

# Glossaire

## Généralités

### ANTÉVERSION

Bascule du bassin dans le plan sagittal, qui entraîne vers l'avant les épines iliaques antéro-supérieures.

### APPUI

Partie(s) du corps en contact avec un élément extérieur, généralement le sol, servant de support à l'ensemble du corps et lui assurant sa stabilité. La prise de conscience des variations du poids et de sa répartition sur les appuis est indispensable à l'organisation posturale du corps et à l'efficacité de l'exécution de mouvements et de déplacements.

### CARRURE

Division traditionnelle d'une phrase musicale en cycles de quatre mesures ou d'un multiple de quatre.

### CONTRACTION

Mouvement global déclenché par une contraction des muscles abdominaux entraînant principalement une flexion de la colonne vertébrale (*Dictionnaire de la danse*, Larousse). L'impulsion naît dans cette région du bas-ventre et mobilise toute la colonne vertébrale du coccyx à l'occiput. Elle est fortement liée à l'expiration. Dans la technique jazz, on aborde trois types de contractions définis en fonction du point d'initiation du mouvement : sternale, pelvienne et globale. Les contractions se font aussi latéralement par sollicitation des muscles intercostaux, du carré des lombes, des obliques et du psoas.

### CONTRACT/RELEASE

Contraction et relâchement sont les deux phases d'un mouvement emprunté à la danse moderne. Ce principe basé sur la respiration (inspiration/expiration) est essentiellement issu des recherches de Martha Graham : « Le bassin est le centre du corps, il transmet l'énergie au dos, aux bras et aux jambes. »

## COORDINATION

Relation dynamique des différentes parties du corps entre elles permettant l'exécution d'un mouvement. La coordination met en jeu la relation existant entre le temps et l'espace dans le mouvement.

## DÉCALÉ

Déplacement déterminé d'une partie du corps hors de l'axe vertical, dans la réalisation d'un mouvement, sans entraîner pour autant un déséquilibre. Le décalé se définit dans une relation à l'espace et non au poids. Par exemple : un *tilt* reste en équilibre, mais l'axe central du corps est « décalé » par rapport à la verticale.

## DISSOCIATION

Forme complexe de la coordination qui consiste à rendre indépendantes dans le mouvement les différentes parties du corps pour développer ensuite leurs possibilités d'association. Dissociations et coordinations permettent l'émergence de polyrythmies corporelles.

## ISOLATION

Principe de mouvement qui fait travailler des zones articulaires séparément dans les trois plans de l'espace. On peut aussi parler de canalisation de l'énergie motrice d'une partie du corps, opérée sans oublier, par antagonisme, de contrôler le reste du corps. Les isolations effectuées selon des vitesses, des rythmes et des dynamiques variés permettent de développer l'autonomie de la tête, des épaules, de la cage thoracique et du bassin. « *Isoler* signifie séparer le mouvement d'une partie du corps de l'ensemble du corps. L'accentuation rythmique sous-tend inévitablement ce travail » (Dolorès Kirton Cayou, *Modern Jazz Dance*).

## OPPOSITION

Coordination naturelle des bras et des jambes qui se produit notamment lors de la marche. Quand la jambe droite avance, le bras gauche se place normalement en avant et *vice versa*. On dénomme cette coordination « controlatérale ».

## RÉTROVERSION

Bascule du bassin dans le plan sagittal qui entraîne vers l'arrière les épines iliaques antéro-supérieures.

## TRANSFERT

Action liée au changement et à la succession des appuis supportant le poids du corps au cours d'un mouvement, d'un geste ou d'un déplacement. Le transfert traduit une modification de la répartition du poids sur les appuis considérés. On parle de « voyage du poids » sur différents appuis.

## TRANSLATION

Déplacement horizontal, d'une partie du corps par rapport à l'axe central.

