

LES NIVEAUX EN DANSE COUNTRY ET " LINE-DANCE "

Le niveau d'une danse (country et non country) représente les difficultés que rencontrent les danseurs lors de l'apprentissage et de l'exécution de cette danse.

Le niveau classe ainsi la danse dans une échelle de difficultés.

Parallèlement, comment les danseurs peuvent-ils se définir par rapport à ces niveaux ?

Voici un petit tableau, non exhaustif, qui peut vous permettre de vous situer par rapport aux niveaux des danses.

(Indépendamment du nombre d'années de pratique)

NIVEAUX	COMPETENCES A ACQUERIR <i>(avant de passer au niveau supérieur)</i>
<p>NOUVEAU <i>(ultra-débutant)</i> <i>(welcomer)</i> <i>(niveau 0)</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Apprentissage des 5 premières positions de pieds ✓ Apprentissage des pas et figures de base (appuis et directions) ✓ Apprendre à écouter la musique, introduction, rythme, comptage ✓ Apprentissage et exécution de quelques danses d'initiation de 16 à 32 temps, chacune ayant un rapport pédagogique bien défini, soit : orientation, rapidité, mémorisation, équilibre, gestion de l'espace, etc. <p><i>Vous découvrez cette discipline alors ce cours est fait pour vous. Ce niveau sert à acquérir quelques pas de base de la danse country et le vocabulaire. Les danses comportent 16 puis 32 temps au maximum. Il sert également à prendre de bonnes habitudes ou positions.</i></p>
<p>DEBUTANT <i>(beginner)</i> <i>(newcomer)</i> <i>(niveau 1)</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Avoir l'esprit country <i>(habillements et accessoires country western, esprit positif, constructif, chaleureux et convivial)</i> ✓ Pouvoir se repérer en direction dans l'espace ✓ Être capable de danser en ligne, en contra, en cercle, en couple ✓ Respecter l'étiquette de la piste de danse ✓ Connaitre les premiers pas de base (vine, shuffle, rock step, step turn, coaster step, cross, lock, etc.), leur transferts et directions. <p><i>Ce cours s'adresse à vous si vous voulez découvrir ou redécouvrir la danse Country mais aussi si vous souhaitez évoluer tranquillement à ce niveau de difficulté. La diversité et le nombre de chorégraphies différentes fait qu'on peut ne jamais s'y ennuyer. Danses simples en début de saison, évoluant en difficulté au fur et à mesure de l'année. Les chorégraphies comportent 16 puis 32 temps au maximum.</i></p> <p><i>Pour les danseurs ayant au moins 1 an de pratique, de nouveaux pas, des chorégraphies permettant de se perfectionner et de prendre de l'assurance. Apprentissage des danses standard permettant de s'amuser dans les bals. Ce niveau sert à acquérir les bases techniques et le vocabulaire de la danse country. Il permet de prendre (ou reprendre) de bonnes habitudes, positions ou postures.</i></p>
<p>NOVICE <i>(débutant-intermédiaire)</i> <i>(Improver)</i> <i>(niveau 2)</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Connaitre les pas de base ✓ Être capable de danser en ligne, en contra, en cercle, en couple ✓ Respecter l'étiquette de la piste de danse. ✓ Être capable de danser une chorégraphie sur une autre musique que sa musique d'origine. ✓ Savoir gérer son espace de danse, même restreint, pouvoir se repérer en direction dans l'espace ✓ Être capable de danser sur une chorégraphie intégrant un tag, un restart. ✓ Savoir danser sur une chorégraphie qui nécessite la synchronisation des pieds et des bras. ✓ Démarrer seul(e) une chorégraphie <p><i>Les danses sont plus compliquées, 32 à 48 temps le plus souvent, avec des tags ou restarts parfois. Les styles et rythmes de danse sont variés, avec plus de tours et de changements de direction, une plus grande technique est nécessaire.</i></p> <p><i>Accessible à ceux qui maîtrisent les bases de la danse Country.</i></p>

<p>INTERMEDIAIRE (<i>intermediate</i>) (niveau 3)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Connaitre toutes les terminologies (ou presque) ✓ Être capable de danser sur une chorégraphie "phrasée" ✓ Savoir reconnaître un style de musique et de danse (valse, polka, rock, two step, ECS, WCS...) ✓ Être capable de s'autocritiquer et s'auto corriger <p><i>Ce cours s'adresse aux personnes qui souhaitent acquérir des chorégraphies techniques sur des rythmes plus difficiles. Les danses sont beaucoup plus compliquées, pouvant atteindre 64, 80 temps, voire plus, sur des rythmes variés et souvent avec des tags, des restarts, ou des phrasées. Il y a également beaucoup de tours et de changements de direction.</i></p> <p><i>Un minimum de technique est exigé.</i></p>
<p>AVANCE (<i>advanced</i>) (niveau 4)</p>	<p>Les danses comportent des difficultés techniques supérieures. Ce cours nécessite un travail corporel technique et une grande assiduité. Le travail hors des cours est souvent réalisé.</p> <p>Ce niveau n'est accessible qu'aux danseurs possédant un bon niveau.</p>

Comment sait-on son niveau en danse country ?

Il suffit de suivre le cours de danse country dans lequel vous voulez vous inscrire, à l'essai. Si le rythme de ce cours de danse country ne vous a posé aucun problème et que vous dansez la danse sans sourciller, vous avez trouvé votre niveau. Pour passer au niveau supérieur, faites de même et vous saurez tout de suite s'il est fait pour vous.

Comment faire, j'oublie les danses country que j'ai appris d'un cours à l'autre ?

Si vous ne retenez pas les danses d'un cours à l'autre, ce n'est peut-être pas une question de niveau mais de travail personnel entre vos deux cours de danse country. Trouvez un autre danseur qui partage les mêmes cours de danse country que vous et révisez vos chorégraphies de danse country ensemble, même avec une séance de révision chez vous, vous constaterez que tout deviendra plus facile.