



GUIDE DE TRANSMISSION

pour l'escouade gigue

Projet Giguerie

Version 2026-06-23 - finale

Note au lecteur : Ce guide a été conçu dans le cadre du projet *Giguerie* pour l'Escouade Gigue et est offert à l'ensemble du milieu de la gigue afin de soutenir la transmission de cette pratique. Vous pouvez le consulter, le partager et le diffuser librement, à condition d'en citer la source, de ne pas l'utiliser à des fins commerciales et de ne pas le modifier. Nous vous remercions d'en faire un usage respectueux.

LES PETITS PAS JACADIENS

2395, Ruisseau Saint-Georges Sud
Saint-Jacques (Québec) J0K 2R0
Téléphone : 450 839-7527
Courriel : info@lespetitspasjacadiens.com
Site Web : lespetitspasjacadiens.com

Édition

Les Petits Pas Jacadiens inc.

Direction et équipe du projet

Philippe Jetté, chargé de projet et médiateur du patrimoine vivant
Nadyne Bédard, consultante en pédagogie et médiatrice du patrimoine vivant

Production

Philippe Jetté, médiateur du patrimoine vivant et collecteur
Nadyne Bédard, formatrice et consultante, Convergence TRAD
Véronique Papillon, technicienne audiovisuelle
Pierre Chartrand, formateur et ethno-historien de la gigue, Centre Mnémo
Yaëlle Azoulay, formatrice et collectrice
Jonathan C. Rousseau, formateur

Révision linguistique et mise en page

Nadyne Bédard
Philippe Jetté

Contribution spéciale

Normand Legault
Jean-François Berthiaume
Mélody Clermont

Escouade gigue

Mélody Clermont
Elisabeth Moquin
Véronique Papillon
Vincent-Nicolas Provencher
Laurence Proulx
Mélissandre Tremblay-Bourassa

La réalisation de ce guide a été rendue possible grâce à l'appui financier du ministère de la Culture et des Communications du Québec et de Culture Lanaudière, de même qu'à la précieuse collaboration du Centre Mnémo.



TABLE DES MATIÈRES

1. AVANT-PROPOS	1
2. OBJECTIFS DU GUIDE	4
3. PRINCIPES	4
4. APPROCHES PÉDAGOGIQUES	6
4.1. Trois approches qui s’imbriquent.....	6
4.2. Les défis du projet Gigue et du guide de transmission	6
4.3. Les stratégies pédagogiques.....	7
4.4. La planification des scénarios des ateliers	7
5. ÉLÉMENTS THÉORIQUES	8
5.1. Caractéristiques de la gigue	8
5.2. Origine de la gigue	8
5.3. Évolution/parcours.....	9
5.4. Contextes de pratique et de transmission dans Lanaudière et au Québec	9
5.5. Aspects socioculturels et économiques.....	10
5.5.1. Sources des données	10
5.5.2. Observations des données	10
5.6. Musique à giger (reel gigué, reel, 3/2) et présentes dans Lanaudière.....	13
5.7. Synthèse de l’analyse du répertoire lanaudois.....	13
5.7.1. Sur présence des mouvements de base	13
5.7.2. Pas spécifiques.....	14
5.8. Porteurs de traditions lanaudois (présentation)	14
6. TECHNIQUES	14
6.1. Posture et technique corporelle.....	15
6.2. Techniques rythmiques et mélodiques.....	15
6.3. Techniques d’improvisation (ou combinaisons de pas)	15
7. PAS DE GIGUE	16
7.1. Mouvements de base illustrés en Laban.....	16
7.2. Répertoire de Lanaudière	22
8. OUTILS PÉDAGOGIQUES	25
8.1. Boîte à outils pédagogiques détaillés	25
8.2. Lieu et matériel requis	25
8.3. Trucs et astuce spécifiques à l’enseignement de la gigue	26
8.4. Scénarios.....	26
9. MÉDIAGRAPHIE	28
ANNEXE A : OUTILS PÉDAGOGIQUES	31
ANNEXE B : EXEMPLES DE SCÉNARIOS PÉDAGOGIQUES	44

1. AVANT-PROPOS

LE PROJET GIGUERIE

Ce guide de transmission est rattaché au projet **Giguerie / Laboratoire de transmission de pas de gigue** de l'organisme *Les Petits Pas Jacadiens* initié en 2021. *Giguerie* est un projet laboratoire visant à développer la connaissance et la pratique de la gigue dans le quotidien des gens de Lanaudière dans une perspective ludique et multigénérationnelle (enfants, ados, adultes, aînés).

Ce projet de développement culturel a pour buts :

1. de documenter, diffuser et transmettre le répertoire de pas de gigue pratiqué dans Lanaudière,
2. d'explorer des avenues de transmission et de pratique de la gigue,
3. de former à la transmission et
4. de mettre la communauté en mouvement dans la tradition en jouant avec ses pieds, des rythmes et des sons, des pas de gigue du répertoire lanaudois.

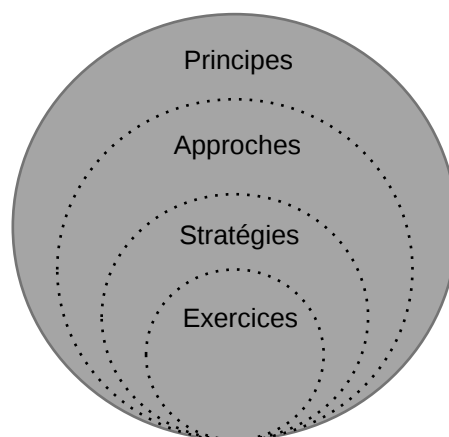
Le projet comporte 4 phases : documentation et recherche, réflexion, formation/exploration, déploiement. Le présent guide de transmission est lié au troisième but du projet (formation) et à la 3e phase. La 4e phase est liée à la stratégie de développement de la gigue proposée par Les Petits Pas Jacadiens.

LA STRATÉGIE DE DÉVELOPPEMENT DE LA GIGUE

La stratégie de développement, qui est actuellement en construction, présente le contexte et les actions à réaliser afin de transmettre le répertoire de pas de giges pratiqués dans Lanaudière et favoriser la pratique continue de la gigue dans le quotidien des gens. Elle s'illustre à travers le **schéma 1** présenté à la page suivante pour une meilleure lisibilité. À la base, le projet est possible s'il a 1) un répertoire de pas de gigue dans Lanaudière, 2) un guide de transmission, 3) une escouade gigue prête à intervenir et 4) une stratégie de développement pour guider le projet.

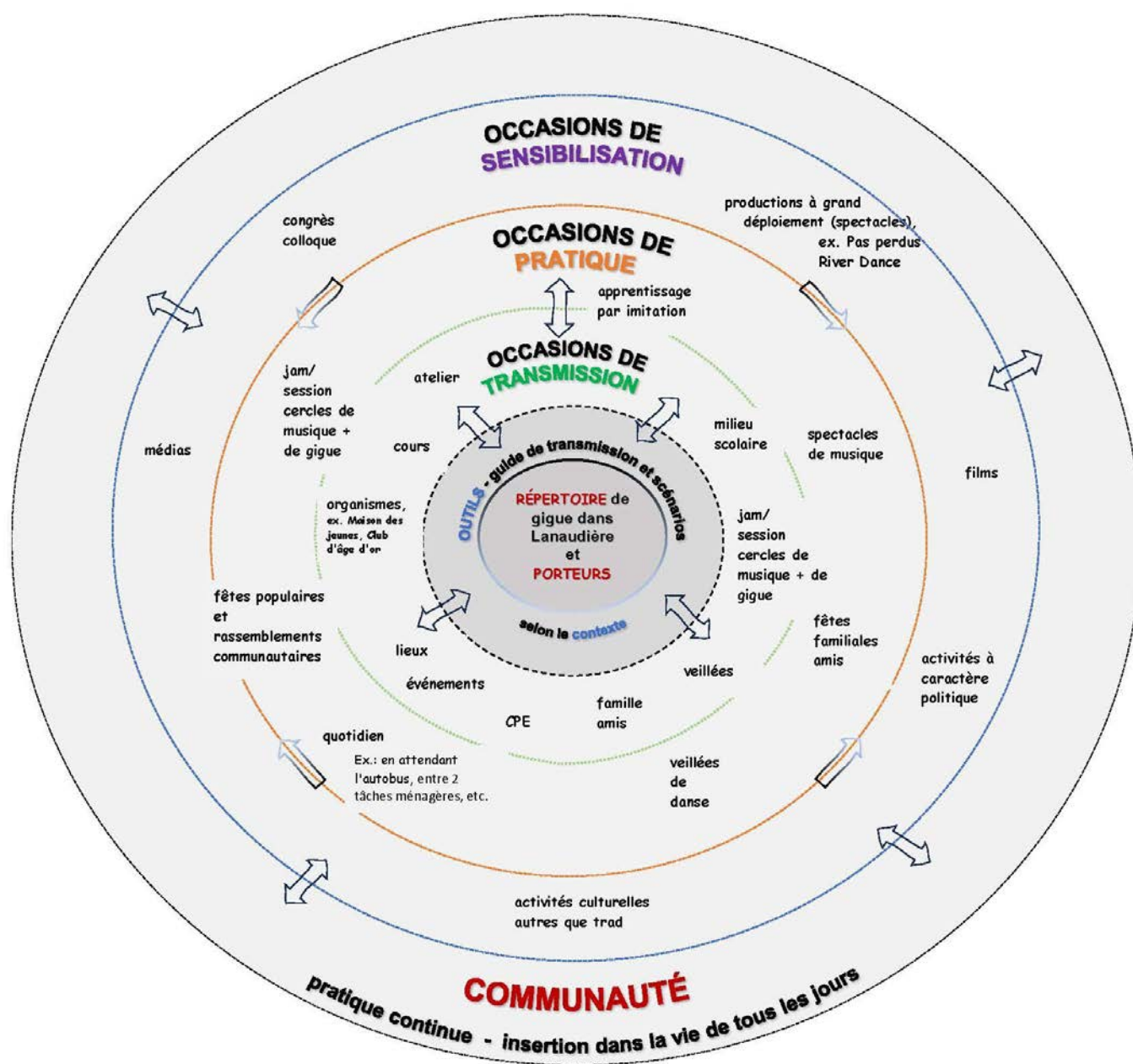
LE GUIDE DE TRANSMISSION

Le présent guide de transmission est l'outil mis à la disposition de l'escouade gigue pour l'orienter vers une vision commune du projet et l'aider à préparer ses interventions. C'est un peu comme un cahier pédagogique pour l'équipe enseignante. L'escouade devrait pouvoir y trouver tous les outils pour transmettre les pas de gigue de Lanaudière, comme tous les ingrédients d'une recette, mais elle doit pouvoir décider en fonction du type d'intervention comment elle va s'y prendre. Donc, ce n'est pas un plan de cours comme à l'école ni un outil didactique exhaustif comme un manuel. C'est un outil vivant que les experts formateurs et formatrices et l'escouade gigue sont invités à améliorer, corriger, bonifier. Aussi, le contenu du guide, et surtout de l'Annexe A, est construit un peu en entonnoir, comme le **schéma 2** ci-contre en passant des principes, aux approches, aux stratégies et aux exercices, donc de la macro-planification à la micro-planification. En annexe du guide, des scénarios sont proposés en fonction du type d'intervention que l'escouade aura à réaliser, selon le contexte, la clientèle, la durée de l'intervention, etc.



**SCHÉMA 2 : CONTENU
DU GUIDE**

SCHÉMA 1 : STRATÉGIE DE DÉVELOPPEMENT



Idéation : Nadyne Bédard et Philippe Jetté, 2024

L'ESCOUADE GIGUE

L'escouade gigue constitue l'équipe de transmission du projet Giguerie. Ses membres ont pour rôle d'animer des ateliers de gigue et de faire découvrir le répertoire de pas de gigue de Lanaudière dans différents contextes de pratique.

Les membres de l'escouade interviennent notamment dans des milieux variés tels que les CPE, les écoles primaires et secondaires, les résidences pour aînés et les activités de gigue intergénérationnelles ouvertes à tous les niveaux, selon les contextes présentés dans les scénarios pédagogiques du guide. Leur rôle ne consiste pas seulement à enseigner des pas de gigue, mais également à créer des contextes favorisant la participation, la convivialité et le plaisir de pratiquer la gigue.

À travers leurs interventions, les membres de l'escouade contribuent à faire connaître, pratiquer et transmettre le répertoire de pas de gigue de Lanaudière. En animant des activités favorisant la participation et le plaisir de gigner, ils et elles participent à maintenir une pratique vivante de la gigue et à encourager sa transmission entre les générations dans la région.

LES COLLABORATEURS ET COLLABORATRICES

Nous tenons à souligner l'apport des personnes dont les noms apparaissent ci-dessous pour avoir contribué à l'élaboration du présent guide et les remercier de leur générosité.

- **Les membres du comité d'expert**
 - Pierre Chartrand
 - Yaëlle Azoulay
 - Jonathan C. Rousseau
 - Normand Legault
 - Jean-François Berthiaume
 - Mélody Clermont
 - Philippe Jetté
- **Les autres expertes consultées**
 - Ève Tessier
 - Karine Gallant
 - France Bourque-Moreau
- **Les experts et expertes en collecte et analyse du répertoire**
 - Pierre Chartrand
 - Philippe Jetté
 - Yaëlle Azoulay
 - Véronique Papillon
- **Les formateurs et formatrices de l'escouade gigue**
 - Pierre Chartrand
 - Yaëlle Azoulay
 - Jonathan C. Rousseau
 - Nadyne Bédard
- **L'escouade gigue**
 - Elisabeth Moquin
 - Laurence Proulx
 - Mélissandre Tremblay-Bourassa
 - Mélody Clermont
 - Véronique Papillon
 - Vincent-Nicolas Provencher
- **La coordination administrative et l'accompagnement pédagogique**
 - Philippe Jetté
 - Nadyne Bédard

2. OBJECTIFS DU GUIDE

L'esprit du guide, adapté à diverses opportunités et arrimé à la stratégie d'intervention, vise à :

- Favoriser l'apprentissage de la gigue;
- Favoriser sa pratique dans le quotidien des gens dans une perspective ludique et multigénérationnelle (extrait des buts du projet Gigueur);
- Transmettre le répertoire de gigue de Lanaudière.

3. PRINCIPES

Afin de favoriser la pratique de la gigue au quotidien des Lanaudoises et des Lanaudois, huit principes fondent et transcendent notre approche de transmission de la gigue. Ces principes guideront le choix des stratégies pédagogiques et des exercices que proposera l'escouade gigue aux apprenantes et apprenants en fonction du contexte de transmission.

