pour construire une chorégraphie :
Ce n'est pas du temps perdu !**



Quels sont les avantages d'avoir fait un plan ?

1. *Pouvoir construire une partie de la chorégraphie directement avec les élèves*
2. *Reprendre le travail directement où on l'a laissé*
3. *Avoir la possibilité d'arriver en cours sans avoir préparé son cours*
4. *Ne pas perdre de temps pour rechercher un passage précis*
5. *Bien connaître sa musique et avoir noté le nombre de mesures à travailler*

Comment préparer vos chorégraphies de spectacle ?



- Avez-vous pris conscience que la construction d'un plan chorégraphique pourrait soulager votre travail ?
- Pensez-vous que cette intervention vous a fait avancer ?
- Avez vous des questions ?

Irène POPARD

La Méthode

*Cette Gymnastique
qui est aussi de la Danse...*

Utiliser la méthode Irène POPARD et sa pédagogie



Association Nationale
Irène POPARD
www.irenepopard.com

Mis en place depuis juillet 2010



Nous allons voir ...



- La certification
- A qui s'adresse la formation
- Témoignages de certifiés
- Où a lieu la formation
- Qui sommes nous
- La Méthode Irène POPARD
- Le cursus de formation
- La prochaine session (Printemps)
- Les inscriptions
- Le financement



Quoi ?



- Renforcement des compétences des **professeurs de danse** et des professionnels des disciplines corporelles et artistiques
- Validation : Certification inscrite au Répertoire Spécifique

« Utiliser la Méthode Irène POPARD et sa Pédagogie »



A qui s'adresse cette formation ?

Aux professionnels du mouvement :

- **Professeurs de danse,**
- Animateurs de loisirs,
- Professeurs de écoles,
- Danseurs en reconversion,
- Professeurs d'E.P.S.,
- Intervenants artistiques.



Elles et ils en parlent !

« En l’adaptant à notre gestuelle, cette méthode d’enseignement est une ouverture, un complément aux cours que nous dispensons » **Pierre-Jean GOURDIN** Professeur Diplômé d’État / Option Jazz (Promotion 2011)



« J’ai immédiatement été séduite par le contenu, les formatrices et les valeurs de bienveillance, de générosité et d’ouverture portées par celles-ci et me suis vite rendu compte de l’étendue des possibles que cette formation allait pouvoir m’ouvrir » **Muriel HOUIS** Professeur Diplômée d’État / option jazz (Promotion 2018)



Elles et ils en parlent !

« Cette formation me permet de boucler une boucle au niveau personnel, je prends enfin confiance en moi et fais une force de mon vécu. »

Karine GIRARDIN contemporaine (Promotion 2019)
Danseuse



« Depuis ma formation Popard, les séances que je propose sont mieux dosées en effort grâce à la structuration en modules de travail court. »

Stéphanie GARCIA Maîtrise sciences de l'éducation /
Danses du monde (Promotion 2019)



Elles et ils en parlent !



Dès la première session, la formation agit sur moi comme un interrupteur... Et quelle découverte!

Et quelle révélation ! **Coralie ALLIER EAT option classique (Promotion 2019)**



« Cette méthode est pour moi un outil pédagogique complémentaire aux autres diplômes. Ce qui la rend indispensable c'est qu'elle est complète. »

Isabelle RODRIGUES Professeur Diplômé d'État / Option Jazz (Promotion 2018)





ASSOCIATION NATIONALE IRÈNE POPARD

Association Nationale
Irène POPARD - Licence
CC BY-NC-ND



L'association Nationale

Irène POPARD

- Un engagement de professeurs diplômés de la méthode Irène POPARD
- Objet : pérenniser cette méthode
- Activités :
 - Formation Pédagogique
 - VAE CQP-ALS
 - Rencontres chorégraphiques
 - Projets de recherche et conférences
 - Mémoire (archives)