## SEGMENTATION

Division du mouvement en fonction de segments corporels : bras, avant-bras, mains, doigts, cuisses, jambes, pieds. Une succession de « segmentations » conduit à un mouvement comme la « vague » qui se développe en suivant les segments du bras, bien connue des danseurs de *hip hop*.

# Éléments techniques

## Marches et courses

### CAT WALK (MARCHE DU CHAT)

Marche très pliée dans laquelle on avance en croisant les pieds l'un devant l'autre, le buste très penché en avant. Présente dans *West Side Story*.

### DRAG

Pas traîné qui peut être exécuté dans différentes directions.

### HIP WALK OU SNAKE HIP

Marche accompagnée d'un déhanché latéral. Le nom « *snake hips* » vient du surnom donné au danseur noir américain Earl Tucker en raison de la virtuosité de ses cercles de hanches et de ses ondulations engageant le bassin.

### JAZZ WALKS

Différentes marches qui s'effectuent en demi-plié. Les oppositions bras/jambe ou épaule/bassin peuvent être plus ou moins engagées dans le mouvement.

### JAZZ RUNS

Même principe que pour *jazz walks*, les pas étant exécutés en courant. Pas révélé à l'époque du film *West Side Story*.

### MOON WALK

Marche exécutée dans un certain ralenti, au cours de laquelle le danseur recule tout en donnant l'illusion qu'il avance. Créée par le mime Étienne Decroux, reprise par le mime Marcel Marceau, elle a été popularisée par Michael Jackson.

### PAS DE CAKE-WALK

Pas exécuté le buste rejeté en arrière. Le danseur effectue une succession de petits sauts d'un pied sur l'autre tout en jetant devant la jambe libre, en battement développé ou en battement attitude. Pas souvent utilisé dans les numéros de comédies musicales pour organiser une sortie de scène finale.

### SLIDE

Pas glissé en avant, sur le côté ou en arrière. À noter : les *drags* et les *slides* sont très présents dans la danse populaire noire américaine. Ces deux pas étaient des spécialités de Fred Astaire, de Gene Kelly, des Nicholas Brothers...

## Pas de base

### BALL CHANGE

Pas constitué de deux changements d'appui, exécutés la plupart du temps sur un rythme de contretemps (« et un »). Le premier appui se fait sur la partie avant du pied (les coussinets ; en anglais *the ball of the foot*), ce qui produit un effet propulseur pour le changement d'appui. Le deuxième appui s'effectue à pied plat.

## CATCH STEP

Pas constitué de deux changements d'appui. Les deux pieds s'écartent rapidement l'un de l'autre à la 2<sup>de</sup> parallèle sur un rythme de contretemps.

## FUNKY FOUR CORNERS

Les hanches désignent tour à tour les quatre coins d'un carré. Il est possible d'exécuter le mouvement de hanche en faisant un pas dans chaque direction.

## HIP FALL (1)

Pas initié par le bassin avec un déhanché latéral du côté de la jambe de terre, suivi d'un déhanché latéral du côté de la jambe placée en retiré, fini tombé latéralement sur la jambe en retiré.

## HIP LIFT

À partir d'une position en retiré parallèle, effectuer un déhanché latéral du côté de la jambe en retiré, pour tomber latéralement du côté de cette même jambe.

## PAS DE BOURRÉE

Pas issu des danses traditionnelles françaises qui comporte trois appuis successifs. Il peut se faire sur le côté à partir d'une 2<sup>de</sup> position, en avant, en arrière et en tournant. En jazz, le pas de bourrée s'exécute souvent en plié.

## PAS CHASSÉ

Déplacement effectué généralement en 4<sup>e</sup> et 2<sup>de</sup> position, en plié ou en sautant, dans lequel un pied doit « chasser » l'autre pour prendre sa place. Il peut se faire dans différentes directions, principalement en avant, en arrière et sur le côté.

## PIVOT

Pivoter sur deux appuis avec ou sans transfert de poids.

