

# Une journée sans écrans



**ELEFThERIA MITSIOU**  
**KONSTANTINA KOURPOUANIDI**  
**NIKOLINA NIKOLAKOPOULOU**

**A3**

# **Une journée sans écrans**

**A l'occasion de la "Journée sans écrans", nous avons la possibilité d'utiliser notre temps d'un façon différent. Sans écrans, nous pouvons consacrer notre temps à des activités plus intéressants et plus actifs. Une de ces activités est la danse.**

**Il y a beaucoup de types de danses comme:**

- Le Hip-hop**
- La Danse contemporaine**
- La Samba**

# Le Hip Hop



**La danse hip-hop est née à New York à la fin des années 1960 et s'est inspirée des mouvements de la danse africaine.**



**Elle s'est développée en tant que nouveau style de danse de rue, mêlant des aspects de la danse moderne, des claquettes et du swing.**



**Elle comprend toute une gamme de mouvements freestyle, bien que ses trois principaux styles,**



**le breakdance, le popping et le locking, aient permis au hip-hop de devenir le style de danse majeur et très populaire qu'il est aujourd'hui.**

# La Danse contemporaine



**Ce type de danse de spectacle moderne très complexe est apparu au milieu du XXe siècle, reprenant des éléments des styles de danse classique, des styles modernes et de la danse jazz.**



**La danse contemporaine utilise particulièrement le haut du corps et les jambes des danseurs en réalisant des mouvements au sol et des relevés systématiques.**



# La Samba



**La samba ou samba urbaine est un genre musical et de danse brésilien né dans les communautés urbaines afro-brésiliennes de Rio de Janeiro au début du xxe siècle.**



**La samba est un terme général désignant de nombreux rythmes qui composent les genres musicaux brésiliens les plus connus.**



**En conclusion, la danse est une très bonne façon de passer notre temps. Elle contribuera à notre santé, parce que c'est un type d'exercice. En plus à travers la danse, nous pouvons exprimer nos sentiments et oublier notre stress.**

# Une journée sans écrans



**ELEFThERIA MITSIOU**  
**KONSTANTINA KOURPOUANIDI**  
**NIKOLINA NIKOLAKOPOULOU**