Allégresse : mouvements d'ensemble gymniques

Numéro d'inventaire : 2010.05589
Auteur(s) : E. Pelé
Georges Aubanel
Type de document : disque
Éditeur : Editions Billaudot
Imprimeur : Grav. Imp. Cavet et Cie
Période de création : 3e quart 20e siècle
Date de création : 1951
Collection : Rythme et art
Inscriptions :
• lieu d'édition inscrit : 14 rue de l' Échiquier, Paris 10e
• lieu d'impression inscrit : Paris
• marque : Scoladisque n° 5013
Matériau(x) et technique(s) : vinyle, papier
Description : Pochette kraft contenant une pochette en plastique avec un disque microsillon 33 tours, une feuille simple imprimée au recto, une feuille double imprimée en mauve et en noir, et un feuillet imprimé en noir.
Mesures : diamètre : 25 cm
hauteur : 21 cm ; largeur : 13,5 cm (dimensions de la feuille)
hauteur : 28 cm ; largeur : 18 cm (dimensions des livrets)
Notes : Disque contient : face 1 : étude. Face 2 : exécution. Feuille simple : comment utiliser le disque. Feuille double : partition. Feuillet 6 pages : théorie d'exécution par S. Pelé.
Mots-clés : Éducation physique et sportive
Musique, chant et danse
Filière : Élémentaire
Niveau : Élémentaire
Utilisation / destination : enseignement ( ) ; sport (Les mouvements d'ensemble gymniques composés sur "Allégresse" sont destinées aux fillettes de 9 à 13 ans".) ; musique
Autres descriptions : Langue : français
Nombre de pages : non paginé
Commentaire pagination : 1 + 4 + 6 p.
couv. ill. en coul. : feuille double
ill. : feuillet 6 pages

SCOLADISQUES
EDITIONS BILLAUDOT
14, RUE DE L'ECHIQUIER - PARIS
COLLECTION
SOUS LA DIRECTION
DE A. PAGÈS
N° 5013
Part. 14713-21
ALLEGRESSE
Mouvements d'Ensemble Gymniques
Musique et textes de E. Pelé
Orchestre G. AUBANEL
ETUDE
Made in BIEM France

ALLÉGRESSE

MOUVEMENTS D'ENSEMBLE GYMNIQUES.

Théorie d'éxécution par S. PELÉ.

GENERALITES.

Les mouvements d'ensemble gymniques composés sur "ALLEGRESSE" sont destinés aux fillettes de 9 à I3 ans. Ils peuvent cependant être éxécutés par des enfants plus âgés.

Ils sont conçus tant pour la scène que pour les fêtes de plein air, régionales, fédérales et autres.

La théorie d'éxécution ci-dessous prévoit I6 éxécutantes, nombre qui convient à la scène. Il suffira de réunir les gymnastes en groupes multiples de I6 (ou de 4), pour obtenir des effets d'ensemble d'autant plus spectaculaires que les éxécutantes seront plus nombreuses.

Les indications "GAUCHE" et "DROITE" s'appliquent à la gauche et à la droite des éxécutantes. Elles doivent être strictement observées, ainsi d'ailleurs que toutes celles qui ont trait à la manière d'éxécuter les mouvements, afin que les différentes sociétés ou organisations sportives appelées à évoluer ensemble , le fassent de la même façon.

A moins d'indications contraires, les mouvements seront commencés sur le temps I de chaque mesure et terminés seulement sur le temps 4. Il est, en effet, à noter que, contrairement aux mouvements gymniques masculins, qui peuvent être scandés, énergiques nettement arrêtés, (ce qui développe les muscles en largeur), ceux des filles doivent, ainsi que le préconise la méthode " DEMENY " qui est à la base de la gymnastique féminine, être continus et arrondis, ce qui développe les muscles en longueur et engendre les qualités essentiellement féminines que sont la grâce, la souplesse, l'aisance et l'harmonie du geste.

Les moniteurs ou monitrices compteront tous les temps, en appuyant davantage sur le premier de chaque mesure à quatre temps.

On observera strictement le rythme du métronome de 76 temps à la minute, soit, pour la durée totale de l'oeuvre : 2 min.45 sec.

On pourra, suivant l'âge des éxécutantes, répéter deux fois l'ensemble des mouvements, en reprenant l'oeuvre à son début et après avoir fait faire un demi-tour aux gymnastes.

Pour faciliter la compréhension des mouvements, les figurines qui illustrent la théorie ont été représentées tantôt de face et tantôt de profil. L'orientation exacte est indiquée dans le texte.

PRESENTATION.

Les éxécutantes, en tenue de gymnastique (blouse et short, ou mieux, tunique grecque courte), seront amenées sur la scène, le podium ou le stade par une "marche des gymnastes" par exemple et se placeront à l'intersection de carrés de 2 mètres de côté. Pour la scène, on pourra choisir deux teintes pastel de tuniques, les unes un peu plus foncées que les autres (rangs impairs d'une teinte, rangs pairs de l'autre).

2

Pour obtenir l'effet d'ensemble indispensable et l'alignement de toutes les gymnastes, on tracera les carrés sur le sol, ce qui est le moyen le plus simple, ou on fera "prendre les distances" dans les deux sens perpendiculaires.

Les éxécutantes seront numérotées de I à 4, dans chaque rang (voir figure I ci-contre).

Il sera compté "une mesure pour rien" pendant laquelle les gymnastes prendront la pose de la figure 2, sur un genou, corps fléchi en avant, jambe avant allongée, tête baissée reposant sur la jambe avant, regards au sol.

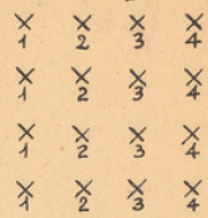


fig. 1.

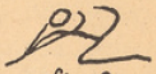


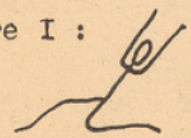
fig. 2.

EXECUTION.

INTRODUCTION, 2 MESURES.

Pendant les deux mesures d'introduction, garder, sans bouger, la pose de la figure 2.

PREMIERE FIGURE. LETTRE A. 8 MESURES.

Mesure I :  Redresser lentement le corps en levant la tête, regards au ciel, en élevant les bras devant soi pour les amener obliquement dans le prolongement du corps, paumes l'une vers l'autre.

Mesure 2 : Garder cette pose.

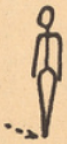
Mesure 3 : Se relever en station droite en abaissant lentement les bras latéralement le long du corps.

Mesure 4 : Prendre, sur le premier temps de la mesure, une petite station écartée du pied droit, en mettant les mains aux hanches, coudes en arrière. Garder cette pose pendant toute la mesure.

Mesure 5 : Flexion de la tête et du tronc vers la droite.

Mesure 6 : Flexion de la tête et du tronc vers la gauche.

Mesure 7 : Revenir, par une circumduction du tronc en avant, à la station écartée de la mesure 4.

Mesure 8 :  Ramener le pied droit près du gauche et prendre la station droite, bras le long du corps.