## PIVOT STEP

Un pas en avant puis pivoter en faisant un ½ tour en dehors. On se retrouve de dos par rapport à l'orientation de départ.

## SHUFFLE

Pas de claquettes qui consiste à broser le sol avec l'avant-pied dans un mouvement d'aller-retour, sur un rythme de contretemps (« et un »).

## STEP

Terme générique employé pour désigner un « pas ».

## STEP BALL CHANGE

Un pas suivi d'un *ball change*. Ce pas peut se faire sur place ou en déplacement.

## SUGAR FOOT

Pas en demi-plié sur ¼ de pointe, la jambe libre effectuant des rotations externes à chaque pas. On trouve ce pas répété de nombreuses fois dans le ballet de Bob Fosse *Sing Sing Sing* créé en 1978 (à voir dans le DVD du spectacle *Fosse* créé à Broadway en 1999).

## TEXAS T

Pas effectué latéralement : croiser, ouvrir et poser le talon, pied flex au sol. Repartir de l'autre côté.

## TOUCH

Toucher le sol avec la pointe, la  $\frac{1}{2}$  pointe ou le pied entier, sans transfert de poids.

## TRIPLETTES

Dans la tradition « moderne », la triplette est une succession de trois pas de même longueur, le premier étant plié et glissé, les deux autres tendus, accomplis sur un rythme régulier de trois temps ou sur un rythme ternaire. La triplette jazz présente la même succession de trois pas. En revanche, les deux premiers pas se font traditionnellement en piqué tendu, le troisième en plié et le rythme utilisé est la plupart du temps binaire. Les triplettes peuvent s'exécuter dans différentes directions : en avant, en arrière, en tournant...

## TWIST (1)

Torsion simple exécutée à partir du bassin. Très présent dans les exercices de technique de base jazz, il est souvent engagé à partir d'une position 4<sup>e</sup> jazz (D) et amène le danseur dans « l'autre » 4<sup>e</sup> jazz (G) après un pivot d'un  $\frac{1}{2}$  tour.

## TWIST (2)

Mouvement issu de la danse afro-américaine ayant donné son nom au twist, danse de société des années 1960. Le mouvement de base se fait à partir de la taille : le bassin *twiste*, c'est-à-dire tourne autour de son axe dans un mouvement de va-et-vient. On peut citer comme référence le clip de la célèbre chanson *Let's Twist Again*, créée en 1961 par Chubby Checker, hymne des années 1960.

## PAS ISSUS DES DANSES DE SOCIÉTÉ

Mambo, cha cha cha, samba, rumba, salsa, bossa nova, charleston, valse, lindy hop, James Brown, jerk, madison, mashed potatoes, hully gully, pingouin, frug, Suzy Q, mess around...

## Isolations et ondulations

## BODY ROLL

Enroulé/déroulé du dos développant la fluidité du mouvement, le contrôle et la capacité à mobiliser la colonne vertébrale dans son entier. Il peut s'exécuter soit de haut en bas, en partant par la tête, soit de bas en haut en partant du bassin, dans une impulsion qui implique de « creuser » le dos ou de l'« arrondir » (voir aussi *ripple*).

## DOLPHIN (DAUPHIN)

Ondulation dans le plan sagittal, initiée par la tête et le haut de la colonne, qui engage le bassin. Apparue dans les années 1970, on la doit à Jojo Smith, chorégraphe américain, professeur et *coach* de Barbara Streisand.

## FIGURE 4

Mouvement qui dessine un 4 avec la jambe, en retiré, en dehors et en dedans.

## FIGURE 8

Mouvement qui dessine un 8, avec les bras comme le lasso, avec le bassin comme le mambo.

## HIP ROLL OU HIP CIRCLE

Cercle du bassin.

## HEAD ROLL OU HEAD CIRCLE

Cercle de la tête.