Qualiopi
processus certifié

 **RÉPUBLIQUE FRANÇAISE**

La certification qualité a été délivrée au titre des catégories d'actions suivantes :

Actions de formation

Actions permettant de valider les acquis de l'expérience

Association Nationale
Irène POPARD - Licence
CC BY-NC-ND



L'équipe

- Directrice pédagogique : Jeannine LORCA
- Directeur administratif : Rémi LEVY
- Assistante Administrative : Géraldine LACOTE

Intervenantes

Jeannine LORCA



Florence
SIKORA



Patricia
QUINTANA



Sarah
LAMY



Spécificité de la méthode Irène POPARD



- Créée en 1917, elle a évolué avec les sciences humaines et biologiques...
- Une pédagogie cohérente
- Une méthode éducative
- Une grande place donnée à la musique et au rythme



Les principes généraux

- Un enseignement **progressif**.
- **Adapté** à chaque tranche d'âge
- Basé sur la **respiration** et le contrôle de l'effort.
- Relation étroite entre la **musique** et le mouvement.
- Permet un **placement** correct du corps par le renforcement musculaire.



Les principes généraux

- ❖ Pas de compétition mais le plaisir de faire ensemble
- ❖ La réussite :
 - donner des exercices que l'enfant (ou l'adulte) sera capable de réaliser
 - Valoriser et stimuler
- ❖ Allie apprentissage et improvisation pour accompagner chacun dans sa démarche





Association Nationale
Irène POPARD - Licence
CC BY-NC-ND



5 sessions par an

Chaque session a une durée de 3 à 6 jours et est précédée d'une semaine de préparation



1ère semaine (Préparation) : A distance, avec des activités en autonomie (documents, questionnaires, vidéos...)

2ème semaine : Session de formation :

Centre de Danse du Marais ou à distance par visio.



Où ?

Centre de danse du Marais

41 rue du Temple – Paris 4^{ème}



Et à distance !



Prochaine session du 24 au 28 avril 2023



De l'interprétation musicale... au spectacle de fin d'année

(Module 7 de la Méthode Irène
POPARD)

Le retour au calme

(Module 8 de la méthode Irène
POPARD)



Organisation de la formation en 5 sessions



- **Session d'été: 6 jours**
 - Introduction à la Méthode Irène Popard
 - Présentation des 8 modules composant le cours complet
- **Session d'Automne: 5 jours**
 - Déplacements et évolutions (Module 1)
 - Placement, asymétriques, équilibres (Module2)
- **Session de Noël : 3 jours**
 - Etirements et grande souplesse (Module 3)
 - Sauts et sautillés (Module 4)



- **Session d' Hiver : 5 jours**

- Rythme (Module 5)
- Appuis et portés (Module 6)



- **Session de Printemps : 5 jours**

- Adaptations musicales : enchaînements, chorégraphies, spectacles (Module 7)
- Retour au calme (Module 8)

- **Validation des acquis: 1 jour**

- Epreuves théoriques
- Epreuves pratiques :
Pédagogiques et Artistiques



Calendrier

- **Session de printemps (5 jours) :**
du lundi 24 au vendredi 28 avril 2023
- **Session d'été (6 jours) :**
du lundi 10 au samedi 15 juillet 2023
- **Session d'automne (5 jours) :**
du lundi 23 au 27 octobre 2023
- **Session de Noël (3 jours) :**
Du mercredi 3 au vendredi 5 janvier 2024
- **Session d'hiver (5 jours) :**
du lundi 19 au vendredi 23 février 2024
- Validation pour le Certificat au mois de novembre



Inscriptions

- ❖ Possibilité de s'inscrire à chaque session.
- ❖ Demander un dossier de candidature sur le site
- ❖ Renvoyer le dossier
- ❖ Après acceptation on étudie avec vous les possibilités de financement



Financement

- La formation totale ou partielle peut être financée dans le cadre de
 - Plan de développement des compétences
 - OPCO et FAF (FIF-PL, AFDAS etc)
 - Pôle emploi
 - **MonCompteFormation**
- Tarifs spéciaux pour les individuels sans prise en charge et remise lors d'une inscription à toutes les sessions.