PRINCIPES	COMMENT
1. APPRENDRE PAR LE PLAISIR ET LA BIENVEILLANCE	Privilégier l'aspect ludique de l'apprentissage dans le plaisir et l'humour afin de donner le goût et la motivation d'apprendre : • Dans l'attitude et l'intention, tant chez l'apprenante et l'apprenant que la transmetteuse et le transmetteur (par les yeux, le sourire et le geste); • En créant des contextes favorisant l'accessibilité et une atmosphère sécurisante et confortable, en donnant l'envie de prendre des risques et de relever des défis; • En suggérant un positionnement en cercle pendant l'apprentissage afin de favoriser la convivialité, l'échange, l'égalité et la circulation de l'énergie – le cercle symbolise la continuité, l'union et l'égalité; • En proposant des activités de gigue collective pour favoriser la mise en confiance, avant de passer à une pratique individuelle; • En variant les stratégies d'apprentissage pour tenir compte de tous les types d'apprenants; • En reconnaissant et en valorisant les petites réussites.
2. FAVORISER LE DÉVELOPPEMENT DE LA MUSICALITÉ	• En sensibilisant à la pulsation et à la rythmique, développant l'oreille musicale, en enseignant la phrase musicale, en faisant voir la relation entre la danse et la musique; • En faisant connaître le répertoire, la musique trad, les pièces que les gigueuses et gigueurs aiment ou qui sont propices à la gigue (faire des suggestions à l'escouade en conséquence).
3. APPRENDRE PAR L'IMPROVISATION : <i>combinaison intuitive de pas de gigue</i> JOUER avec les pas, avec les pieds	L'improvisation est au cœur de la pratique et de la transmission de la gigue. • En priorisant l'apprentissage des pas de base (techniques) afin d'avoir un minimum de pas pour pouvoir improviser; • En enseignant par motifs courts, par exemple d'un à quatre temps, pour favoriser l'improvisation; • En apprenant à faire des choix (de pas de gigue lors de la pratique, de faire des choix musicaux, etc.), contribuant ainsi au développement de l'autonomie; • En abordant l'improvisation en groupe (moins gênant que seul devant les autres); • En évitant d'utiliser le mot improvisation (qui peut faire peur), mais en parlant plutôt de jouer avec les pas, avec ses pieds.

PRINCIPES	COMMENT
4. METTRE EN ACTION	Mettre les apprenantes et apprenants en action (observation/imitation) avec le moins de mots possible. FAIRE plutôt que DIRE comment faire. Notre cerveau apprend principalement en regardant et en imitant autrui.¹ Toutefois, il est souhaitable de varier les modes d'apprentissage pour tenir compte des différents apprenants et apprenantes : en donnant du vocabulaire, des références, en observant des porteuses et porteurs de tradition, etc.
5. DÉVELOPPER LE SENTIMENT D'APPARTENANCE, DE FIERTÉ ET DE CONTINUITÉ	Transmettre, pratiquer et valoriser le répertoire de pas de gigue de Lanaudière. Favoriser la création d'une dynamique de groupe : ● Par exemple, en invitant les apprenantes et apprenants à des occasions de pratique; ● En leur faisant vivre une expérience forte ensemble pour les rendre fiers, par exemple en les mettant à l'honneur dans une veillée; ● En partageant un objet commun (ex. chandail, bas ou autre).
6. ABORDER LA FORMATION DANS L'ESPRIT DE LA VEILLÉE	Recréer l'esprit de la veillée dans les ateliers/cours, par exemple en : ● ayant une musicienne ou un musicien (ou des musiciens) sur place, selon le contexte, les contraintes, pour favoriser la convivialité; ● créant un climat de convivialité, d'informel, de rencontre, de fête, etc.; ● permettant de décrocher du rationnel en vivant une expérience de plaisir collectif partagé.
7. FAVORISER UNE PRATIQUE CONTINUE	Nourrir le lendemain (garder le lien) pour développer une pratique continue de la gigue : ● Tant dans une activité courte que longue, favoriser la prise en charge de la pratique : ○ de manière individuelle (pratiquer chez soi, regarder des vidéos, observer en contexte, etc.); ○ et collective (période de pratique en groupe libre, sans l'animateur, pour consolider les apprentissages, aller à des soirées en groupe); ● Offrir des outils d'apprentissage complémentaires, par exemple une liste de lecture YouTube, une liste d'occasions de pratique et de transmission, etc.; ● Encourager le rassemblement des apprenantes gigueuses et apprenants gigueurs de façon autonome (prise en charge).
8. VALORISER LES PORTEUSES ET PORTEURS DE TRADITION	Le projet étant basé sur la documentation et la transmission des pas de gigue pratiqués dans Lanaudière, lors des ateliers : ● Transmettre les pas des porteuses et porteurs de tradition documentés dans le projet; ● Mentionner le nom des porteuses et porteurs de tradition associé au pas et leur localité; ● Parler de la pratique des porteuses et porteurs de tradition lors des interventions (quand le contexte le permet); ● Présenter des vidéos de porteuses et porteurs de tradition et des capsules sur le patrimoine; ● Valoriser les porteuses et porteurs de tradition en les invitant, en diffusant leur pratique et en les présentant lors des actions de transmission.

Les principes présentés ci-dessus orientent les approches pédagogiques retenues dans ce guide. La section suivante présente les principales approches qui inspirent les stratégies et les activités proposées pour la transmission de la gigue.

¹ F. CHRISTENSEN, Julia. *Le cerveau entre dans la danse*. Cerveau & Psycho n° 122, juin 2020, p. 60.

4. APPROCHES PÉDAGOGIQUES

Notre guide est inspiré de nos échanges avec le comité d’expertes et d’experts en gigue, qui ont généreusement accepté de partager leur pratique. À partir de leurs propos et de l’observation de leurs façons d’enseigner, nous avons identifié des constantes dans leurs choix pédagogiques qui s’accordent avec des approches reconnues en pédagogie².

Ces observations ont guidé l’élaboration du guide et des outils de planification des interventions. La présente section en offre une synthèse utile à la compréhension des orientations retenues.

Cette démarche met en lumière le fait que les expertes et experts en gigue ont développé, souvent de manière intuitive, une réelle expertise de transmission en cohérence avec des approches pédagogiques crédibles et documentées et la richesse de l’expérience des porteurs et porteuses de pratique et renforce la crédibilité des orientations pédagogiques retenues dans ce guide. Reconnaître cette correspondance permet d’encourager un usage plus conscient de ces approches afin d’adapter efficacement les interventions aux différents contextes et de favoriser des apprentissages durables.

4.1. Trois approches qui s’imbriquent

La manière d’enseigner la gigue observée chez nos expertes et experts s’inscrit naturellement dans trois grandes approches complémentaires :

- **l’enseignement explicite**, qui privilégie la démonstration, l’observation, l’imitation et la mise en pratique rapide, en passant de la pratique guidée vers la pratique autonome ;
- **la pédagogie inclusive**, qui tient compte de la diversité des apprenantes et apprenants ;
- **la différenciation pédagogique**, qui consiste à varier les stratégies, les formes de travail et les niveaux de difficulté selon le contexte et le groupe.

Ces approches se manifestent concrètement par une grande variété de formes d’apprentissage : jeux, improvisations, observation de styles variés, travail en duo, en petits groupes, en cercle, en alternance, en simultané ou en solo, jeux question/réponse, giges à répondre, etc.

On y retrouve aussi l’usage fréquent de courtes « techniques d’impact » (images mentales, métaphores, liens avec la musique) qui facilitent l’intégration des apprentissages.

Ces choix favorisent une participation active, un climat dynamique et une appropriation progressive des pas de gigue, tout en permettant aux formateurs et formatrices d’ajuster constamment leurs interventions selon le niveau, l’âge et l’expérience des participantes et participants.

4.2. Les défis du projet Giguerie et du guide de transmission

La métacognition : apprendre et apprendre à enseigner

Le projet place les membres de l’escouade gigue dans un double rôle : celui d’apprenantes et apprenants (Ex. apprendre les pas de gigue propres à Lanaudière pour les enseigner), puis celui de formatrices et formateurs auprès des citoyennes et citoyens. Cela demande de passer constamment de la cognition (apprendre) à la métacognition (comprendre comment on apprend et comment on fait apprendre).

² Des références sont indiquées en médiagraphie.

Cette posture demande écoute, ouverture, capacité d'adaptation, bienveillance, curiosité et patience. Elle oblige surtout de faire des choix pédagogiques plus justes en fonction des réactions et des besoins observés chez les apprenants.

Le concept de compétence

Sans reproduire le modèle scolaire, il est utile de s'inspirer de l'approche par compétence largement adoptée en éducation au Québec. Une compétence mobilise :

- le savoir (connaissances),
 - le savoir-faire (gestes et actions),
 - le savoir-être (attitudes),
- dans des situations concrètes et variées.

Ainsi, il ne suffit pas d'enseigner des pas : il faut placer les apprenants dans des situations où ils peuvent utiliser leurs connaissances, s'adapter et prendre des décisions.

Tenir compte du type d'apprenant

En formation non formelle, les groupes sont souvent hétérogènes. Il est essentiel :

- de résister à la tentation de vouloir tout enseigner ce que l'on sait comme expert,
- de choisir ce qui est réellement **à enseigner** selon le niveau du groupe,
- d'éviter la surcharge cognitive,
- de maintenir les participants dans une zone de défi stimulant, ni trop facile, ni trop complexe.

4.3. Les stratégies pédagogiques

Les notions d'approches, de stratégies et de techniques pédagogiques peuvent facilement se confondre. Pour simplifier :

- les **approches pédagogiques** sont de l'ordre d'une philosophie (voir à 4.1),
- les **stratégies pédagogiques** sont les types d'activités choisies pour atteindre les objectifs,
- les **techniques d'impact** sont de courts moyens pédagogiques facilitant l'intégration, des « trucs » qui s'impriment plus facilement dans le cerveau,
- les **techniques propres à la gigue** sont les gestes, postures et pas.

À partir de l'observation des expertes et experts en gigue, nous avons structuré les stratégies en quatre grandes catégories qui correspondent au déroulement naturel d'un atelier :

1. activités d'amorce et d'exploration,
2. activités d'échauffement,,
3. activités d'apprentissage et d'intégration des pas,
4. activités de fin.

Cette trame simple permet de varier les stratégies, de garder les apprenants actifs et de passer rapidement de la théorie à la pratique. Des exemples sont proposés à l'Annexe A.

4.4. La planification des scénarios des ateliers

L'efficacité des interventions repose sur une planification adaptée au contexte : public, lieu, durée, niveau, ressources disponibles, type d'activité (initiation, série d'ateliers, animation ponctuelle, etc.).

Les scénarios proposés dans ce guide (section 8.4 et Annexe B) s'appuient sur :

- un **objectif final d'apprentissage**, parfois décliné en objectifs d'étape;
- des **contenus ciblés** (vocabulaire, mouvements, répertoire) choisis en fonction de ces objectifs;
- des **activités** sélectionnées dans les outils de l'Annexe A.

La rédaction d'objectifs clairs, formulés du point de vue de l'apprenante ou l'apprenant et comportant des verbes d'action précis, permet de prioriser les contenus et d'éviter d'en faire trop.

Dans les sections suivantes et les annexes, vous trouverez l'ensemble des ressources nécessaires pour construire vos scénarios d'atelier de manière cohérente, adaptable et efficace.

5. ÉLÉMENTS THÉORIQUES

Cette section propose des repères sur la gigue à travers ses caractéristiques, son histoire, ses contextes de pratique, sa relation à la musique et les particularités du répertoire lanauchois. L'escouade peut y puiser des éléments de contexte pour enrichir ses interventions et soutenir la transmission selon les apprenantes et les apprenants et les contextes rencontrés.

5.1. Caractéristiques de la gigue

La gigue est la danse de pas de la tradition québécoise. Elle se distingue en cela d'autres danses percussives occidentales, comme les danses d'origine hispaniques par exemple (flamenco, zapateo, zapateados, etc.).

Certaines danses de figures intègrent des pas non-gigués comme le marché ou le two-step. Après cela on passe rapidement aux pas de gigue, qu'ils soient percussifs ou non (pensons au Rant step dans sa forme la plus simple, qui est répandue à travers tout le Québec). La gigue n'est pas nécessairement percussive (ou sonore). Plusieurs anciens danseurs giguaient en bottines de feutres, en chaussettes, ou en mocassins (pour les autochtones). Cela représente tout de même une pratique fort ancienne et très rarement observée dans les 125 vidéos analysées dans le cadre de cette étude. Le cas des mocassins chez les autochtones est cependant différent, car cela se fait encore aujourd'hui, et qu'il s'agit souvent de mocassins décorés, qu'on utilise avec fierté, ce qui n'est pas le cas des chaussettes ou des bottines de feutre.

Comme pour la majorité des « danse de pas » (step dance) en Europe de l'Ouest (on exclut ici la tradition hispanique, mais pas la basque), l'attention est exclusivement portée sur les mouvements de jambe et des pieds. On tend à limiter, sinon proscrire, les mouvements du haut du corps et des bras³.

5.2. Origine de la gigue

La gigue québécoise fait partie de la grande famille des danses percussives d'origine anglo-celtique (Irlande, Écosse, Angleterre et Pays de Galles). Il est difficile de distinguer l'apport de chaque nation dans la tradition québécoise, et cela pour plusieurs raisons, dont la principale est le manque de sources anciennes. Ce type de danse est arrivé au 19^e siècle au Québec, mais sous quelle forme? Contrairement à la musique et à la danse de figure, qui pouvaient être décrites par des partitions (musique) ou des descriptions littéraires accompagnées de diagrammes (danse de figures), la gigue n'a pas bénéficié de ce type de description. On arrivait bien sûr à décrire un pas de polka ou de valse, mais le défi de la gigue était plus grand, et également

³ Pour plus d'infos sur l'utilisation des bras dans les « danses de pas », consultez : Pierre Chartrand, « Gigue irlandaise, ports de bras et danses de pas », *Bulletin Mnémo*, Vol. 20, no.1, Printemps 2019 : <http://mnemo.qc.ca/bulletin-mnemo/article/gigue-irlandaise-ports-de-bras-et-danses-de-pas>

de pratique plus populaire (classe sociale) que les danses de salon qui retenaient l'attention des maîtres-à-danser de la bourgeoisie. On pourra cependant dire, de façon bien générale, que la gigue est une évolution des pas de danse, sinon des danses de pas (step dances, hornpipe, etc.) de la fin 18^e siècle.

Nous pouvons difficilement retracer l'origine des pas, sauf, pour le moment, celle du Rant step. L'article « Gigue irlandaise, ports de bras et danses de pas⁴ » montre le processus de comparaison de divers pays, de diverses origines (Angleterre, Ouest canadien, Cap-Breton, Québec, Terre-Neuve, etc.). Cette mise en parallèle permet d'affirmer un large partage de ce *Pas de reel* ou *Rant step*, à travers toutes ces régions, et de comprendre son installation en Amérique, en provenance de l'Angleterre. Mais pour l'essentiel, il demeure hasardeux, pour le moment, de définir la part irlandaise, écossaise, anglaise, ou même galloise, dans notre gigue québécoise, dans sa forme connue, c'est-à-dire depuis la seconde moitié du 20^e siècle.

5.3. Évolution/parcours

Il semble logique de croire que le nord-est de l'Amérique, ayant accueilli le même type d'immigration anglo-celtique au 19^e siècle, aurait les mêmes bases en ce qui concerne la gigue (ou le stepdancing, ou le clogging). Il n'empêche que chaque région (le Québec, le Cap-Breton, l'Ontario, les Appalaches américaines, par exemple) a développé des styles différents. Mais certaines sources, comme la collecte de Frank Rhodes au Cap-Breton en 1957⁵ nous montre des pas assez semblables à ceux qu'on peut retrouver, par exemple, dans le Saguenay à la même époque. Même chose pour le fameux Chug du clogging des Appalaches américaines qu'on observe chez les vieux gigueurs et vieilles gigueuses du Québec, nés.es avant les années 1950. Cela pourrait indiquer un fond commun aux danseurs et danseuses de ces multiples régions, qui auraient, au cours de la seconde moitié du 20^e siècle, développé des styles distincts. Ce qu'ils ont peut-être également fait à la fin du 19^e siècle et du début 20^e siècle, mais on n'a pour le moment guère de sources pour le confirmer.

5.4. Contextes de pratique et de transmission dans Lanaudière et au Québec

La transmission de la gigue, selon les quelques entrevues réalisées dans la région, nous montre que la gigue s'est principalement transmise de façon informelle en milieu familial ou communautaire, pour les danseurs et danseuses nées dans la première moitié du 20^e siècle, sans doute jusque dans les années 1970. C'est alors qu'on observe la popularité des cours de gigue dans la région. Deux familles semblent avoir marqué durablement la transmission de la gigue dans les années 1970-début 1980 : la famille Cantin (pour le sud de Lanaudière) et la famille Gravel pour le nord.