## MESS AROUND

Plusieurs formes derrière ce terme : toutes engagent le bassin dans un mouvement circulaire :

- mouvement s'effectuant sur place, pieds à plat, pendant lequel le bassin décrit un demi-cercle vers l'arrière dans le plan horizontal (voir le final de *Revelations* d'Alvin Ailey) ;
- mouvement circulaire du bassin faisant passer d'une 4<sup>e</sup> jazz à une autre, avec un changement d'orientation du corps ;
- cercle du bassin coordonné avec un mouvement de pivot sur une jambe.

## QUIVER

Vibrations du buste d'avant en arrière exécutées rapidement (mouvement d'origine africaine).

## RIPPLE

Ondulation dans le plan sagittal s'effectuant debout (mais aussi en dos plat), initiée par une rétroversion du bassin. L'ondulation peut circuler dans toute la colonne ou se limiter à la partie lombaire et aux basses côtes (voir Matt Mattox).

## SHAKE

Vibration qui se propage dans tout le corps. À regarder dans *Stack Up* de Talley Beatty (1983).

## SHOULDER ROLL OU SHOULDER CIRCLE

Cercle des épaules.

## SHIMMY

Vibration des épaules d'avant en arrière dans le plan sagittal. Mouvement né dans les années 1920.

## SNAKE

Ondulation dans le plan frontal, initiée par la tête et le haut de la colonne qui engage la colonne jusqu'au bassin. À partir de la position debout, la tête engage une profonde inclinaison latérale prolongée par un désaxé du bassin et une flexion de la jambe d'appui. Le « retour » se fait par un repoussé du pied d'appui, la tête guidant le trajet jusqu'à l'axe vertical.

## WAVE (LA VAGUE)

Succession d'ondulations descendantes ou ascendantes, réalisable avec les bras ou le corps entier.

## WORM

Ondulation de la colonne vertébrale dans le plan sagittal n'impliquant pas les cervicales, initiée soit par le sternum soit par le coccyx. Un exemple d'un *worm* initié par le sternum (répété de nombreuses fois et combiné avec des chassés en reculant) dans le clip de *Beat It* de Michael Jackson.

## Les grands levés de jambe

### FAN KICK

Grand battement en rond de jambe réalisé en croisant devant et, dans l'idéal, dans un plan frontal. Le rond de jambe peut se faire en dedans et en dehors (*fan*: éventail).

### FLICK

Selon Matt Mattox, action de développer la jambe de façon rapide et dynamique.

### KICK

Battement ou grand battement tendu.

### LAY OUT FRONT

Sur une jambe, pencher le buste en avant en dos plat, la jambe libre se lève à la 2<sup>de</sup> (on parle aussi de *lay out* 2<sup>de</sup>) ou en arabesque (on parle aussi de *lay out* arabesque, d'*arabesque* en T ou d'*arabesque* en planche).

### LAY OUT BACK

Sur une jambe, pencher le buste en arrière pendant que la jambe libre se lève en 4<sup>e</sup> devant en battement tendu ou développé (on parle aussi de *lay out* 4<sup>e</sup>).

### PITCH

Sur une jambe, plonger avec le buste en avant vers le sol, pendant que la jambe libre monte en arabesque, dans l'idéal jusqu'à la verticale (technique Martha Graham).

### ROUNDHOUSE BATTEMENT

Selon Matt Mattox, grand rond de jambe en dedans raccourci au genou, puis poser latéralement ou en 4<sup>e</sup> jazz.

### TABLETOP (1)

Attitude en 2<sup>de</sup> parallèle, buste en torsion vers la jambe, la jambe semble être posée sur une table.

### TABLETOP (2) OU FLAT BACK

Position dos plat.

## Mouvements en décalé

### DROP

En danse jazz, le *drop* s'effectue principalement dans une projection du buste en avant (dans le plan sagittal) ou sur le côté (dans le plan frontal), sur jambe(s) tendue(s) ou pliée(s). Le mouvement peut être initié par la tête, le sternum, le bassin qui bascule en antéversion, les côtes (pour le *drop* côté). Ce mouvement est issu de la technique Humphrey/Limón.