Financement de la formation

- **Une obligation de qualification**
 - Obligation d'adapter le salarié à son poste de travail
 - Maintenir leur capacité à occuper un emploi
 - **Entretien professionnel** et état récapitulatif (tous les 6 ans)
- 3 critères :
 - **Avoir suivi au moins une formation**
 - Avoir obtenu des éléments de certification par la formation ou VAE
 - Avoir évolué au plan salarial ou professionnel
- Les entreprises de plus de 50 salariés doivent financer et gérer directement les actions de formation. (investissement)



Financement de la formation (Suite)

- Entreprises moins de 50 salariés
 - Plan de développement des compétences
- Principal OPC0 des employeurs (loisirs et sport)
 - **UNIFORMATION**
- Indépendants (y compris auto-entrepreneurs)
 - **FIF-PL**
 - AGEFICE
- Intermittents du spectacle et sport
 - **AFDAS**



Avant le 6 avril 2023 !

- ❖ Faire une demande de financement
- ❖ Bénéficiaire de MonCompteFormation
- ❖ Participer à la session à distance



La certification qualité a été délivrée au titre des catégories d'actions suivantes :

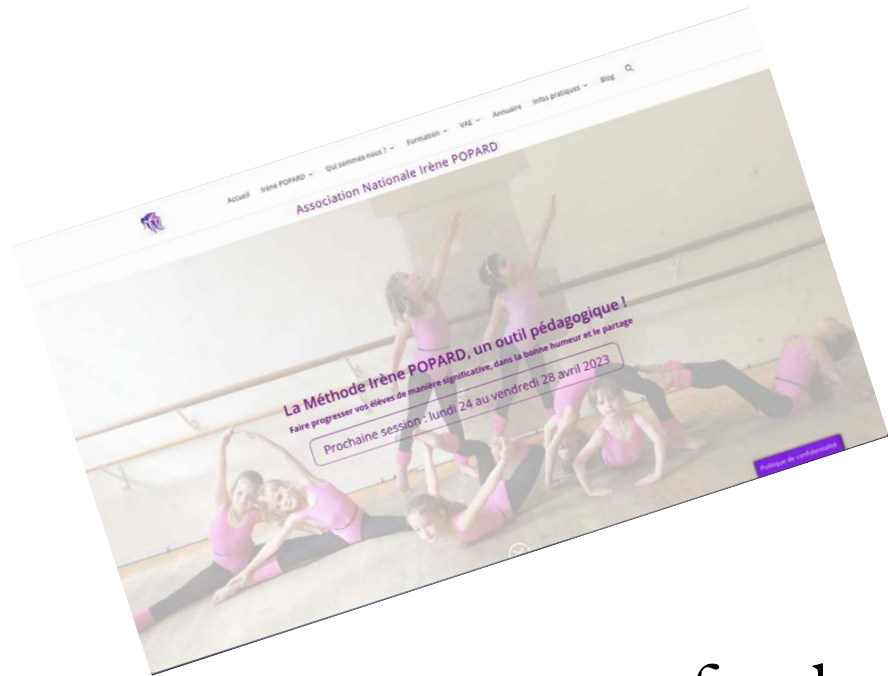
Actions de formation

Actions permettant de valider les acquis de l'expérience



Informations

www.irene-popard.com



facebook.com/irene-popard
twitter.com/IRENEPOPARD

accueil@irene-popard.com

Association Nationale
Irène POPARD - Licence
CC BY-NC-ND



Ce document est mis à disposition selon les termes de la licence :

Créative Commons,

Attribution - Pas d'Utilisation Commerciale – Pas de Modification.

[CC BY-NC-ND](#)

Les autorisations au-delà du champ de cette licence peuvent être obtenues en me contactant à l'adresse suivante : Contact@irene-popard.com