Raymond Cantin et son épouse Colombe rejoignaient environ 200 jeunes à travers les cours qu'ils donnaient de façon hebdomadaire, à L'Assomption, à Saint-Jacques, ou ailleurs dans le sud de la région. Gilles Gravel, de Saint-Jean-de-Matha, avait à la même époque environ le même nombre d'inscrits à ses cours hebdomadaires. Il y avait également des concerts ou spectacles donnés par ces deux familles, ainsi que par les élèves de leurs cours respectifs. Des parties de famille et des rencontres entre amis continuaient à se tenir parallèlement à cela. Certaines danseuses et certains danseurs plus expérimentés firent de la compétition au niveau national (Québec), souvent au concours du Festival des Cantons à Sherbrooke. C'est le cas de Raymond Cantin ou de Huguette Joly, par exemple.

⁴ Pour plus d'infos sur l'origine du Rant step, consulter : Pierre Chartrand, "La gigue québécoise dans la marge de celle des Îles britanniques", *Bulletin Mnémo*, Vol. 12, no. 1, Hiver 2009, <http://mnemo.qc.ca/bulletin-mnemo/article/la-gigue-quebecoise-dans-la-marge>

⁵ publiée dans J.P. et T.M. Flett, *Traditional dancing in Scotland*, Routledge and Kegan Paul, Londres, 1964

5.5. Aspects socioculturels et économiques

Peu d'études furent réalisées sur ces questions. En fait, on en dénombre deux.

5.5.1. Sources des données

La Danse traditionnelle québécoise (CQPV, 2016)⁶ :

Cette étude s'appuie sur un sondage réalisé en avril-mai 2014, avec 211 répondants. Bien que cette étude porte sur la danse traditionnelle en général et non pas que sur la gigue, elle donne une vision macro du milieu de la danse trad (par rapport à l'étude de DTQ plus bas, ne portant que sur les gigueurs et gigueuses). L'aspect économique y est particulièrement bien développé (combien de personnes gagnent combien par leurs activités en danse, par exemple).

Pratique de la gigue au Québec, (DTQ, 2026)⁷ :

Ce sondage est plus pertinent pour qui s'intéresse à la gigue. Bien qu'il ne présente pas de données économiques, cette étude est très bien développée quant aux motivations et au contexte de pratique et de transmission.

Cette étude s'appuie sur un sondage réalisé en 2023 auprès de 270 répondants et répondantes. Voilà quelques chiffres :

- 62 % sont des femmes, 35 % des hommes, 1,5 % sont non-binaires.
- 71 % ont entre 20 et 49 ans, la majorité entre 21 et 50 ans
- Très grande majorité se déclare comme québécois ou canadien-français
- Contexte de pratique : dans l'ordre, dans les troupes, Veillée de danse, cours de gigue
- en contact via une organisation : oui = 10 %, non = 6 %
- 59 % des répondantes et répondants ont appris la gigue entre l'âge de 5 et 14 ans.
- 89 % des répondantes et répondants pratiquant la gigue se réclament des niveaux intermédiaires à expert.
- Les deux principales motivations à gigner sont le plaisir et la fierté identitaire.
- 86 % des répondantes et répondants se disent préoccupés par la valorisation et la transmission de la gigue.
- Les notions de valorisation, de transmission, de pérennité, de promotion et d'accessibilité sont les plus citées.
- 17 % des répondantes et répondants sont d'avis que la gigue devrait être enseignée dans le cursus scolaire québécois.

5.5.2. Observations des données

En comparant les deux études, on voit certaines similarités ainsi que certaines différences. Déjà sur la répartition géographique des répondants : au CQPV, nous avons 23 % de répondants de la Capitale-Nationale (03) et 22 % de la région de Montréal (06), tandis qu'à DTQ, nous avons 31 % de Montréal (06) et 7 % de la Capitale-Nationale (03). Cela dit, les deux sondages ne visent pas exactement la même population. Bien que la grande majorité des gigueuses et gigueurs font également des danses de figures, l'inverse n'est pas vrai.

⁶ Antoine Gauthier et Tony Le Saux, *La danse traditionnelle québécoise, Les traditions culturelles du Québec en chiffres*, vol. 2, Conseil québécois du patrimoine vivant, [En ligne], 2016, 48 p. [<https://api.patrimoinevivant.qc.ca/content/uploads/2020/09/la-danse-traditionnelle-quebecoise-2016-2.pdf>] (Consulté le 4 juin 2026)

⁷ Danse traditionnelle Québec (DTQ), *Portrait de la gigue en 2023*, [En ligne], 2024, [<https://www.dansetrad.qc.ca/post/sondage-gigue-2023-analyse>] (Consulté le 4 juin 2026).

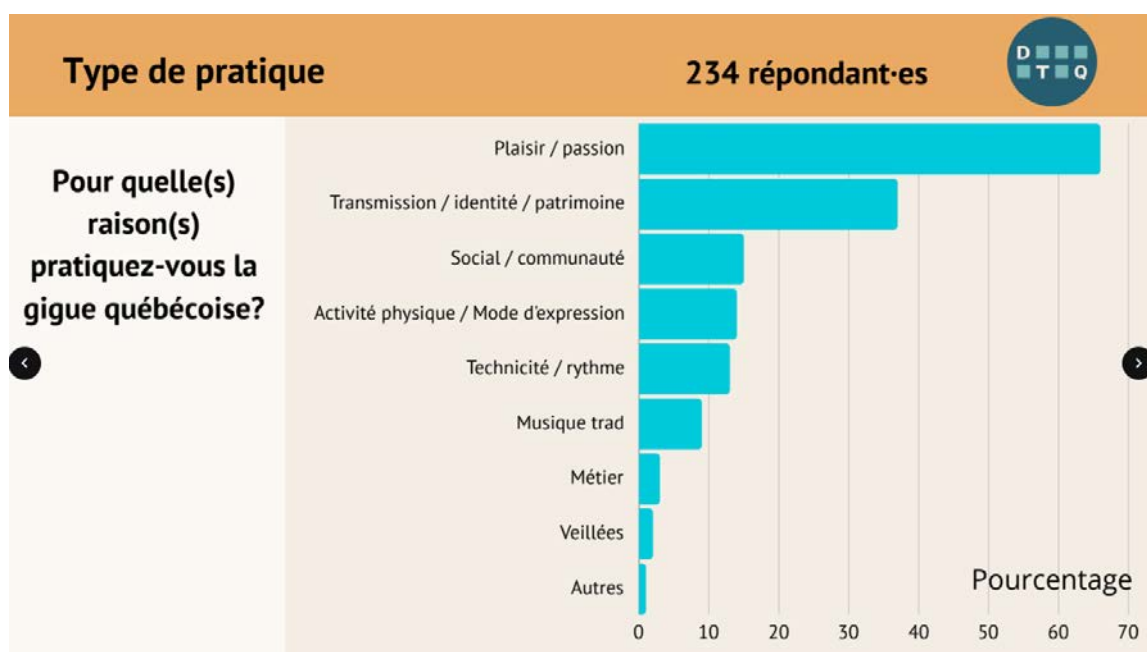
On peut aussi trouver sur le site de DTQ une autre étude intitulée *Portrait social de l'écosystème de la gigue au Québec*, En ligne, 2026, [<https://www.dansetrad.qc.ca/post/portrait-social-de-l-%C3%A9cosyst%C3%A8me-de-la-gigue-pr%C3%A9sent%C3%A9-%C3%A0-danse-trad-qu%C3%A9bec-par-humain-humain>] (Consulté le 4 juin 2026)

Aspects socioculturels

Selon le sondage DTQ, les **3 principales raisons pour pratiquer la gigue**, sont :

- Plaisir / passion (~ 65 %)
- Transmission / identité / patrimoine (~ 50 %)
- Social / communauté (~ 15 %)

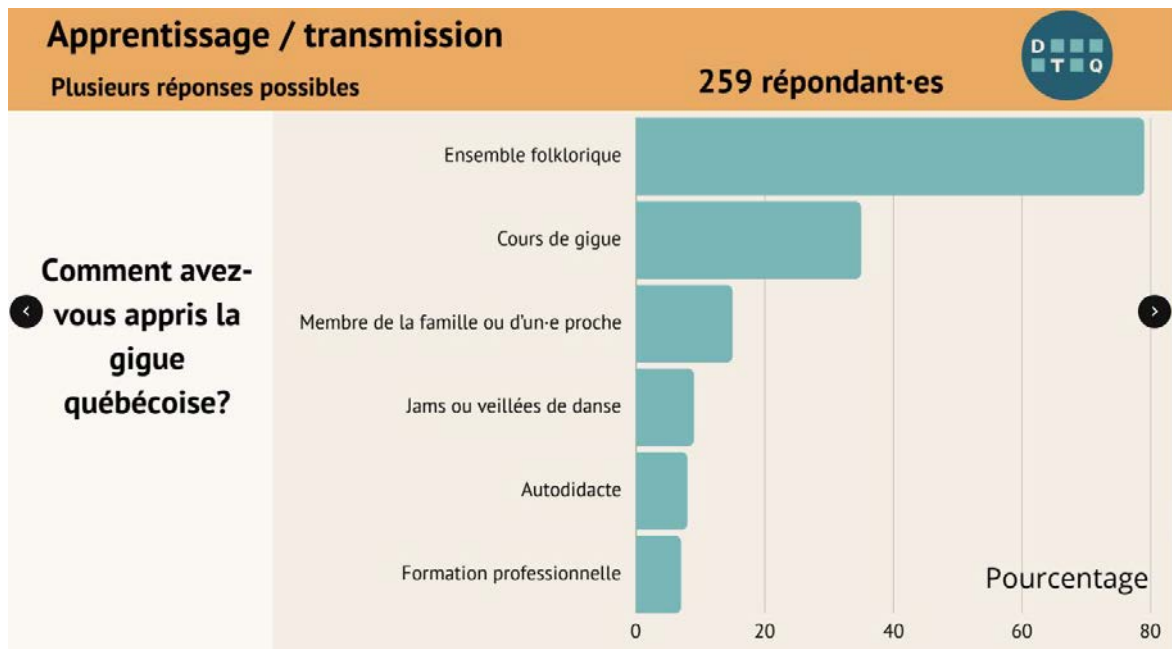
Note : Les gens pouvaient cocher plus d'une case.



Le **contexte d'apprentissage** se décline ainsi (les 3 premiers contextes cités) :

- Ensemble folklorique (~ 88 %)
- Cours de gigue (~ 36 %)
- Membre de la famille ou d'un·e proche (~ 15 %)

Note : Les gens pouvaient cocher plus d'une case.



Le contexte de pratique correspond grandement au contexte d'apprentissage, les Ensembles folkloriques arrivant en premier lieu dans les deux cas.



Aspects économiques

Selon le sondage du CQPV qui, rappelons-le, s'intéresse aux *danseurs traditionnels* ce qui inclut les gigueuses et gigueurs, mais ne s'y restreint pas :

« Le revenu personnel brut moyen des danseurs professionnels traditionnels pour 2013 s'établit à 31--- 973\$/an. Les répondants de ce groupe ont indiqué que **38 % de ces revenus seraient liés à la**

danse, avec une grande amplitude cependant entre les réponses. Seulement 14 des 35 répondants s'identifiant comme professionnels estiment vivre uniquement ou en majeure partie d'activités en rapport avec la danse. Mutatis mutandis, la proportion des professionnels gagnant plus de la moitié de leurs revenus grâce à leur art est passablement inférieure à celle observée avec la musique traditionnelle, possiblement en raison de la dimension plus restreinte de la demande du marché lié à la danse.

On remarque en outre que l'enseignement de la danse demeure une source de revenus importante chez les répondants professionnels, dépassant même à ce titre le travail artistique d'interprète.⁸ »

Considérations générales

On pourrait résumer (à outrance peut-être) en disant que les gens gignent pour leur plaisir et par passion (65 % DTQ) et y voit du même coup une occasion de valoriser leur identité et leur patrimoine culturel (50 % DTQ).

On voit également que les troupes jouent un énorme rôle dans la transmission de la gigue (88 % DTQ).

Les professionnels de la danse trad sont rares (35 personnes CQPV) ce qui inclut les câlleurs et câlleuses, les danseurs, danseuses et les gigueurs et gigueuses, qui gagnent principalement leur revenu par l'enseignement de la gigue.

Nous n'avons pas de données précises sur Lanaudière, encore moins sur les gens apparaissant dans les documents d'archives analysés. Plusieurs sont décédés, d'autres d'un âge avancé.

Il se pourrait que les porteurs et porteuses nés avant les années 1960 aient principalement appris dans le milieu familial ou communautaire, tandis que les personnes ayant commencé à gigner dans les années 1970 furent principalement formées dans des cours de gigue (pensons aux familles Cantin et Gravel), et que plusieurs ont participé à des concours. Une étude plus approfondie pourrait étayer ou non cette hypothèse. Rappelons que la grande majorité des séquences vidéo sont des décennies 1970 et 1980.

5.6. Musique à gigner (reel gigué, reel, 3/2) et présentes dans Lanaudière

La totalité des séquences vidéo analysées nous font entendre des airs en binaire (4/4 ou 3/2). Il faut noter que les pas ne changent pas selon que la mesure soit à 4 temps (4/4) ou à 3 temps (3/2). La Grande gigue simple (3/2) est d'ailleurs très populaire dans les émissions *Soirée canadienne*. Il y a donc totale absence de 6/8, de clog ou de 3/4 (valse-clog).

5.7. Synthèse de l'analyse du répertoire lanaudois

5.7.1. Sur présence des mouvements de base

L'analyse se présente avec une base d'environ 85 personnes. Les chiffres indiqués sont en nombre absolu et non en pourcentage.

⁸ Antoine Gauthier et Tony Le Saux, *Op. cit.*, page 16.

- **Toujours sur place, et en binaire**
- Le pas **Frotté** : la grande majorité frotte beaucoup (55), puis moyennement (6), peu (3), pas du tout (4) exemple de gigue sans frotté : [012-007-Soirée canadienne Entrelacs - Gigue par Mme Jean-Baptiste Julien](#)
- **Double sur la semelle** : beaucoup (23), moyennement (5), un peu (5), pas du tout (26). Les plus vieux porteurs seraient plus sur la semelle, et les plus jeunes sur le talon.
- **Double talon** : beaucoup 20, moyennement (2), un peu (0), aucunement (38)
- **Roulé** : beaucoup 3, moyennement 11, un peu 5, aucunement 42
- **Rant** que doublé (sans le frotté) : beaucoup 1, moyennement 2, peu 0, aucunement 53
- **Rant frotté** (complet) : beaucoup 35, moyennement 7, peu 9, aucunement 12

5.7.2. Pas spécifiques

Le **Double** : 12 (principalement chez les jeunes et jeunes adultes, des années 70-80)

Triolets : 8 (chez les jeunes, de l'époque)

Després : 4 adultes plutôt âgés

Ailes de pigeons : 2

Patte molle : 2 (plutôt âgés)

CONCLUSIONS actuelles : le pas Double apparaît dans les années 70-80 environ, donc pratiqué par des gens nés après 1960 environ.

Le pas simple (Rant) reste le pas le plus partagé par tous et toutes.

La gigue lanaudoise « moderne », associée à la pratique des concours, pourrait être typique du « Grand Centre » du Québec, c'est-à-dire le Québec) excluant l'Outaouais, le Saguenay et la Gaspésie.

