

Annexe 5 - Modules complémentaires obligatoires
C - Anatomie - Physiologie

Conception

L'anatomie - physiologie est enseignée en studio de danse afin de faciliter le transfert des connaissances théoriques à la pratique du mouvement. Elle amène le danseur à s'ouvrir à une conscience affinée de sa structure corporelle en explorant et détaillant plus particulièrement les mobilités articulaires et les fonctions musculaires dans les différents plans de l'espace. Chaque séance de travail est un atelier où exploration, observation, compréhension, intégration fonctionnelle et perceptive stimulent l'apprentissage actif et engagé des élèves. Tous les supports permettant de structurer la représentation du corps anatomique sont envisageables : squelette, planches anatomiques ou iconographiques choisies, tableau et feutres de couleur, supports audiovisuels, analogiques ou numériques...

I - Programme

I-1 anatomie fonctionnelle

Les plans de mouvements,

Le rôle du squelette, des muscles, des ligaments, des fascias,

Les différents types de contractions musculaires : concentrique, excentrique, statique,

Les unités fonctionnelles :

- la colonne vertébrale,
- l'organisation de la tête sur le cou,
- la cage thoracique et la respiration,
- la colonne lombaire et les abdominaux,
- la ceinture pelvienne,
- la ceinture scapulaire,
- la coxo-fémorale,
- le genou,
- la tibio-tarsienne,
- le pied,
- le bras et la main,

I-2 Notions de physiologie

-les organes de l'équilibre,

-le sens kinesthésique et la proprioception,

- le tonus musculaire, postural, de mouvement,
- mécanisme cardio-pulmonaire et adaptation à l'effort appliqué à la danse,
- le regard et la vision,
- les muscles toniques et phasiques,
- notions de nutrition.

II - Evaluation

Ces connaissances sont évaluées en contrôle continu au minimum en milieu et en fin de cursus.

Epreuves écrites et orales : un sujet est proposé ou tiré au sort, parmi ceux qui auront été abordés. Chaque sujet comporte un thème en anatomie, et une question de physiologie. Spécifiquement en anatomie, les épreuves font l'objet d'un traitement théorique avec démonstration sur le squelette et sur l'élève.

III - Notation

La note globale sur 20 est constituée comme suit :

- connaissance anatomique : note sur 15
- connaissance physiologique : note sur 5

La note de l'évaluation continue correspond à la somme de ces notes.