

## FICHE D'ANALYSE RÉFLEXIVE POST-PERFORMANCE (APRÈS UN BATTLE, UN CERCLE OU UN FREESTYLE PARTAGÉ)

Objectif : Favoriser un retour sensible, critique et constructif sur une expérience vécue de danse partagée.

Entrée réflexive	Questions-guides
<b>Ce que j'ai ressenti</b>	Qu'est-ce que j'ai ressenti en dansant / en regardant ? Quels moments m'ont marqué ?
<b>Ce que j'ai exprimé</b>	Ai-je pu exprimer quelque chose ? Si oui, quoi ? Qu'est-ce que j'ai montré de moi ?
<b>Mes forces / points d'appui</b>	Qu'est-ce qui m'a aidé-e dans la performance ? Quels gestes, attitudes ou intentions m'ont paru justes ?
<b>Mes pistes de progression</b>	Qu'est-ce que je peux améliorer ? Sur quoi ai-je envie de travailler pour la prochaine fois ?
<b>Ce que j'ai appris des autres</b>	Qu'est-ce que j'ai observé, appris ou compris grâce aux autres danseur-ses ? Y a-t-il eu des moments d'échange marquants ?
<b>Ce que cette expérience m'a apporté</b>	Qu'ai-je découvert sur moi ? sur la danse ? sur les autres ? En quoi cette expérience a-t-elle été importante pour moi ?