Les pas plus anciens sont sans doute communs à tout le Québec.

De longues recherches similaires à celle-ci restent à réaliser sur les autres régions pour confirmer, ou pas, ces hypothèses.

5.8. Porteurs de traditions lanaudois (présentation)

Tous les pas des porteurs analysés dans cette recherche font l'objet d'une fiche ADAP (voir section 7 ci-dessous), qui donne, dans le champ Description, des informations sur ces personnes (nom et prénom, lieu et date de naissance, moment de l'enregistrement et parfois d'autres détails s'ils sont connus).

6. TECHNIQUES

Comme dans plusieurs pratiques issues du patrimoine vivant, l'apprentissage de la gigue repose largement sur l'observation, l'imitation et la répétition. Ces mécanismes permettent aux apprenantes et apprenants de développer progressivement leurs réflexes corporels, leur sens du rythme et leur aisance dans l'exécution des pas. En atelier, les démonstrations et l'observation des autres participants soutiennent ainsi l'acquisition des mouvements.

6.1. Posture et technique corporelle

1. Aider l'apprenante ou l'apprenant à développer une conscience globale de son corps et à le détendre.
2. Explorer la posture du corps gigueur : flexion des genoux, balancement du haut du corps vers l'avant et l'arrière, changement du centre de gravité, bascule plante/talon, positionnement du bassin.
3. Intégrer la mobilité de l'ensemble du corps, et plus particulièrement des parties sollicitées par la gigue dans la routine d'échauffement. Porter une attention particulière autour de la souplesse et l'articulation de la cheville.
4. Conscientiser l'apprenant sur l'importance de l'engagement de la ceinture abdominale.
5. Conscientiser l'apprenant sur l'utilisation du poids de son corps pour minimiser l'énergie nécessaire pour l'exécution des pas.
6. Ramener les éléments ci-dessus comme outils pour aider à surmonter les difficultés rencontrées durant l'apprentissage technique.
7. Observer le développement de « tics » corporels dans l'exécution de la gigue et le porter à l'attention de l'apprenant. Ramener l'apprenant au relâchement et à la détente comme stratégie pour y remédier.

6.2. Techniques rythmiques et mélodiques

1. Approfondir les connaissances en théorie musicale (structures rythmiques, formes musicales en musique traditionnelle - partie A/partie B, la durée d'une phrase, la levée, etc.).
2. Utiliser le système de notation musicale comme outil de compréhension.
3. Élargir la perception de l'aspect musical et rythmique de la gigue (tempo, structure rythmique, accents, groove, texture de son, etc.)
4. Développer la connaissance du répertoire de musique traditionnelle.
5. Amener l'apprenant à sentir la pulsation dans l'ensemble de son corps et pas seulement dans sa tête.
6. Développer l'écoute (avec l'ensemble de ses sens, pas seulement avec l'ouïe).

6.3. Techniques d'improvisation (ou combinaisons de pas)

1. Varier les contextes d'improvisation (seul dans son coin, dos au centre, les lumières fermées, en sous-groupe, tous en même temps, etc.) pour contourner la gêne. Intégrer l'improvisation rapidement dans l'apprentissage afin d'enlever la peur de l'improvisation chez les apprenants.
2. Travailler à partir de contraintes :
 - a. Limite d'un ou deux pas, etc.,
 - b. Partir d'un pas déjà connu (en modifiant la fin, par exemple),
 - c. Enseigner des séquences courtes à partir desquelles les apprenants peuvent improviser en changeant l'ordre des séquences.
3. Faire improviser avec différents types de souliers (c'est moins stressant de se tromper en espadrilles ou en chaussettes).
4. La création de pas est une bonne méthode pour développer les réflexes liés à l'improvisation (combinaison de pas, structure rythmique d'une gigue, etc.).
5. Varier les exercices : reprendre la fin de la phrase de la personne qui te précède, faire une gigue à l'endroit puis à l'envers, refaire la même phrase des deux pieds, mettre en valeur une texture de son en particulier (Ex. : talon).
6. Improviser en groupes (à deux, à trois) ou créer des improvisations polyrythmiques par la création d'ostinatos.
7. Utiliser des concepts d'improvisation théâtrale pour amener l'improvisation dans un contexte ludique ou mettre l'accent du cerveau sur autre chose que l'exécution d'un pas (Ex. : jouer aux mimes avec l'obligation de gigner les mimes).

7. PAS DE GIGUE

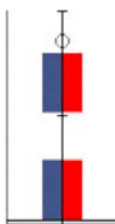
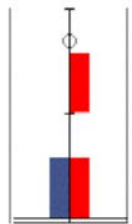
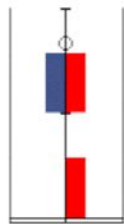
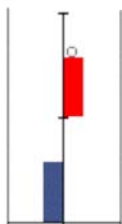
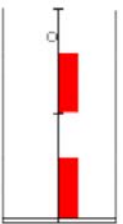
Les pas de gigue présentés dans ce chapitre reposent sur un ensemble de mouvements fondamentaux qui constituent la base technique du répertoire lanaudois.

7.1. Mouvements de base illustrés en Laban

Vous trouverez ci-dessous l'ensemble des 17 mouvements de base se retrouvant dans Lanaudière, ainsi que, pour la plupart, dans l'ensemble du Québec. Chacun de ces mouvements a été filmé (voir <https://adapi.ca/items/show/6401>) et analysé en écriture du mouvement Laban (Labanotation). Rudolph Von Laban a développé son système d'écriture dans les années 1930. Le système a été précisé par la suite par Albrecht Knust, qui a publié son Dictionnaire de Kinétographie Laban (maintenant en ligne : <https://knustdictionary.com/>). La Kinétographie Laban / Labanotation sont quasi similaires : la première représente sa version européenne, la seconde l'américaine.

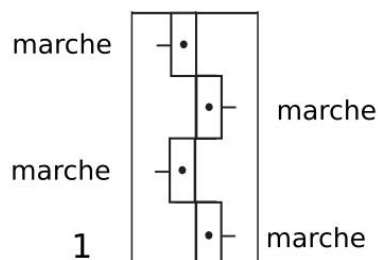
Le répertoire offert à la section 7.2 est présenté de la même manière, avec en plus une archive vidéo d'après laquelle furent créées la vidéo d'apprentissage et la partition Laban.

1. Les 5 types de sauts en danse, et les noms utilisés pour la gigue, dans les 2 derniers cas : *tombe* et *saute*)

				
de 2 pieds à 2 pieds "saut (à 2 pieds)"	de 2 pieds à 1 pied "Sissonne"	de 1 pied à 2 pieds "Assemblé"	d'un pied vers l'autre pied "jeté" Gigue = tombe	d'un pied vers le même pied "sursaut" Gigue = saute
2. Tombe (jeté) : appel sur un pied, et réception sur l'autre (voir les 5 types de sauts) 3. Saute (sursaut) : appel et réception sur le même pied (voir les 5 types de sauts)				

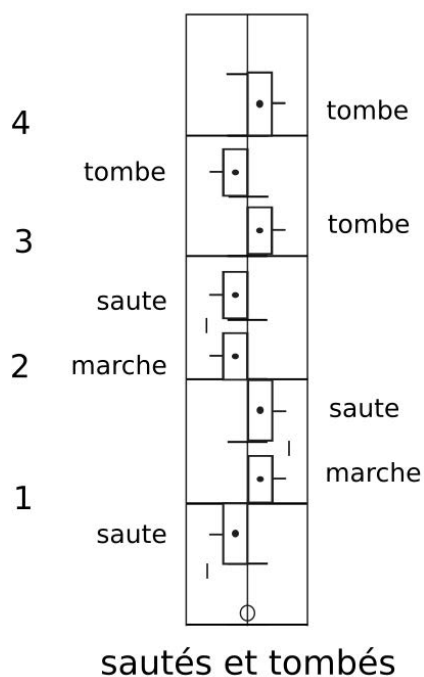
Partitions Laban liées aux vidéos

4. Marche : un changement d'appui sans suspension dans le changement



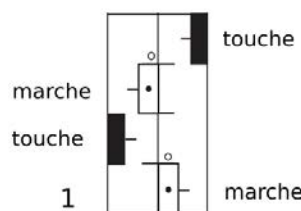
4 pas marchés sur la plante

5. Sautés et tombés



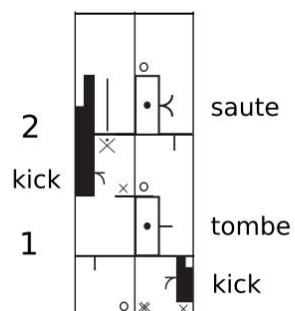
sautés et tombés

6. Touche (sans mettre de poids) : aucun changement d'appui. Le pied libre touche momentanément le sol.



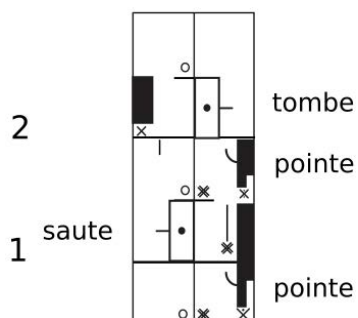
Pas marchés et touchés

7. Kick (kick tombe, kick saute)



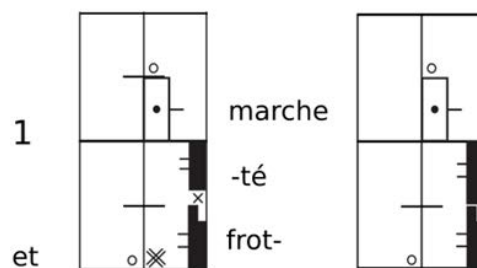
Kick tombe et saute

8. Pointe (pointe saute, pointe tombe)



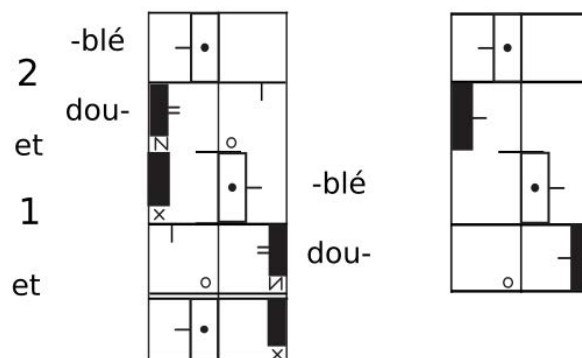
Pointe saute et tombe

9. Frotté simple



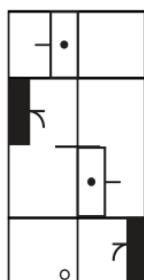
Le Frotté simple et sa version simplifiée

10. Doublé plante

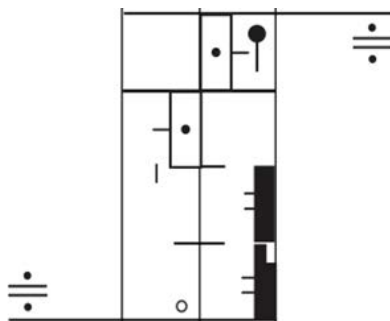


Le Doublé plante et sa version simplifiée

11. Doublé talon : comme le Doublé plante, mais en utilisant le talon sur la jambe libre



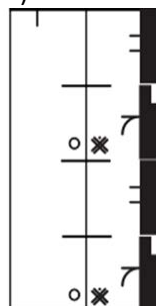
12. Roulé



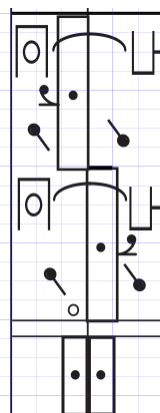
13. Chug léger



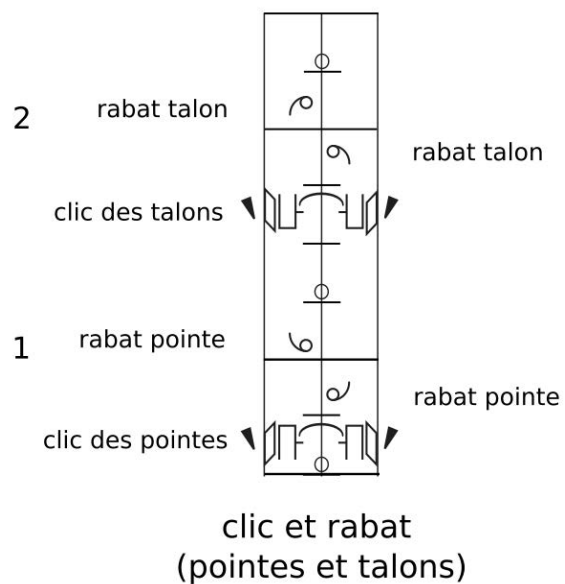
14. Double-frotté-talon (ou 2 Frottés-talon)



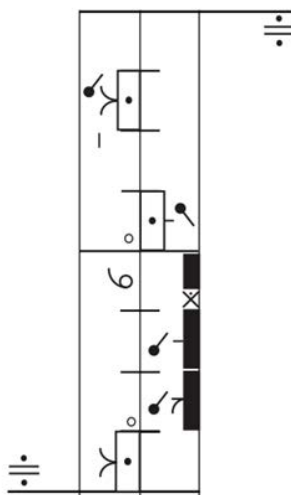
15. Rock (croisé, collé)



16. Clic (pointe ou talon) et Rabat (plante ou talon)



17. Roulé-rabat



7.2. Répertoire de Lanaudière

Chaque pas présenté ci-dessous provient d'une archive vidéo datant principalement des années 1975-1985, ainsi que de certaines collectes récentes (2023-2024). Les pas sélectionnés — pour leur forte récurrence, leur originalité ou leurs qualités esthétiques — ont fait l'objet d'une analyse ainsi que d'une transposition en écriture Laban. Une vidéo d'apprentissage a également été produite afin de faciliter l'acquisition de chaque pas.

Le classement des pas par niveau demeure indicatif. Il s'agit d'une opération nécessairement subjective, puisqu'elle dépend des stratégies pédagogiques de l'enseignante ou de l'enseignant, de la composition du groupe et des acquis antérieurs des danseuses et des danseurs.

Pour explorer les listes de lecture des vidéos d'apprentissage et les vidéos d'archives, voir les liens dans la note de bas de page⁹.

Nous présentons ci-dessous les tableaux 1 et 2.

Les exercices du **TABLEAU 1 - INITIATION - MOUVEMENTS ISOLÉS** présentent des mouvements isolés tirés de pas du répertoire. La progression pédagogique suit la logique suivante : **mouvement isolé → pas du répertoire**.

Le **TABLEAU 2 - PAS COMPLETS** qui suit propose les **pas complets**, classés par niveaux de difficulté à titre indicatif.