### DROP/RECOVER

Laisser tomber le buste en avant ou sur le côté, puis le ramener à la verticale dans une suspension.

**HINGE (CHARNIÈRE)**

Sur deux pieds (en 6<sup>e</sup>, en 2<sup>de</sup> ou 4<sup>e</sup> position parallèle) ou sur un pied (sur  $\frac{1}{4}$  ou  $\frac{1}{2}$  pointe), aligner le corps, des genoux jusqu'aux épaules, sur une ligne oblique par rapport à la verticale, effectué avec une poussée en avant du bassin (technique Lester Horton, modern dance des années 1940-1950).

**LATÉRAL T**

Position en forme de T, issue de la technique Horton : jambe de terre tendue (verticale), buste et jambe libre levée traçant une ligne horizontale.

**TILT**

Sur une jambe, sortir de l'axe vertical en inclinant le buste dans le plan frontal. Ce terme désigne aussi plus généralement les inclinaisons dans toutes les directions s'effectuant sans changement de la forme du corps (technique Martha Graham).

**Tours****BARREL TURN (TONNEAU)**

Pirouette exécutée le buste penché en avant, les bras ouverts de chaque côté comme des hélices. Très souvent effectué par Gene Kelly dans *Chantons sous la pluie* ou *Un Américain à Paris*.

**COMPASS TURN**

Pirouette réalisée le plus souvent en dedans et sur une jambe d'appui pliée. Le pied de la jambe libre trace un cercle au sol.

**CORKSCREW TURN**

Tour construit sur une spirale très proche de l'axe central, les ceintures scapulaires et pelviennes étant en torsion. Il peut s'exécuter avec un changement de niveau.

**DÉBOULÉS**

En jazz, tours tendus ou pliés qui utilisent les deux pieds l'un après l'autre. Exécutés en série, ils forment une succession de  $\frac{1}{2}$  tours qui s'enchaînent, en dehors d'un pied puis en dedans de l'autre. On dit aussi « tours chaînés ».

**DRAG TURN**

Tour sur un pied. Le pied de la jambe libre, croisé derrière, traîne au sol.

**KNEE TURN**

Pirouette ou déboulé sur les genoux.

**PENCIL TURN**

Tour jambes tendues serrées l'une contre l'autre en 6<sup>e</sup> ou en 1<sup>re</sup> avec un pied en flexion, sans contact avec le sol. Ne pas confondre avec une pirouette dite « en 6<sup>e</sup> ».

**THREE-STEP TURN**

Déboulé simple exécuté en trois pas sur deux temps.

## TOUCH TURN (DÉTOURNÉ)

Tour en dehors sur deux pieds, la jambe libre se posant derrière la jambe de terre pour engager le tour.

## TOUR PATINEUR

Tour en torsion, buste penché en avant, exécuté sur une jambe pliée. La jambe libre tendue est croisée derrière à la manière des patineurs.

## TOUR 6<sup>e</sup>

Tour sur jambes serrées en 6<sup>e</sup> position, sur plié, tendu, à pieds plats ou sur  $\frac{1}{4}$  ou  $\frac{1}{2}$  pointes, en dehors ou en dedans, et qui donne l'illusion qu'on tourne sur deux pieds.

## TURN

Pirouette en dehors ou en dedans, traditionnellement effectuée sur jambes pliées, même si la tendance actuelle est de la faire sur jambes tendues.

# Sauts

## BARREL JUMP

Saut en tournant, désaxé vers le sol. L'appel se prend sur un pied, la réception se fait sur l'autre. La traduction mot à mot donne « saut par-dessus un tonneau ». Très utilisé par Gene Kelly et Bob Fosse entre autres, ce saut nécessite de grandes qualités athlétiques.

