

Sommaire

Avant propos

I. Notre enseignement

1. Vocabulaire + gestes patting + abréviations danses
2. Danser ensemble
3. Battre la pulsation
4. Le temps
5. Patting !
6. La chanson de la danse et les comptes
7. Le rythme outil de composition, d'improvisation
8. Conseils pour réaliser le plan d'une musique
9. Exemples de plans

II. Notre lecture AFCMD

1. Qu'est-ce-que l'AFCMD ?
2. Vocabulaire
3. La posture érigée
4. Clés de lecture
5. Temps du corps / Temps du mouvement

III. Compte rendus d'ateliers

1. Cours de Formation Musicale, notateurs du mouvement, CNSMDP
2. Journée de formation, ADDA 31
3. Stage de formation, ADDA 82
4. Stages d'écriture chorégraphique et musicale, isdaT

IV. Discographie

1. Légendes et exemples
2. Listes des pièces

V. Relations Danse-Musique

1. La musique intérieure du danseur
2. Grille de lecture
3. Commentaires d'extraits d'œuvres chorégraphiques
4. Vidéo-graphie

VI. La transcription du temps dans l'écriture Benesh

- 1. Un peu d'histoire**
- 2. Entrée en matière**
- 3. Concept d'analyse du mouvement**
- 4. Trois signes de base**
- 5. « 3 volumes » : tête, thorax, bassin**
- 6. Corps, espace, temps**
- 7. Temps, phrasé, rythme**
- 8. La danse de Manfrina**

VII. Le système nerveux et la perception du temps

- 1 Le système nerveux, son anatomie**
- 2. Le système nerveux producteur de rythmes internes**
- 3. La maîtrise du temps : mémoire de travail et à long terme**
- 4. La mesure du temps**
- 5. Stabilité et économie d'un système dans le temps**

VIII. Bibliographie et Annexes

↻ indique un renvoi vers une autre partie, pour une mise en correspondance, un complément d'information.