TABLEAU 1 : INITIATION — MOUVEMENTS ISOLÉS

No	Mouvement isolé	Pas du répertoire ou mouvement de base	Consigne pédagogique	Minutage	Fiche ADAPi
1	Sauté	Sautés	Répéter un pied à la fois	0:09	https://adapi.ca/items/show/6401
2	Touché plante	Pas marchés et touchés	Isoler et répéter un pied à la fois	0:13	https://adapi.ca/items/show/6401
3	Kick	Kick-tombe / kick-saute	Isoler sans saut, répéter un pied à la fois	0:16	https://adapi.ca/items/show/6401
4	Pointe	Pointe saute / pointe tombe	Isoler et répéter un pied à la fois	0:20	https://adapi.ca/items/show/6401
5	« frot- »	Frotté simple	Isoler et répéter un pied à la fois	0:26	https://adapi.ca/items/show/6401
6	« -té » (rabat)	Frotté simple	Isoler et répéter un pied à la fois	0:26	https://adapi.ca/items/show/6401
7	Frotté complet	Frotté simple	Isoler et répéter un pied à la fois	0:26	https://adapi.ca/items/show/6401
8	Touché talon	Pas marchés et touchés	Isoler et répéter un pied à la fois	0:31	https://adapi.ca/items/show/6401
9	Frotté sauté	Roulé	Isoler et répéter un pied à la fois	0:39	https://adapi.ca/items/show/6401

⁹ Pour explorer les listes de lecture des vidéos d'apprentissage et les vidéos d'archives, suivez ces liens :

Vidéos d'apprentissage : <https://www.youtube.com/playlist?list=PLWJOWpO9rjGnSO0MoBBjeCilrdzGBnax>

Vidéos d'archives et collectes : <https://www.youtube.com/playlist?list=PLWJOWpO9rjGmXo95RRSijRs-3-J2t-TWN>

No	Mouvement isolé	Pas du répertoire ou mouvement de base	Consigne pédagogique	Minutage	Fiche ADAPI
10	Clic pointe et talon	Clic et rabat	Isoler chaque pied séparément	1:18	https://adapi.ca/items/show/6401
11	Soulevé plante	Frotté-rabat	Isoler et répéter un pied à la fois	1:38	https://adapi.ca/items/show/6401
12	Soulevé talon	Frotté-rabat	Isoler et répéter un pied à la fois	1:38	https://adapi.ca/items/show/6401
13	Retombé décalé	Rant step	Isoler et répéter (parallèle et croisé)	0:04	https://adapi.ca/items/show/6418
14	Talon marché	Ailes de pigeons	Isoler puis alterner les pieds	0:05	https://adapi.ca/items/show/6410
15	Twist isolé	Twist à Paré	Isoler et répéter	0:03	https://adapi.ca/items/show/6405
16	Frotté simple croisé	Frotté simple	Isoler et répéter un pied à la fois, puis ajouter le marché de la jambe d'appui, puis enchaîner avec le frotté simple décroisé , un pied à la fois.	0:02	https://adapi.ca/items/show/6394
17	Piétiné croisé	Piétiné à Mme Neveu	Isoler et répéter un pied à la fois	0:06	https://adapi.ca/items/show/6408
18	Glissé isolé	Glissé à Bernard Brisson	Isoler et répéter un pied à la fois	0:02	https://adapi.ca/items/show/6395
19	Piétiné avant-arrière	Piétiné à Mme Neveu	Isoler et répéter un pied à la fois	0:09	https://adapi.ca/items/show/6417
20	Tourne-talon	Tourne-talon à Neveu	Isoler et répéter un pied à la fois	0:03	https://adapi.ca/items/show/6414
21	Frotté sauté en boucle	Le Double	Répéter en boucle, un pied	0:03	https://adapi.ca/items/show/6413
22	Deux talons sautés	Double talons pointes	Isoler et répéter	0:03	https://adapi.ca/items/show/6403
23	Cabriolet	Double talons pointes	Répéter gauche et droite	0:10	https://adapi.ca/items/show/6403
24	Twist sauté	Saute twist	Isoler et répéter	0:06	https://adapi.ca/items/show/6402
25	Ciseaux	Ciseaux	Changer le sens des jambes	0:07	https://adapi.ca/items/show/6399
26	Talon-pointe	Talon-pointe à J. Gravel	Sans puis avec twist	0:06	https://adapi.ca/items/show/6416
27	Frotté talon sauté	Double-frotté-talon	Répéter des deux côtés	0:21	https://adapi.ca/items/show/6411
28	Frotté talon double	Double-frotté-talon	Sans saut, un pied à la fois	0:25	https://adapi.ca/items/show/6411
29	Triolet sauté	Triolets croisés H. Joly	Répéter des deux côtés	0:02	https://adapi.ca/items/show/6398
30	Triolet sauté croisé	Triolets croisés H. Joly	Répéter des deux côtés	0:06	https://adapi.ca/items/show/6398

TABLEAU 2 - PAS COMPLETS

LISTE DE PAS	LIENS VERS VIDÉOS
Mouvements et pas de base	
17 mouvements et pas de base, allant du plus simple au plus complexe (voir aussi section 6.3)	https://adapi.ca/items/show/6401 (les 17 pas sont à la suite les uns des autres) 1. Marché sur la plante 2. Sautés 3. Tombés 4. Pas marchés et touchés 5. Kick-tombe-kick-saute 6. Pointe saute-pointe-tombe 7. Frotté simple (frotté-marche) 8. Doublés (avec la plante) 9. Doublés (avec talons) 10. Roulés en parallèle (en 1ère position) 11. Roulés en arrière (5e position) 12. « Chug » léger 13. Frotté avec talon 14. Double-frotté avec talon 15. « Rock » 16. Clic et rabat 17. Roulé-rabat
Niveau Débutant	La question des niveaux est très subjective : un professeur décidera par exemple d'enseigner un pas plus difficile dans un cours Débutant selon un objectif précis à long terme.
1. Pas de base ou « Rant step »	https://adapi.ca/items/show/6418
2. Frappe deux fois à Manon Brisson	https://adapi.ca/items/show/6415
3. Le Simple	https://adapi.ca/items/show/6412
4. Ailes de pigeons	https://adapi.ca/items/show/6410
5. Tape le pied	https://adapi.ca/items/show/6409
6. Després simple	https://adapi.ca/items/show/6407
7. Twist à Paré	https://adapi.ca/items/show/6405
8. Patte molle à Bernard Brisson	https://adapi.ca/items/show/6394
Niveau Intermédiaire	La question des niveaux est très subjective : un professeur décidera par exemple d'enseigner un pas plus difficile dans un cours Débutant selon un objectif précis à long terme.
1. Després double	https://adapi.ca/items/show/6408
2. Glissé à Bernard Brisson	https://adapi.ca/items/show/6395
3. Piétiné à Mme Neveu	https://adapi.ca/items/show/6417
4. Tourne-talon à Neveu	https://adapi.ca/items/show/6414
5. Le Double	https://adapi.ca/items/show/6413
6. Triple clics	https://adapi.ca/items/show/6404
7. Double talons pointes	https://adapi.ca/items/show/6403
8. Saute twist	https://adapi.ca/items/show/6402
9. Ciseaux	https://adapi.ca/items/show/6399
10. Pas à Gilles Gravel	https://adapi.ca/items/show/6397
Niveau Avancé	La question des niveaux est très subjective : un professeur décidera par exemple d'enseigner un pas plus difficile dans un cours Débutant selon un objectif précis à long terme.

LISTE DE PAS	LIENS VERS VIDÉOS
1. Talon-pointe à Josée Gravel	https://adapi.ca/items/show/6416
2. Double-frotté-talon	https://adapi.ca/items/show/6411
3. Pas à Germain Dubeau	https://adapi.ca/items/show/6406
4. Doubles ciseaux	https://adapi.ca/items/show/6400
5. Triolets croisés à Huguette Joly	https://adapi.ca/items/show/6398

8. OUTILS PÉDAGOGIQUES

8.1. Boîte à outils pédagogiques détaillés

La boîte à outils (annexe A) propose une série de stratégies pédagogiques et d'activités pouvant être utilisées à chacune des étapes d'un atelier, en cohérence avec les principes énoncés à la section 3. Ces activités peuvent être combinées et adaptées librement afin de construire des interventions variées selon le contexte, la durée, l'âge des participants ou leur niveau d'expérience (voir les scénarios à l'annexe B).

Il importe toutefois de préciser qu'il n'est pas nécessaire de mobiliser l'ensemble des stratégies et des exercices proposés, mais plutôt de sélectionner ceux qui sont les plus pertinents. Dans un souci d'efficacité pédagogique, il est néanmoins recommandé de varier les approches afin de stimuler les apprenantes et apprenants et de les maintenir actifs.

En complément de la boîte à outils se trouvent des trucs et astuces spécifiques à l'enseignement de la gigue au point 8.3.

8.2. Lieu et matériel requis

Voici les principaux éléments à prévoir afin d'assurer le bon déroulement d'un atelier de gigue. Les conditions matérielles et logistiques visent à favoriser une expérience optimale pour l'escouade comme pour les apprenantes et apprenants.

Lieu

- Surface de plancher résilient (idéalement)
- Surface sans tapis
- Bonne aération
- Espace adapté au nombre d'apprenantes et d'apprenants

Pour l'escouade

- Système de son (portatif ou fixe), selon le lieu
- Support audio (clé USB, téléphone ou ordinateur), ou présence de musiciens
- Adaptateurs et câbles nécessaires aux branchements
- Accès à la banque de ressources audio et vidéo (voir médiagraphie)

Pour les apprenantes et apprenants

- Souliers confortables (idéalement avec une semelle non adhérente).
- Pour les niveaux intermédiaire et avancé, une semelle plus rigide et un talon plus dur sont recommandés
- Vêtements confortables permettant de bouger librement
- Bouteille d'eau

Note : Un *cahier d'accompagnement pédagogique* destiné au personnel enseignant a été développé en complément de ce guide. Il permet de préparer l'atelier, de soutenir le réinvestissement des apprentissages en classe et d'outiller les milieux scolaires dans la poursuite de la démarche. Il est disponible sur le [site Web des Petits Pas Jacadiens](#).

8.3. Trucs et astuce spécifiques à l'enseignement de la gigue

- Gigner en comptant
- Gigner en faisant des sons (onomatopées)
- Compter avant le départ des pas de gigue, avec régularité
- Répéter chaque pas plusieurs fois - entre 5 et 10 fois
- Nommer en avance le nombre de répétitions à faire
- Faire les pas avec des gestes de la main
- Faire la rythmique en tapant des mains ou sur les cuisses
- Gigner sur de la musique
- Essayer la gigue sur une autre musique que la musique habituelle – Varier les pièces musicales et les vitesses d'exécution. Identifier ce qu'est une pièce confortable pour l'exécution d'un pas.
- Réviser fréquemment les pas
- Accélérer graduellement la vitesse d'apprentissage
- Faire une synthèse des pas appris en début de cours à la fin du cours
- Avoir de l'enthousiasme et dégager beaucoup d'énergie
- Faire de la rétroaction positive (beaucoup et tout le temps!)
- Amener les apprenants à s'autocorriger ou à s'entraider sur un pas plus difficile (travailler en équipe, jumeler un avancé avec un débutant)
- Valoriser les apprenants
- Faire bouger le corps, activer tous les membres du corps
- Avoir une bonne préparation - préparer plus de matériel que nécessaire afin d'avoir de la flexibilité en cas d'imprévus
- Utiliser des images mentales pour enseigner la matière (ex: plancher brûlant pour le doublé, écraser des oranges avec le talon pour travailler la résistance dans le mouvement du pied, etc.)¹⁰

8.4. Scénarios

L'utilisation de **scénarios** permet de préparer rapidement des ateliers adaptés aux différents contextes de transmission. Ceux-ci doivent toutefois être ajustés en fonction de l'âge, du niveau, du lieu et du groupe d'apprenantes et apprenants.

La définition d'un objectif final permet d'orienter la planification et de guider le choix des outils pédagogiques afin que les différentes étapes de l'atelier contribuent à l'atteinte des apprentissages visés.

Le présent guide propose un gabarit de scénario ci-dessous adaptable selon les besoins de l'escouade gigue. Il s'agit d'un outil de travail flexible, appelé à être ajusté et bonifié en fonction des situations.

¹⁰ « Les bons professeurs travaillent donc souvent avec des images mentales, qu'ils utilisent pour améliorer les séquences de mouvements. » - F. CHRISTENSEN, Julia. Le cerveau entre dans la danse. Cerveau & Psycho n° 122, juin 2020, p. 61.

L'Annexe B présente des exemples de planification illustrant comment les stratégies pédagogiques et les activités de la boîte à outils peuvent être combinées pour construire des ateliers cohérents. L'équipe est invitée à les adapter, les bonifier et en créer de nouveaux au besoin.

Gabarit de scénario

Contexte et niveau	École (niveau), RPA, CPE, cours de danse, veillée, événement, etc. Niveau débutant, intermédiaire, avancé, expert.
Date, durée, nb de séances	Date, heure, année + durée de l'atelier nombre de séances
Nombre d'élèves lieu	## Gymnase, classe, studio de danse, etc.
Objectif final	Énoncé débutant par un verbe d'action placé du point de vue de l'apprenant.
Sous-objectifs (si longue durée)	Il en faut 2, 3 ou 4 max (c'est l'objectif final décortiqué en plusieurs sous-objectifs). À faire uniquement pour une série d'ateliers.

DÉROULEMENT

STRUCTURE	EXERCICE	PAS DE GIGUE	MUSIQUE	DURÉE	NOTES DU PROF
Activité d'amorce et d'exploration					
Activité d'échauffement					
Activités d'apprentissage					
Activité de fin					

Ne pas oublier	Aide-mémoire personnel
Matériel nécessaire	Matériel à amener à l'atelier
Musique	Pièces musicales sélectionnées pour l'atelier
Références	Référence des extraits (vidéo, audio) utilisés dans la classe.

9. MÉDIAGRAPHIE

Ressources théoriques et pédagogiques en danse et en gigue

- CENTRE MNÉMO, Exposition *Adélard Lambert, grand folkloriste [1867-1946]*, [En ligne], sans date, [<https://lambert.mnemo.qc.ca/>] (Consulté le 4 juin 2026)
- CHARTRAND, Pierre. « Gigue irlandaise, ports de bras et danses de pas », *Bulletin Mnémo*, Vol. 20, no.1, [En ligne], Printemps 2019, [<https://mnemo.qc.ca/bulletin-mnemo/article/gigue-irlandaise-ports-de-bras-et-danses-de-pas>] (Consulté le 4 juin 2026)
- CHARTRAND, Pierre. « La gigue québécoise dans la marge de celle des Îles britanniques », *Bulletin Mnémo*, Vol. 12, no. 1, [En ligne], Hiver 2009, [<https://mnemo.qc.ca/bulletin-mnemo/article/la-gigue-quebecoise-dans-la-marge>] (Consulté le 4 juin 2026)
- CHARTRAND, Pierre, « La gigue dans Lanaudière », *Bulletin Mnémo*. [En ligne], Vol. 26, No. 1, Printemps 2025, [<https://lespetitspasjacadiens.com/wp-content/uploads/2025/05/Gigue-Lanaudiere-PPJ-Bulletin-Mnemo-2025.pdf>] (Consulté le 4 juin 2026)
- F. CHRISTENSEN, Julia. « Le cerveau entre dans la danse ». *Cerveau & Psycho*, n° 122, juin 2020, p. 60
- DANSE TRADITIONNELLE QUÉBEC (DTQ), *Portrait de la gigue en 2023*, [En ligne], 2024, [<https://www.dansetrad.qc.ca/post/sondage-gigue-2023-analyse>] (Consulté le 4 juin 2026)
- DANSE TRADITIONNELLE QUÉBEC (DTQ), *Portrait social de l'écosystème de la gigue au Québec*, En ligne, 2026, [<https://www.dansetrad.qc.ca/post/portrait-social-de-l-%C3%A9cosyst%C3%A8me-de-la-gigue-pr%C3%A9sent%C3%A9-%C3%A0-danse-trad-qu%C3%A9bec-par-humain-humain>] (Consulté le 4 juin 2026)
- DUVAL, Hélène et Alexandra Arnaud-Bestieu. *Comment et par qui la danse en éducation prépare-t-elle les jeunes aux défis de demain ? Perspectives de la France et du Québec pour l'horizon 2030*, QUESTIONS VIVES, OPEN EDITION JOURNALS, [En ligne], 2021, [<https://journals.openedition.org/questionsvives/5701>] (Consulté le 4 juin 2026) Note : Sur les bienfaits de la danse (voir aussi liens dans Stratégie d'intervention)
- FLETT, J.P. et T.M, *Traditional dancing in Scotland*, Routledge and Kegan Paul, Londres, 1964
- GAUTHIER, Antoine et Tony Le Saux, *La danse traditionnelle québécoise, Les traditions culturelles du Québec en chiffres*, vol. 2, [En ligne] 2016, 48 p. [<https://api.patrimoinevivant.qc.ca/content/uploads/2020/09/la-danse-traditionnelle-quebecoise-2016-2.pdf>] (Consulté le 4 juin 2026)
- JETTÉ, Philippe, « Gigner en bas ou en soulier, dans le salon! », *Les Petits Pas Jacadiens*, [En ligne], 2025, [<https://lespetitspasjacadiens.com/blog/2025/02/13/gigner-en-bas-ou-en-soulier-dans-le-salon/>] (Consulté le 4 juin 2026)
- KELLY, Charlotte, Justine Legault et Olivier Paré, *Guide du passeur de traditions, Tissés serrés*, [En ligne], 30 juin 2024, [<https://drive.google.com/file/d/1S12s30eepSgkLHqt34CrP7FaMgkses-/view>] (Consulté le 4 juin 2026)
- RÉPERTOIRE DU PATRIMOINE CULTUREL DU QUÉBEC : Ronde et jeux chantés d'Adélard Lambert, [En ligne] sans date, [<https://www.patrimoine-culturel.gouv.qc.ca/rpcq/detailInventaire.do?methode=consulter&id=2314&type=inv.>] (Consulté le 4 juin 2026)