Bob Fosse réalise une grande série de *barrel jumps* suivis dans son duo avec Tommy Rall dans le film *My Sister Eileen*, réalisé par S. Silvan Simon en 1955 et chorégraphié par Bob Fosse.

## BISON JUMP OU BISON LEAP

Saut originaire de la technique Graham réalisé à partir d'une sissonne ou d'un jeté. En l'air, une jambe est tendue devant, l'autre placée derrière en attitude. Le buste est courbé vers la jambe avant. Ce saut est présent, à plusieurs reprises, dans le tableau « *Sinner Man* » de *Revelations* d'Alvin Ailey.

## COFFEE GRINDER

Temps levé pendant lequel la jambe libre effectue un quart de rond de jambe en l'air (de la 4<sup>e</sup> devant jusqu'à la 2<sup>de</sup>), alors que la jambe d'appel se raccourcit sous la fesse. On peut voir ce saut dans *Chorus Line* de Richard Attenborough (1985).

## HITCH KICK

Temps de flèche, tendu ou développé, réalisable dans différentes directions, devant, côté, derrière.

## JUMP OVER THE LEG (RÉVOLTADE)

Saut effectué d'un pied sur le même pied, qui peut se réaliser à très petite ou très grande amplitude. La jambe libre est lancée en battement tendu devant soi ou croisé devant soi ; pendant le saut, la jambe d'appel passe en se raccourcissant au-dessus de la jambe libre. Le saut peut se faire avec ou sans changement d'orientation. À découvrir dans le film de Stanley Donen, *Seven Brides for Seven Brothers*.

## SAUT ATTITUDE

Saut au cours duquel les jambes sont en attitude devant et derrière, réalisable dans le principe du temps levé ou de la sissonne.

## STAG LEAP (SAUT DE BICHE)

Variante du grand jeté dans laquelle la jambe de devant se replie.

## Chutes

### HIP FALL (2)

Chute latérale au sol, engagée par la hanche.

### JAZZ SPLIT

Grand écart américain, la jambe arrière pliée. Rendu célèbre par les Nicholas Brothers, notamment dans *Stormy Weather* (1943), film d'Andrew L. Stone.

### KNEE FALL

Chute sur les genoux.

### KNEE SLIDE

Chute réalisée en glissant sur les genoux. Spécialité de la technique et du style de Jack Cole.

### SHOULDER FALL

Chute en arrière sur une épaule, suivie d'un mouvement glissé en arrière pour s'allonger sur le sol (technique Lester Horton).

## Ports de bras

### EGYPTIAN

Position issue de la technique Horton, les bras sont ouverts à la 2<sup>de</sup> (*open Egyptian*), les avant-bras pliés verticalement. On passe à la position *closed Egyptian* en rapprochant les avant-bras.

### JAZZ HAND

Position de la main, doigts écartés, paume ouverte.

### FRENCH HAND

Position de la main, poignet lâché.

### CUP

La paume de la main est arrondie comme une coupe (voir Graham).

### FLOWER

Les doigts sont ouverts en forme de calice de fleur en référence à la danse indienne.

# Lexique des actions de base se déclinant dans différentes formes de pas

*Bounce*: rebondir

*Dig*: enfoncer avec le pied (avant-pied, talon ou tout le pied) sans transfert de poids complet

*Drag*: traîner le pied au sol

*Drop*: laisser tomber ou relâcher

*Fall*: tomber

*Hop*: sauter sur un pied

*Jump*: sauter

*Leap*: sauter en longueur, jeter

*Pitch*: lancer vers le bas

*Roll*: rouler

*Run*: courir

*Shift*: transférer

*Skip*: sautiller

*Slide*: glisser

*Stamp*: frapper tout le pied au sol sans transfert de poids

*Stomp*: frapper tout le pied au sol avec transfert de poids

*Swing*: balancer

*Switch*: changer subitement de direction

*Touch*: toucher

*Turn*: tourner

*Twist*: tordre

*Walk*: marcher

*Wrap*: envelopper le corps avec les bras