

## Les méthodes pédagogiques

### 1) Méthode pyramidale

C'est une méthode d'initiation pour un apprentissage progressif des pas de base qui est à utiliser pour de grands débutants ou pour l'échauffement notamment.

On va travailler avec 2 pas qu'on va répéter de façon dégressive sur les comptes musicaux.

Ex : 32 temps de V + 32 temps de Mambos

16 temps de V + 32 temps de Mambos

8 temps de V + 8 temps de Mambos

4 temps de V + 4 temps de Mambos

### 2) Méthode linéaire

C'est une méthode adaptée au public débutant. Vous pouvez néanmoins utiliser cette méthode pour isoler n'importe quel pas dans une chorégraphie qui nécessite un temps d'apprentissage. Le principe est la répétition de chaque pas de la chorégraphie qui seront ensuite additionnés.

Commencez par le pas alterné et apprenez ensuite chaque pas un par un ; si on rencontre un pas simple il faut utiliser un pas de transition pour permettre l'apprentissage sur l'autre pied.

Les pas de transition sont multiples

- 3Genoux en step/ 4Genoux en aéro
- Reprendre un nombre impair de fois le pas alterné du début de la chorégraphie
- Faire un nombre impair de tap up...

Ex :

Base	G	B	G	G
Variation	Kick	V	Elévation	Talon Fesse

Péda :

G

Kick

B (pied gauche)

V

Puis apprentissage V sur le 2eme pied en reprenant Kick 7x alternés et B pied droit

K + V

G

Elévation

K + V + El + El

G

Talon Fesse

K + V + El + TF

### 3) La liaison

La méthode consiste à lier l'apprentissage de 2 pas ensemble. Elle est généralement utilisée pour 2 pas simples qui se suivent.

Ex :

Base	GGG	B	B
Variation	L step	Mambo	Pivot

Péda :

G

GGG

Lstep

B

Mb

1 Mambo + 1 Pivot (attention a ce que ça ne tourne pas trop)

Puis apprentissage sur l'autre jambe via un pas de transition

Lstep + Mb + Pivot

### 4) La substitution arrière

C'est une méthode pour les initiés ou intermédiaire car on favorise un peu moins la répétition des pas. On commence toujours par le pas alterné qu'on fait évoluer puis on rajoute la suite avec les pas de base en respectant le format musical. Vérifiez combien de temps fait votre pas alterné de départ (4 ou 8 temps) !

Une fois les pas de base rajoutés vous allez les substituer avec votre variation la plus simple d'abord et terminer avec votre pas le plus compliqué.

Ex :

Base	G	B	B	B
Variation	Pony	V	Jazz Square	Mambo

Peda :

G

Pony

Pony + B

Pony + V

Pony + V + B + B (on rajoute 2 Basics pour atre sur la phrase musicale)

Pony + V + Mambo + Mambo

Pony + V + Jazz + Mb

#### 5) La substitution avant

Il s'agit de la même méthode que la substitution arrière sauf que le pas alterné ne se situe pas en premier dans la chorégraphie. Les pas à substituer se trouvent donc **avant** le pas alterné, ce qui nécessite une anticipation du 1 pour placer les pas de base en début de phrase musicale.

Ex :

Base	B	B	G	B
Variation	Jazz Square	Mambo	Pony	V

Péda :

G

Pony

Pony + B

Pony + V

B + B + Pony + V

Mambo + Mambo + Pony + V

Jazz + Mambo + Pony + V

NB : La différence avec l'exemple précédent réside uniquement dans votre compréhension du M musical. C'est votre communication des infos qui va permettre aux participants de comprendre quel est le 1<sup>er</sup> pas de la choré !