Ressources numériques, audio ou vidéo utiles à l'Escouade Gigue

- AZOULAY, Yaëlle, Lien vers Dropbox de musiques trad (pas de Lanaudière), [En ligne], sans date, [<https://www.dropbox.com/scl/fo/w1tlt5nban58jbrqu9g/AJ3QqYCPQspTg2OAc-YNi8Y7rlkey=yqmp2pwe4133hem3y28u14vbj&st=b4bm89o4&dl=0>] (Consulté le 4 juin 2026)

- AZOULAY, Yaëlle, *Club Gigus - Échauffement sur place – court*, [En ligne], 2015, [https://www.youtube.com/watch?v=LUY5m2LZ_OQ] (Consulté le 4 juin 2026)
- AZOULAY, Yaëlle, *Échauffement général 2024 | Par Yaëlle Azoulay | Club Gigus / Les Petits Pas Jacadiens*, [En ligne], 2024, [<https://www.youtube.com/watch?v=otViem9mSUC>] (Consulté le 4 juin 2026)
- GOOGLE PLAY, Applications pour vitesse de musique : Tempo Slow Mo, Audipo, [En ligne], sans date, [https://play.google.com/store/apps/details?id=com.martianstorm.temposlowmo&hl=fr_CA] et [https://play.google.com/store/apps/details?id=jp.ne.sakura.ccice.audipo&hl=fr_CA] (Consulté le 4 juin 2026)
- MP3 CUT, Logiciel pour ordinateur, [En ligne], sans date, [<https://mp3cut.net/change-speed>] (Consulté le 4 juin 2026)
- JETTÉ, Philippe et Dâvi Simard, *Répertoires | Musique traditionnelle de Lanaudière* (vitesse normale), [En ligne], sans date, [https://www.youtube.com/playlist?list=PLHfWzi80j3vZnp2cA_jtkGNdlVboa63Ap] (Consulté le 4 juin 2026)
- JETTÉ, Philippe et Dâvi Simard, *Capsule pédagogique avec partitions – Répertoires | Musique traditionnelle de Lanaudière – (trois vitesses)*, [En ligne], sans date, [https://youtube.com/playlist?list=PLHfWzi80j3vaMnil_NAJ5_QX1Rq5oV73_&si=rCWpFyCyr7C1gWuV] (Consulté le 4 juin 2026)
- LES PETITS PAS JACADIENS, *Archives et collectes de gigue de Lanaudière*, [En ligne], sans date, [<https://www.youtube.com/playlist?list=PLWJOWpO9rjGmXo95RRSjJR-3-J2t-TWN>] et vidéos d'apprentissage, [<https://www.youtube.com/playlist?list=PLWJOWpO9rjGnSOOMoBBBjeCilrdzGBnax>] (Consultés le 4 juin 2026)

Répertoire de danse chantées (va avec annexe A et scénarios)

Répertoire de ronde chantée et de danse-jeux favorisant le développement rythmique et musical chez la petite enfance et le 1er cycle du primaire. Les chansons et les gestes peuvent aussi être adaptés pour développer le rythme avec les pieds, selon les cas.

- JETTÉ, Philippe, *J'ai un beau château*, [En ligne], 2017, [<https://www.youtube.com/watch?v=b98lXBy0OHc>] (Consulté le 4 juin 2026). Note : La ligne qui a tiré le plus de personnes de son côté gagne la partie.
- JETTÉ, Philippe, *Savez-vous planter des choux*, Trésors de la Nouvelle-Acadie, [En ligne], sans date, [https://soundcloud.com/user-851430988/savez-vous-planter-des-choux?utm_source=clipboard&utm_campaign=wtshare&utm_medium=widget&utm_content=https%253A%252F%252Fsoundcloud.com%252Fuser-851430988%252Fsavez-vous-planter-des-choux] (Consulté le 4 juin 2026)
- RÉPERTOIRE DU PATRIMOINE CULTUREL DU QUÉBEC, *Ronde chantée - Bonhomme que sais-tu donc faire*, [En ligne], sans date, [<https://www.patrimoine-culturel.gouv.qc.ca/rpcq/detail.do?methode=consulter&id=92&type=imma>] (Consulté le 4 juin 2026)
- RÉPERTOIRE DU PATRIMOINE CULTUREL DU QUÉBEC, *Ronde chantée - Deux canards (Meunier tu dors)*, [En ligne], sans date, [<https://www.patrimoine-culturel.gouv.qc.ca/rpcq/detail.do?methode=consulter&id=99&type=imma>] (Consulté le 4 juin 2026)
- RÉPERTOIRE DU PATRIMOINE CULTUREL DU QUÉBEC, *Ronde chantée - J'ai un beau château*, [En ligne], sans date, [<https://www.patrimoine-culturel.gouv.qc.ca/rpcq/detail.do?methode=consulter&id=104&type=imma>] (Consulté le 4 juin 2026)
Note : L'enfant seul peut être remplacé par le transmetteur. Dans ce cas, il serait opportun de demander à l'enseignante ou à l'éducatrice de danser avec la ligne d'enfant.
- RÉPERTOIRE DU PATRIMOINE CULTUREL DU QUÉBEC, *Ronde chantée – Bonhomme, si tu voulais*, [En ligne], sans date, [<https://www.patrimoine-culturel.gouv.qc.ca/rpcq/detail.do?methode=consulter&id=93&type=imma>] (Consulté le 4 juin 2026)

Note : Faire répondre les enfants en imitant les gestes du son des instruments, tel que Boom, boom, boom sur ce tambour-là.

Ressources pédagogiques générales ayant inspiré les sections 4 et 8 du présent guide

- ALLO PROF, *Enseignement explicite : des ressources d'Alloprof pour vous aider*, [En ligne], 2026, [<https://www.alloprof.qc.ca/fr/enseignants/ressources-pour-enseigner/utiliser-ressources-alloprof-enseignement-explicite-z0162>] (Consulté le 4 juin 2026)
- ALPHONSE, Jean Roger et Raymond Leblanc, *L'enseignement explicite : une stratégie d'enseignement efficace en lecture, en écriture et en mathématiques*, [En ligne], 2014, [<https://www.taalecole.ca/lenseignement-explicite/>] (Consulté le 4 juin 2026)
- ARCHAMBEAULT, Jacques, *47 façons de conjuguer enseigner avec apprendre*, Presses de l'Université Laval, 2001 (disponible au PUL : <https://www.pulaval.com/livres/47-facons-pratiques-de-conjuguer-enseigner-avec-apprendre-2e-edition>)
- BOUDREAULT, Henri, Isabelle Boudreault et Karine Mélançon. *Trousse d'outils de référence à l'intention du coordonnateur et du formateur*, Centre de recherche appliquée en instrumentation de l'enseignement (CRAIE) [En ligne], 2011-2012, [https://competenceculture.ca/wp-content/uploads/sites/2/2020/01/ef4f38c51684a94_file.pdf] (Consulté le 4 juin 2026)
- CTREQ, *Les principes d'un enseignement efficace*, [En ligne], 2016 (<https://rire.ctreq.qc.ca/enseignement-efficace/>) (Consulté le 4 juin 2026)
- ÉDUCATION SPÉCIALISÉE, *Techniques d'impact*, [En ligne], sans date, [<https://educationspecialisee.ca/techniques-dimpact/>] (Consulté le 4 juin 2026)
- LAPIERRE, Lise. "Un cadre de référence pour le questionnement didactique au collégial", *Revue Pédagogie collégiale*, [En ligne], Hiver 2008, Vol. 21, no 2, [<https://ideki.dimsportal.fr/wp-content/uploads/2021/10/Didactique-au-collegial.pdf>] Consulté le 4 juin 2026)
- Réseau CANOPÉ, Vous avez dit « pédagogies actives? », [En ligne], 2024, [<https://www.reseau-canope.fr/actualites/article/vous-avez-dit-pedagogies-actives>] (Consulté le 4 juin 2026)
- TÉLUQ, J'enseigne à distance (JAD), *La différenciation pédagogique*, [En ligne], sans date, [<https://jenseigneadistance.telug.ca/mod/page/view.php?id=358>] (Consulté le 4 juin 2026)
- UNIVERSITÉ LAVAL, *L'approche pédagogique inclusive*, [En ligne] sans date, [<https://www.enseigner.ulaval.ca/ressources-pedagogiques/l-approche-pedagogique-inclusive>] (Consulté le 4 juin 2026)

ANNEXE A : OUTILS PÉDAGOGIQUES

STRUCTURE	OBJECTIFS	EXERCICES	DESCRIPTION	DURÉE	APPRENANTS CIBLÉS	CONTEXTE	MATÉRIEL
1. ACTIVITÉS D'AMORCE DU COURS	Favoriser une atmosphère bienveillante par une des activités brise-glace suivantes	1. Animer un tour de table	Questionner à tour de rôle les participants(es) pour connaître leurs attentes, leurs objectifs, leurs appréhensions, leurs <i>a priori</i> sur ce qu'est la gigue	3 min	TOUS	Série de plus d'un cours idéalement	Objet de type « bâton de parole » (facultatif)
		2. Partager des anecdotes	Créer un lien plus personnel, partager des anecdotes du quotidien, des impressions d'un spectacle vu pendant la fin de semaine, ne pas nécessairement être en lien avec la gigue	3 min	TOUS	Série de cours	idem
		3. Animer un jeu de présentation des participants(es)	Choisir parmi les propositions suivantes : - demander à chacune et chacun de trouver un pas qui le ou la représente - faire une mini roue de gigue de présentation - créer un jeu de rythme avec les prénoms de chacune et chacun avec percussion corporelle et/ou gigue - toute autre activité du genre	3 min	TOUS	TOUS	idem
2. ACTIVITÉS D'ÉCHAUFFEMENT	Préparer le corps à la gigue	4. Échauffer le bas du corps: pieds, chevilles, genoux, hanches	Exécuter l'échauffement proposé par la vidéo de Yaëlle Azoulay du Club Gigus (lien) Se positionner en cercle ou tous face à la même direction	5 min	TOUS	TOUS	Musique: au choix, appropriée à l'échauffement

STRUCTURE	OBJECTIFS	EXERCICES	DESCRIPTION	DURÉE	APPRENANTS CIBLÉS	CONTEXTE	MATÉRIEL
		5. Échauffer le reste du corps : cou, épaules, dos, bras, poignets, doigts, abdominaux	À faire en cercle, ou en groupe face à la même direction. Possibilité de faire sous forme de jeu, seul, à deux, en groupe. Voir la vidéo (lien)	5 min	TOUS	TOUS	idem
		6. Exécuter des exercices cardio-vasculaires	Choisir parmi les propositions suivantes : - courses et déplacements rapides (sauts de joie, cabrioles, chassés) - stations d'exercices (4 différentes) - tag giguée: la personne touchée doit gigner sur place jusqu'à ce qu'elle soit libérée - « Jean dit », utiliser des pas de danse ou de gigue comme consigne - tout autre jeu ludique	3 à 5 min	TOUS	TOUS	idem
	Connecter avec soi-même et avec les autres	7. Éveiller la concentration et la focalisation.	Choisir parmi les propositions suivantes : - exercice de respiration assistée (inspiration, expiration, sentir une balle qui se promène dans le corps, etc.). - Exercices du nerf vague. - Exercices de cohérence cardiaque. - Exercices de méditation, pleine conscience - Toute autre activité du genre	5 min	TOUS	TOUS	idem
		8. Ouvrir le regard aux autres	Choisir parmi les propositions suivantes : - ouvrir le regard périphérique en tentant un déplacement de groupe en ligne sans tourner la tête - marcher en équilibre de plateau en alternant les façons de regarder	3 à 5 min	à partir du secondaire	TOUS	idem

STRUCTURE	OBJECTIFS	EXERCICES	DESCRIPTION	DURÉE	APPRENANTS CIBLÉS	CONTEXTE	MATÉRIEL
			l'autre (regard périphérique, focus, lointain, intérieur, etc.) - marcher en équilibre du plateau en se lançant une balle dans un ordre précis - tout autre exercice du genre				
		9. Réaliser une chaîne du rire.	S'allonger par terre avec la tête sur le ventre d'une autre personne, pour créer un effet de chaîne. Instiguer le rire et le laisser aller	3 min	TOUS	Série de cours	
		10. Éveiller la conscience de l'espace.	Exercices de promenade dans l'espace avec contraintes	3 à 5 min	à partir du secondaire	TOUS	Musique au choix
3. ACTIVITÉS D'APPRENTISSAGE	Favoriser l'appréciation et la discussion autour de la gigue	11. Animer des discussions	Animer des discussions autour de sujets variés en lien avec la gigue: spectacles vus récemment, expériences vécues dans des jams, des veillées de danse, questionner des événements d'actualité, des phénomènes sociaux, etc.	5 min	à partir du secondaire	Série de cours	
		12. Animer des quiz	Questionner les participants.es autour de la gigue, sur des pas vus précédemment ou sur un thème en lien avec le patrimoine vivant	5 min	à partir du secondaire	Série de cours	à l'oral
		13. Observer des vidéos	Permettre l'analyse de vidéos de toutes sortes; archives (archives YouTube des PPJ), soirées canadiennes, vidéos de spectacles de danse, etc.	5 min	TOUS	Série de cours	vidéos et support technologique nécessaire
		14. Observer différentes pratiques et contextes de gigue	Visionner des vidéos variées : - concours de gigue : Festival du voyageur - gigue de l'Outaouais : Martine Billette, Serge Mathon,	5 à 7 min	TOUS	Série de cours	vidéos et support technologique nécessaire

STRUCTURE	OBJECTIFS	EXERCICES	DESCRIPTION	DURÉE	APPRENANTS CIBLÉS	CONTEXTE	MATÉRIEL
			- gigue contemporaine : Bigico.tv, Les Archipels, Mai(g)wenn et les orteils, etc. - gigue irlandaise : Kieran Jordan, Edwina Guckian, Riverdance, etc - la gigue métisse : Masc, MMF, - Cap Breton: Melody Cameron, Harvey Beaton - gigue dansée : Brandy - et plusieurs autres... → Inspiration à puiser dans le groupe « Gigueurs et gigueuses » sur Facebook				
		15. Découvrir des éléments connexes à la gigue	Présenter d'autres arts du patrimoine immatériel : - vannerie, ceinture fléchée, tissage, etc. - musique trad, chanson à répondre, complainte, etc. - conte, - instruments de musique - types de soulier - os et cuillères de bois - podorythmie, etc. Se référer entre autres au Centre Mnémo et son catalogue d'articles disponibles en ligne.	5 à 7 min	TOUS	Série de cours	archives, documents de bibliothèque, numériques, artefacts, etc.
		16. Discuter et réfléchir autour d'enjeux sociaux plus larges.	Animer des discussions sur des sujets variés qui sollicitent le développement d'une pensée critique évolutive : - la transmission - le territoire - l'intergénérationnalité - la sociologie de la danse, etc.	5 min	à partir du secondaire	Série de cours	archives, documents de bibliothèque, numériques, artefacts, etc.

