



ASSOCIATION loi 1901
Villa des Alpes
5 rue Doyen Gosse
38700 La Tronche
06 82 48 85 31
unautremonde13@gmail.com

Carpe Diem

Atelier d'expression et de loisirs créatifs

Ateliers d'éveil et d'initiation à la danse pour les enfants (de 4 à 9 ans)

C'est l'âge de toutes les découvertes, celui de la mémoire corporelle et de la structuration de la pensée. Les sons, les couleurs, les odeurs. Tous les éléments sont là et nous n'aurons qu'à choisir, mélanger, organiser pour permettre à notre mouvement d'atteindre sa fonction poétique qu'est la danse.

- Matière à rêver
- Matière à penser
- Matière à se construire

C'est à l'écoute du corps de l'enfant qu'il faut s'attarder. Un corps unique et surtout fragile car en plein développement.

Si l'**éveil** (4 à 6 ans) est une période d'accumulation d'éléments fondateurs, l'**initiation** (7 à 9 ans) doit conduire à une structuration du corps qui se situe dans l'espace, le temps et avec ses dynamiques, autrement dit l'apprentissage de la technique pure de la danse, ensuite viendra le **perfectionnement** (10 ans et +)

C'est souvent en partant des mouvements élémentaires proposés par les enfants eux-mêmes, que nous pourrons aborder les prémices des techniques et permettre à chaque enfant de trouver la coordination nécessaire à son propre mouvement dansé.

Il s'agit ensuite de préciser, affiner, développer les capacités propres à l'enfant et, petit à petit, de canaliser la contrainte pour qu'il puisse bien exprimer ce qu'il a envie de dire.

Conduire et accompagner, permettre la rencontre, préparer à aborder les techniques pour apprendre à ...

- Etre présent
- Etre à l'écoute
- Etre sensible
- Etre concentré
- Etre confiant
- Etre ouvert à la nouveauté, à la différence
- Etre curieux de l'inconnu
- Etre capable de s'investir dans l'action
- Etre capable de proposer
- Etre capable d'apprendre en jouant
- Etre capable de s'approprier différentes propositions
- Etre autonome et motivé
- Etre capable de communiquer son plaisir

Marie Sapena

Organisation du cours

EVEIL

- **L'échauffement** en groupe afin de se connecter mais aussi de préparer son corps au mouvement dansé.
- La Phase d'**exploration**, de **découverte**.
Je donne à danser des situations ouvertes et diversifiées, le plus souvent ludiques, afin de permettre à l'enfant de se libérer de toutes contraintes.
- La Phase de **structuration**, de **transformation**.
Exploitation des découvertes, c'est la phase d'entrée dans l'expression artistique.
- La Phase de **réinvestissement**, de **transposition**.
Travail de précision, de finition.
- **La relaxation**

INITIATION

- **La barre**, c'est-à-dire plusieurs petits exercices qui permettent à l'élève de s'échauffer mais également d'apprendre des mouvements techniques.
Ces exercices permettent également de placer son corps dans l'espace et de danser en rythme.
- **La variation de fin de cours**. Grâce à l'apprentissage des différents mouvements techniques au cours de la barre, l'élève va pouvoir apprendre une chorégraphie qui s'étoffera au fur et à mesure de l'année.
- **La relaxation**

Objectifs des ateliers d'éveil et d'initiation à la danse

- **Développer la présence de l'enfant**
- **Susciter et préserver le plaisir du mouvement**
- **Faire découvrir progressivement le corps et ses possibilités**
- **Développer l'habileté corporelle dans le mouvement dansé**
- **Associer l'approche de la musique et de la danse**
- **Favoriser la socialisation de l'enfant et la pratique collective**
- **Percevoir, découvrir et structurer l'espace**
- **Inciter à observer, analyser et verbaliser**
- **Transmettre l'art de la danse**