

Les méthodes pédagogiques - Suite

6) Méthode de l'extension

C'est une méthode qui permet de croiser plusieurs séquences chorégraphiques. Il faut un nombre impair de séquences ; on peut travailler avec 4/8/16 temps.

On peut donc utiliser cette méthode à l'intérieur d'un bloc de 32 temps mais c'est aussi celle qu'on utilise en fin de cours lorsque l'on veut « couper ».

Ex : On a 3 séquences de 16 temps alternés qu'on appelle A B et C

A

Base	GGG	B	B
Variation	L step	Mb	Pivot

B

Base	B	G	G	G
Variation	V	TF	Pony	Pony

C

Base	BB	B	G
Variation	Dégagés	RT	Kick

Il faut amener d'abord chaque partie avec la méthode adaptée puis additionner

Partie A on va utiliser la méthode Substitution arrière

G

GGG

Lstep

Lstep + B +B

Lstep + Mb + Mb

Lstep + Mb + Pivot

On obtient une séquence alternée qu'on appelle AA' (A débute sur le pied droit et A' sur le pied gauche)

Ensuite apprentissage de la partie B ; ici substitution avant puis arrière

G

TF

B + TF

V + TF

V + TF + G + G

V + TF + Pony + Pony

Même chose on obtient BB'

On arrive à l'addition, on reprend $AA' + BB'$

Puis apprentissage de la partie C, ici 2 substitutions avant

G

Kick

B + Kick

RT + Kick

B + B + RT + Kick

Dégagés + RT + Kick

On additionne ce qui donne $AA' + BB' + CC'$

Maintenant pour croiser les 3 séquences on va utiliser l'extension

Il suffit de couper les parties alternées et de les enchaîner :

On prend la partie A puis on enchaîne la partie B puis la C et on revient à la A etc..

On aura donc A sur le pied droit puis B sur le pied gauche puis C sur le pied droit puis A sur le pied gauche etc..

On passe de $A + A' + B + B' + C + C' \Rightarrow A + B' + C + A' + B + C'$