STRUCTURE	OBJECTIFS	EXERCICES	DESCRIPTION	DURÉE	APPRENANTS CIBLÉS	CONTEXTE	MATÉRIEL
	Développer les réflexes et schémas corporels utiles à la gigue	17. Observer le mouvement global du corps du gigueur	Utiliser le bonhomme gigueur comme outil visuel d'entrée en matière Éveiller la conscience rythmique, la structure musicale et le mouvement global du corps L'utiliser comme un ami présent au cours, comme un observateur	5 à 7 min	préscolaire et primaire	TOUS	bonhomme gigueur musique traditionnelle avec mesures rythmiques et vitesses variées.
		18. Contrôler l'équilibre et le transfert de poids	Faire sauter à cloche-pied, en changeant de pied Varier les déplacements : en diagonales, en cercle, en lignes, etc.	3 à 5 min	préscolaire et primaire	TOUS	Musique au choix, adaptée à l'exercice
		19. Intégrer le doublé aux exercices de marche et à la course	Introduire le doublé à partir de déplacements simples afin de faciliter son apprentissage et son intégration rythmique Progression suggérée : marcher à la croche, marcher sur la plante du pied, puis ajouter le talon pour construire le mouvement complet Varier les déplacements et les contextes : en cercle, en déplacement libre ou sous forme de jeux (ex. : tague, course en doublés)	3 à 5 min	TOUS	TOUS	Musique au choix, adaptée à l'exercice
		20. Maîtriser divers pas de déplacements	Réaliser des pas de polka, sauts de joie, two-steps, pas marché croisé (grapevine) Varier les déplacements ou sous forme de jeux. Possibilité de faire une chorégraphie simple en cercle pour intégrer les différents pas.	3 à 5 min	TOUS	TOUS	Musique au choix, adaptée à l'exercice

STRUCTURE	OBJECTIFS	EXERCICES	DESCRIPTION	DURÉE	APPRENANTS CIBLÉS	CONTEXTE	MATÉRIEL
		21. Faire un jeu chanté adapté pour apprendre la gigue	Développer le sens du rythme à l'aide de chansons énumératives mimées, de rondes chantées ou de jeux chantés permettant de ressentir et de marquer la pulsation. Ces activités favorisent l'écoute, la coordination et l'intégration corporelle du rythme dans un contexte ludique et accessible. Ex. : Savez-vous planter des choux?, Bonhomme, que sais-tu donc faire ?	3 à 5 min	préscolaire et primaire	TOUS	enregistrement de chanson au besoin
		22. Adapter sa pratique giguée à un contexte ludique	Giguer en suivant des consignes ludiques modifiant le caractère et l'interprétation des pas (en improvisation ou en exécutant des pas appris). Par exemple : - Giger comme... nommer un animal, une action, un état, etc. - Jeu « Jean dit » - Jeu de mimes - etc.	3 à 5 min	préscolaire et primaire	TOUS	Musique au choix, adaptée à l'exercice
	Exécuter un répertoire de pas et de combinaisons de pas (voir section 7 du présent guide pour accéder au contenu)	23. Varier la disposition des apprenants	Proposer différentes dispositions spatiales afin de favoriser l'engagement, l'observation, l'imitation et les interactions entre les apprenantes et apprenants Exemples : cercle, face à la personne enseignante, en quinconce, dos et face au cercle, en question-réponse, en duo, en petits groupes, avec câll des pas de gigue, etc. Alternier régulièrement les positions et les partenaires afin de favoriser le	n/a	TOUS	TOUS	Musique au choix, adaptée à l'exercice

STRUCTURE	OBJECTIFS	EXERCICES	DESCRIPTION	DURÉE	APPRENANTS CIBLÉS	CONTEXTE	MATÉRIEL
			partage, l'inclusion et la participation de tous				
		24. Proposer la pratique autonome	Proposer des moments où les apprenantes et apprenants peuvent pratiquer de manière autonome afin de consolider leurs acquis et développer leur confiance Varier les formes de pratique : en solo, en duo, en petits groupes ou en pratique libre Encourager l'exploration, la répétition et la prise d'initiative dans un cadre sécurisant	n/a	TOUS	TOUS	Musique au choix, adaptée à l'exercice
		25. Proposer une rétroaction	Intégrer différentes formes de rétroaction afin de soutenir les apprentissages et d'améliorer la qualité de l'exécution Exemples : rétroaction par la personne enseignante, rétroaction entre pairs, autoévaluation Favoriser des rétroactions simples, bienveillantes et constructives, adaptées au niveau des apprenantes et apprenants	n/a	TOUS	TOUS	Musique au choix, adaptée à l'exercice
		26. Composer des pas avec les apprenants	Animer la création de pas de gigue avec des consignes simples et claires : pas de base à utiliser, nombre de pulsations, suivre un thème musical en particulier, etc.	10 à 15 min	à partir du secondaire	Série de cours	Musique au choix, adaptée à l'exercice
		27. Enseigner une chorégraphie de pas	Enseigner une chorégraphie préétablie avant l'atelier sur une musique pré-choisie Possibilité de finir l'atelier en faisant un mini spectacle devant le professeur ou devant une autre classe	15 à 30 min	à partir du primaire	Série de cours	Musique au choix, adaptée à l'exercice

STRUCTURE	OBJECTIFS	EXERCICES	DESCRIPTION	DURÉE	APPRENANTS CIBLÉS	CONTEXTE	MATÉRIEL
	Découvrir des styles différents	28. Observer un porteur de tradition	Nommer ensemble les particularités du style du gigueur ou de la gigueuse et reproduire par imitation	5 à 10 min	à partir du secondaire	Série de cours	vidéos d'archives
		29. Explorer les pas de gigue de Lanaudière à partir de techniques d'autres régions	Proposer des exercices permettant de pratiquer des pas du répertoire lanaudois en s'inspirant de techniques issues d'autres traditions de gigue Exemples : gigue des Maritimes, <i>sean-nós</i> irlandais, gigue du Cap-Breton. Observer, imiter et comparer certains éléments techniques (rythme, appuis, posture, qualité de mouvement) afin d'enrichir l'interprétation des pas de Lanaudière	5 à 10 min	à partir du secondaire	Série de cours	Musique au choix, adaptée à l'exercice, vidéos d'archives
	Intégrer la gigue dans un contexte de danses de figures (voir point 7 pour accéder au contenu des pas de gigue pouvant être utilisés)	30. Intégrer la gigue dans des danses de figure de la région (Ex. : en exécutant la Grande chaîne)	n/a	5 à 10 min	à partir du secondaire	COURS / VEILLÉE	Musique au choix, adaptée à l'exercice
		31. Gigner deux par deux, dans une formation de set carré	n/a	5 à 10 min	à partir du secondaire	TOUS	
		32. Gigner face à face, dans une formation de contredanse	n/a	5 à 10 min	à partir du secondaire	TOUS	
	Intégrer de manière corporelle les structures musicales et les éléments	33. Exécuter une même gigue sur plusieurs musiques différentes	Identifier les pas et les musiques qui s'associent le mieux. Pourquoi? Identifier les paramètres musicaux et les techniques de base de pas pour justifier le choix : instrumentation, changement de poids, vitesse, etc.	5 à 10 min	à partir du secondaire	Série de cours	Musique au choix, adaptée à l'exercice

STRUCTURE	OBJECTIFS	EXERCICES	DESCRIPTION	DURÉE	APPRENANTS CIBLÉS	CONTEXTE	MATÉRIEL
	rythmiques dans la pratique de la gigue (pulsation, mesures, phrasé musical, changements de partie)	34. Identifier les composantes d'une structure musicale. Identifier le début de la phrase musicale, transitions entre les parties d'un reel, pulsation à la noire et à la croche	Faire ressentir les éléments suivants : - phrasé musical - changement de thème - pulsation - double vitesse et double lenteur - mesure binaire et ternaire Former une ronde et marcher sur le temps (marcher à la noire) et marcher à contretemps (marcher à la croche) Utiliser des foulards, des cerceaux, des balles de tennis, le bonhomme gigueur, des déplacements simples comme la ronde, des pas de gigue très simples pour travailler en mouvement ces structures	5 min	TOUS	Série de cours	Musique au choix, adaptée à l'exercice
		35. « Chanter la gigue »	Chanter les pas, chanter les noms des pas, utiliser la turlutte pour reproduire la rythmique d'un pas. Créer un pas qui suit les paroles d'une chanson.	5 à 10 min	pré-scolaire et primaire	TOUS	
		36. Intégrer tôt dans l'apprentissage les différentes structures rythmiques	3/2, 4/4, [6/8, 3/4 : rythme traditionnellement non présent dans Lanaudière]	n/a	TOUS	Série de cours	
		37. Animer des jeux polyrythmiques	Exécuter de pas superposables rythmiquement, donc de même vitesse dans la subdivision, de durées identiques et différentes, en canon ou simultanément	5 à 10 min	niveau intermédiaire et plus	TOUS	Musique au choix, adaptée à l'exercice

STRUCTURE	OBJECTIFS	EXERCICES	DESCRIPTION	DURÉE	APPRENANTS CIBLÉS	CONTEXTE	MATÉRIEL
		38. Animer des jeux rythmiques	Animer des vitamines rythmiques (formules rythmiques en question-réponse), comptine avec un mouvement à relais (comme « Un éléphant qui se balançait »), jeux de percussion corporelle brésiliens, etc.	5 à 10 min	TOUS	TOUS	Musique au choix, adaptée à l'exercice
		39. Enseigner de la podorythmie	Enseigner les différents pas de podorythmie de base: simple, double, accentuation, en mesure binaire et ternaire, etc. *voir si des exercices de Michel Bordeleau sont disponibles en ligne (Ex. : lien)	5 à 10 min	niveau intermédiaire et plus	TOUS	Musique au choix, adaptée à l'exercice
		40. Utiliser des instruments percussifs: cuillères, os, percussions corporelles	Suivre une mélodie ou une chanson avec les instruments. Reproduire le rythme d'un pas de gigue avec un instrument percussif ou avec le corps (mains, cuisses, etc.)	5 à 10 min	TOUS	TOUS	cuillères, os
		41. Utiliser un métronome	Varier les temps sur le métronome pour exécuter un pas de gigue, faire un exercice de pulsation, d'improvisation, etc.	5 à 10 min	primaire et +	TOUS	métronome
	Renforcer les compétences en improvisation et stimuler la créativité	42. Varier les contextes d'improvisation	Seul dans son coin, dos au centre, les lumières fermées, en sous-groupe, tous en même temps, etc.	n/a	primaire et +	TOUS	
		43. Modifier des séquences de pas apprises	Utiliser une séquence de pas apprise en proposant de modifier la finale, le début, le milieu	5 à 10 min	primaire et +	COURS	
		44. Combiner des pas de base	Créer ou improviser en utilisant les pas de base tels que : frotté simple, doublés plante/talon, marchés, pointe,	5 à 10 min	primaire et +	COURS	

STRUCTURE	OBJECTIFS	EXERCICES	DESCRIPTION	DURÉE	APPRENANTS CIBLÉS	CONTEXTE	MATÉRIEL
			kick, pas de reel et ses variantes, [pas de valse-clog], etc. Limiter d'abord les possibilités de pas aux apprenants, puis les intégrer progressivement au fur et à mesure des séances d'improvisation				
		45. Travailler autour des variantes d'un seul pas	Limiter à uniquement un pas et ses variantes (ex. : pas de reel)	5 à 10 min	primaire et +	COURS	
		46. Enchaîner des pas appris dans un ordre variable	n/a	5 à 10 min	primaire et +	COURS	
		47. Observer et reprendre les improvisations des autres	Reprendre (rythmiquement ou telle quelle) la fin du pas de la personne précédente pour commencer un nouveau pas de gigue. Reprendre un élément visuel du pas de gigue de la personne précédente. Reprendre une rythmique du pas de gigue de la personne précédente.	5 à 10 min	secondaire et +	COURS	
		48. Commencer à gigner à différents moments sur la musique	n/a	5 à 10 min	secondaire et +	COURS	
		49. Varier les textures sonores	Explorer et relever avec les apprenants les différentes textures et nuances sonores des pieds (plat, pointe, talon, glisser, frapper, etc). Retenir une ou plusieurs texture(s) à exploiter au moment de l'improvisation	5 à 10 min	secondaire et +	COURS	

STRUCTURE	OBJECTIFS	EXERCICES	DESCRIPTION	DURÉE	APPRENANTS CIBLÉS	CONTEXTE	MATÉRIEL
		50. Explorer la polyrythmie en improvisation	Exercice des ostinatos Voir vidéo : https://youtu.be/ECQErEhP018	10 à 15 min	secondaire et +	COURS	
		51. Intégrer des notions d'improvisation théâtrale avec la gigue	Donner un thème et tenter de raconter quelque chose autour du thème par la danse et la gigue Jeu du mime : il faut mimer la proposition sur papier en gigue. Transmettre une émotion pendant la gigue: joie, tristesse, courage, surprise, ennui, etc. Impro-clap : improvisation à deux danseurs. Quand quelqu'un clap, tout le monde fige et la personne qui a tapé dans ses mains remplace l'un des danseurs	10 à 15 min	secondaire et +	COURS	
		52. Faire un jeu de questions-réponses : reproduire le pas proposé en faisant un autre pas avec le même rythme	n/a	5 à 10 min	secondaire et +	COURS	
	Mettre en pratique les apprentissages	53. Faire une roue de gigue	Avec des séquences de pas improvisées ou non.	10 à 15 min	TOUS	TOUS	
		54. Exécuter une chorégraphie de gigue	n/a	10 à 15 min	primaire et +	COURS	
		55. Présenter devant un public.	Contexte à l'italienne, pendant une veillée, à l'intérieur, à l'extérieur	variable	TOUS	COURS	établir un lien

STRUCTURE	OBJECTIFS	EXERCICES	DESCRIPTION	DURÉE	APPRENANTS CIBLÉS	CONTEXTE	MATÉRIEL
		56. Intégrer la gigue en situation de veillée de danse	Giguer pendant les transitions, les temps morts d'un set, une grande-chaîne, etc.	variable	TOUS	COURS	
4. ACTIVITÉS DE FIN	Étirer le corps du gigueur	57. S'étirer au sol	Mollets, quadriceps, ischio-jambiers, bassin, bas du dos	5 à 10 min	TOUS	TOUS	
	Ramener le groupe dans un état calme	58. Écouter de musique douce	n/a	3 à 5 min	TOUS	TOUS	
		59. Relaxer au sol	Relaxation autonome, ou guidée par l'enseignant	3 à 5 min	TOUS	TOUS	
		60. Faire des exercices de respiration	Respiration profonde, au sol sur le dos, assis yeux fermés, avec les mains sur le ventre	3 à 5 min	TOUS	TOUS	
		61. Faire un jeu calme	Faire des sons de méditation en groupe (om), exercices légers de relâchement du corps, balancements en cercle, automassage	3 à 5 min	TOUS	TOUS	
	Rétroaction	62. Animer une rétroaction	Appréciation de l'atelier : - Question ouverte : qu'ont-ils appris? - Nommer les apprentissages (idéalement par les apprenants) - Noter des suggestions pour la prochaine fois - Nommer un moment préféré de l'atelier - Suggérer des activités trad à venir au calendrier (veillées, jams, soirées de chansons, formations, etc.)	3 à 5 min	TOUS	TOUS	

ANNEXE B : EXEMPLES DE SCÉNARIOS PÉDAGOGIQUES

Scénario 1

Contexte et niveau	Atelier de gigue donné à un groupe de primaire (premier cycle) dans le cadre d'une activité <i>Culture à l'école</i>
Date, durée, nb de séances	Jour, mois, année, 1 heure 1 séance
Nombre d'élèves lieu	25 Gymnase
Objectif final	Exécuter les pas de base de la gigue (frotté simple, doublé) avec une compréhension rythmique des pas (faire le pas sur la musique)
Sous-objectifs (si longue durée)	N/A

DÉROULEMENT

STRUCTURE - Scénario 1	EXERCICE	PAS DE GIGUE	MUSIQUE	DURÉE	NOTES DU PROF
Activité d'amorce et d'exploration	1. Animer un tour de table			5 min	Ex.: Demander le nom de l'instrument de musique préféré
Activité d'échauffement	6. Exécuter des exercices cardiovasculaires		Ex.: Reel dynamique	5 min	Ex.: Jeu de « Jean dit »
Activités d'apprentissage	17. Observer le mouvement global du corps du gigueur - Utiliser le bonhomme gigueur		Ex.: La grande gigue simple	5 min	
	21. Faire une chanson mimée pour apprendre la gigue		Ex.: Que sais-tu bien faire? (ou autre chanson)	5 min	Ex.: Répertoire de France Bourque-Moreau Conseil : Les petits ont l'attention très courte, il faut varier les activités plus rapidement, pour qu'ils vivent des variantes dans la position de leur corps : assis,

STRUCTURE - Scénario 1	EXERCICE	PAS DE GIGUE	MUSIQUE	DURÉE	NOTES DU PROF
					debout, écoute active en mouvement ou pas, activités individuelles et en groupe, manipulation d'objets, etc.
	23. Varier la disposition des apprenants - Enseigner en grand groupe	Mouvements de base - 1. Marché sur la plante - 7. Frotté simple* - 8. doublé avec plante - 9. doublé avec talon	Ex.: « La gigue du diamant bleu »	8 min	Ex.: Se placer en cercle pour l'enseignement *Autre possibilité : Twist à Paré
	46. Enchaîner des pas appris dans un ordre variable	IDEM	Ex.: La gigue du diamant bleu	12 min	Ex.: Faire créer les pas 2X2 et les présenter au reste du groupe ensuite
	30. Intégrer la gigue dans des danses de figure de la région		Ex.: Le tricentenaire	10 min	Ex.: en exécutant la Grande chaîne) Sets carré de Lanaudière
Activité de fin	60. Faire des exercices de respiration		Ex.: La valse du cerf-volant	5 min	Ex.: Relaxation sur musique douce
	62. Faire une discussion et tour de table			5 min	Ex.: Demander ce qu'ils ont le plus aimé de l'atelier

Ne pas oublier	Aide-mémoire personnel
Matériel nécessaire	Un bonhomme gigueur
Musique	Décliner les pièces choisies (les versions, albums, artistes)
Références	Référence des extraits (vidéo, audio) utilisés dans la classe

Scénario 2

Contexte et niveau	Atelier de gigue donné à un groupe de CPE (préscolaire)
Date, durée, nb de séances	Jour, mois, année, 30 min 1 séance
Nombre d'élèves lieu	10 classe
Objectif final	Se familiariser avec 4 mouvements de base de la gigue et les exécuter dans différents contextes ludiques
Sous-objectifs (si longue durée)	N/A

DÉROULEMENT

STRUCTURE – Scénario 2	EXERCICE	PAS DE GIGUE	MUSIQUE	DURÉE	NOTES DU PROF
Activité d'amorce et d'exploration	1. Animer un tour de table			5 min	<i>Ex: Demander le nom de chaque personne</i>
Activité d'échauffement	5. Échauffer le reste du corps: dos, épaules, cou, poignets, abdominaux		<i>Ex: Reel rapide</i>	5 min	
Activités d'apprentissage	22. Adapter sa pratique giguée à un contexte ludique			5 min	<i>Ex: utiliser les caractères des animaux</i>
	23. Varier la disposition des apprenants - Enseigner en grand groupe	Mouvements de base - 1. Marché sur la plante - 7. Twist à Paré (2e version)		5 min	<i>Ex: Se placer en cercle pour l'apprentissage</i>
	55. Faire une roue de gigue	IDEM		5 min	
Activité de fin	61. Relaxer au sol			5 min	

Ne pas oublier	Aide-mémoire personnel
Matériel nécessaire	aucun

Musique	Décliner les pièces choisies (les versions, albums, artistes)
Références	Référence des extraits (vidéo, audio) utilisés dans la classe.

Scénario 3

Contexte et niveau	Groupe d'adultes intermédiaire
Date, durée, nb de séances	Jour, mois, année, 1 heure 1 séance
Nombre d'élèves lieu	12 centre communautaire
Objectif final	Exécuter deux pas du répertoire de Lanaudière
Sous-objectifs (si longue durée)	N/A

DÉROULEMENT

STRUCTURE – Scénario 3	EXERCICE	PAS DE GIGUE	MUSIQUE	DURÉE	NOTES DU PROF
Activité d'amorce et d'exploration	3. Animer un jeu de présentation des participantes et participants		<i>A capella</i>	5 min	
Activité d'échauffement	4. Échauffer le bas du corps : pieds, chevilles, genoux, hanches	Rant step	<i>Ex: 6/8 + reel</i>	5 min	<i>Ex: Intégrer le rant step dans l'échauffement</i>
	6. Exécuter des exercices cardiovasculaires		<i>Ex: pièce électrotrad</i>	4 min	<i>Ex: Faire des stations</i>
Activités d'apprentissage	28. Observer un porteur de tradition - nommer les caractéristiques spécifiques d'un style ou d'un porteur de tradition			8 min	<i>Ex: Présentation des vidéos d'archives de Bernard Brisson et discussion</i>

STRUCTURE – Scénario 3	EXERCICE	PAS DE GIGUE	MUSIQUE	DURÉE	NOTES DU PROF
	23. Enseigner en grand groupe	Patte molle à Bernard Brisson		10 min	<i>Ex: en quinconce, dans une même direction</i>
	25. Varier les situations d'apprentissage	IDEM	<i>Ex: Reel - répertoire Lanaudière</i>	5 min	<i>Ex: Faire des questions-réponse 2X2 pour pratiquer</i>
	23. Varier la disposition des apprenantes et apprenants - Enseigner en grand groupe	Glissé à Bernard Brisson		10 min	<i>Ex: Gigue en turluttant ou sur une chanson</i>
	23. Varier la disposition des apprenants	Rant step Patte molle à B.B. Glissé à B.B.	<i>Ex: Reel - répertoire Lanaudière</i>	5 min	<i>Ex: Câller les pas</i>
	46. Enchaîner des pas appris dans un ordre variable	IDEM + possibilité d'utiliser d'autres pas	<i>Ex: Reel - répertoire Lanaudière</i>	4 min	<i>Ex: Contrainte: Faire l'un des deux pas suivi d'une improvisation</i>
Activité de fin	61. Relaxer au sol		<i>Ex: Complainte</i>	4 min	

Ne pas oublier	Aide-mémoire personnel
Matériel nécessaire	aucun
Musique	Décliner les pièces choisies (les versions, albums, artistes)
Références	Référence des extraits (vidéo, audio) utilisés dans la classe

Scénario 4

Contexte et niveau	Groupe d'âinés en résidence
Date, durée, nb de séances	Jour, mois, année, 1 heure 1 séance
Nombre d'élèves lieu	8 salle de sport de la résidence
Objectif final	Se familiariser avec 4 mouvements de base de la gigue et les exécuter dans différents contextes ludiques
Sous-objectifs (si longue durée)	N/A

DÉROULEMENT

STRUCTURE - Scénario 4	EXERCICE	PAS DE GIGUE	MUSIQUE	DURÉE	NOTES DU PROF
Activité d'amorce et d'exploration	1. Animer un tour de table			5 min	<i>Ex: Chacun se présente et mentionne un souvenir en lien avec un art traditionnel</i>
Activité d'échauffement	5. Échauffer le reste du corps: cou, épaules, dos, bras, poignets, doigts, abdominaux			4 min	<i>Ex: Commencer assis. Utiliser l'automassage</i>
	4. Échauffer le bas du corps : pieds, chevilles, genoux, hanches			4 min	<i>Ex: Permettre un appui sur une chaise</i>
Activités d'apprentissage	13. Observer des vidéos			8 min	<i>Ex: Regarder une vidéo de Soirée canadienne (Lanaudière) puis discuter des caractéristiques de la gigue</i>
	23. Varier la disposition des apprenantes et apprenants - Enseigner en grand groupe	Mouvements de base - 1. Marché sur la plante - 7. Frotté simple - 8. doublé avec plante		14 min	<i>Ex: en cercle</i>

STRUCTURE - Scénario 4	EXERCICE	PAS DE GIGUE	MUSIQUE	DURÉE	NOTES DU PROF
		- 9. doublé avec talon			
	30. Intégrer la gigue dans des danses de figure de la région (ex: pendant la grande chaîne)	IDEM		20 min	<i>Ex: Enseignement du set Quatre par quatre (plan B: L'oiseau dans la cage) et intégration de la gigue avant le swing ou pendant la grande chaîne (comme dans Lanaudière)</i>
Activité de fin	59. S'étirer au sol			5 min	<i>Ex: Sur une chaise ou debout selon le niveau d'aisance</i>

Ne pas oublier	Aide-mémoire personnel
Matériel nécessaire	aucun
Musique	Décliner les pièces choisies (les versions, albums, artistes)
Références	Référence des extraits (vidéo, audio) utilisés dans la classe.

Scénario 5

Contexte et niveau	Atelier de gigue dans une école secondaire (deuxième cycle - secondaire 3 à 5)
Date, durée, nb de séances	Jour, mois, année, 70 min. 1 séance
Nombre d'élèves lieu	25 classe d'école ou gymnase
Objectif final	Se familiariser avec quelques mouvements de base de la gigue et faire l'apprentissage de deux pas de gigue de Lanaudière
Sous-objectifs (si longue durée)	N/A

DÉROULEMENT

STRUCTURE - Scénario 5	EXERCICE	PAS DE GIGUE	MUSIQUE	DURÉE	NOTES DU PROF
Activité d'amorce et d'exploration	1. Animer un tour de table			5 min	<i>Ex: Chacun dit son nom et s'ils ont déjà entendu parler de gigue</i>
	12. Animer des quiz			5 min	<i>Ex: Tester les connaissances sur la gigue pour défaire des préjugés avant l'atelier</i>
Activité d'échauffement	4. Échauffer le bas du corps : pieds, chevilles, genoux, hanches		<i>Ex: Reel rapide</i>	5 min	
Activités d'apprentissage	23. Varier la disposition des apprenants - Enseigner en grand groupe	Mouvements de base 4. Pas marchés et touchés 7. Frotté simple 9. Doublé avec talon		15 min	<i>Ex: en cercle</i>
	32. Giger face à face, dans un formation de contredanse	Mêmes mouvements de base		8 min	
	23. Varier la disposition des	Répertoire de		12 min	<i>Ex: Tous face au professeur</i>

STRUCTURE - Scénario 5	EXERCICE	PAS DE GIGUE	MUSIQUE	DURÉE	NOTES DU PROF
	apprenants - Enseigner en grand groupe	Lanaudière 4. Ailes de pigeon 1. Rant Step			
	33. Exécuter une même gigue sur plusieurs musiques différentes	Utiliser tous les pas appris	<i>Musique au lien Jetté/Simard</i>	5 min	<i>Ex: en cercle, giquer sur le répertoire de musique de Lanaudière</i>
	55. Faire une roue de gigue	Utiliser tous les pas appris	<i>Ex: Reel à vitesse moyenne</i>	5 min	
Activité de fin	59. S'étirer au sol		<i>Ex: Valse</i>	5 min	
	66. Animer une rétroaction			5 min	<i>Ex: Demander ce qu'ils retiennent de ce qu'est la gigue</i>

Ne pas oublier	Aide-mémoire personnel
Matériel nécessaire	aucun
Musique	Décliner les pièces choisies (les versions, albums, artistes)
Références	Référence des extraits (vidéo, audio) utilisés dans la classe

Scénario 6

Contexte et niveau	Cercle de gigue, multi-générationnel, multi-niveaux
Date, durée, nb de séances	Jour, mois, année, 75 min 1 séance
Nombre d'élèves lieu	environ 15 local de danse
Objectif final	Se familiariser avec quelques mouvements de base de la gigue et faire l'apprentissage de deux pas de gigue de Lanaudière
Sous-objectifs (si longue durée)	N/A

DÉROULEMENT

STRUCTURE - Scénario 6	EXERCICE	PAS DE GIGUE	MUSIQUE	DURÉE	NOTES DU PROF
Activité d'amorce et d'exploration	1. Animer un tour de table			5 min	<i>Ex: Chacun se présente et partage la raison de leur présence</i>
Activité d'échauffement	4. Échauffer le bas du corps : pieds, chevilles, genoux, hanches		<i>Ex: Reel lent</i>	5 min	
	5. Échauffer le reste du corps: cou, épaules, dos, bras, poignets, doigts, abdominaux		<i>Ex: Reel moyen</i>	4 min	
Activités d'apprentissage	10. Éveiller la conscience de l'espace	Pas marchés	<i>Ex: 6/8</i>	4 min	<i>Ex: Faire différentes marches dans l'espace, en se connectant avec les autres</i>
	19. Intégrer le doublé aux exercices de marche et à la course	Mouvements de base: 8. Doublé avec plante 9. Doublé avec talon	<i>Ex: 6/8 - idem</i>	4 min	<i>Ex: en poursuivant les pas marchés dans l'espace, introduire le doublé</i>
	13. Observer des vidéos			8 min	<i>Ex: Montrer des vidéos d'archives des gigueurs de Lanaudière</i>

STRUCTURE - Scénario 6	EXERCICE	PAS DE GIGUE	MUSIQUE	DURÉE	NOTES DU PROF
	23. Varier la disposition des apprenantes et apprenants - Enseigner en grand groupe	Répertoire de Lanaudière: 1. Rant Step 4. Ailes de pigeon 6. Després simple Inter - 1. Després double	<i>Musique au lien Jetté/Simard</i>	20 min	<i>Ex: varier en cercle et face au professeur</i>
	55. Faire une roue de gigue	Utiliser tous les pas appris	<i>Ex: Reel à vitesse moyenne</i>	10 min	
Activité de fin	61. Relaxer au sol		<i>Ex: Valse</i>	5 min	<i>Ex: suivre des indications de respirations lentes et de mini étirements</i>
	67. Animer une rétroaction			10 min	<i>Ex: Développer une conversation suite aux apprentissages. Observations, pas préférés, difficultés rencontrées, plaisir, réflexions sur la gigue</i>

Ne pas oublier	Aide-mémoire personnel
Matériel nécessaire	aucun
Musique	Décliner les pièces choisies (les versions, albums, artistes)
Références	Référence des extraits (vidéo, audio) utilisés dans la classe