

## **Animer un atelier de mouvement et de danse**

**CODE 019-133**

Cette formation propose d'intégrer différentes formes du mouvement dansé comme médiation à visée éducative et thérapeutique dans sa pratique professionnelle en révélant sa part créative.

Utilisation des pratiques d'éducation somatique et de danse-thérapie pour soutenir ce processus : Expression primitive, Body-Mind Centering®, Life Art Process®.

### **OBJECTIFS PEDAGOGIQUES**

Expérimenter et explorer le mouvement dansé comme médiateur dans la relation d'accompagnement et de soin.

Elaborer et mettre en place un projet d'atelier de mouvement et de danse.

### **ELEMENTS FORTS**

L'expertise et l'expérience des formateurs croisant leurs pratiques

Exploration des différents systèmes et parties du corps et découverte de leur part expressive et leur valeur symbolique

Découverte des paramètres du mouvement dansé

Compréhension de la spécificité de la danse : l'expression corporelle, l'émotivité du geste et l'empathie corporelle

Expérimentation de la composition instantanée, de l'improvisation et de la chorégraphie

Démarche de projet

### **PERSONNES CONCERNEES**

Tout professionnel des secteurs sanitaire, médico-social et socio-éducatif animant ou devant animer des activités et/ou un atelier de danse

### **CONTENU DETAILLE DE LA FORMATION**

Danser, c'est se mettre en mouvement, manifester le plaisir d'être vivant, être en contact avec son intériorité et l'exprimer, aller à la rencontre de soi-même et de l'autre, habiter son corps, être dans le moment présent ancré et disponible, s'exprimer autrement qu'avec des mots, jouer avec le rythme, entrer en relation avec la musique et le silence, développer sa créativité, partager un moment de convivialité.

Utilisation des pratiques d'éducation somatique et de danse-thérapie pour soutenir ce processus :

Expression primitive : « L'Expression primitive est une forme de danse dynamique, tonique, rythmée qui associe le mouvement, le rythme et la voix pour créer une gestuelle simple, " première ", abordable par tous, accompagnée par la pulsation du tambour et la voix des danseurs [...]. L'Expression primitive opère un métissage entre les danses d'origine africaine dont elle reprend l'énergie, et les danses européennes traditionnelles, dont elle garde la régularité rythmique et la simplicité. Sur le plan artistique, l'Expression primitive s'inscrit dans une esthétique primitiviste, courant essentiel de l'art contemporain, fondé sur la recherche de formes simples, essentielles, obtenues à la suite

d'un travail de déconstruction [...]. L'Expression primitive est aussi une forme de danse-thérapie scientifiquement fondée sur la réactivation des structures rythmiques fondatrices, « premières », trop souvent oubliées chez les Occidentaux. Elle offre de les revivre dans l'expression d'une symbolique universelle à effet thérapeutique. » France Schott-Billmann (<https://www.drlst.org>)

\*Body-Mind Centering<sup>®</sup> : Anatomie par l'expérience et le vécu de chacun.e en tant que sujet ressentant des différents systèmes du corps et alphabet du mouvement. C'est à travers le toucher, le mouvement, la visualisation, l'imaginaire que nous découvrons comment chaque système (organique, squelettique, musculaire...) s'organise et favorise nos qualités de présence et d'expression. Bonnie Bainbridge Cohen est la fondatrice de cette approche. <https://www.soma-france.org/>

\* Life Art Process : Le Life Art Process<sup>®</sup> peut se traduire "processus art vie", est une approche qui par l'intermédiaire, du mouvement, du dessin, de l'écriture, de la voix permet d'interroger et enrichir de façon créative, nos questionnements personnels et professionnels. Au carrefour de nombreuses techniques et pratiques, ces outils de communications et pédagogiques favorisent un cadre innovant applicables pour tous, dans tous les domaines. Anna Halprin et sa fille Daria Halprin ont fondé il y a 40 ans le Tamalpa Institut en Californie, à côté de San Francisco.

<https://www.tamalpa.org/>  
<https://tamalpafrance.org/>

### **Préparer le corps « instrument » : échauffement**

- Se mettre en mouvement dans la globalité somatopsychique
- Revisiter différents schèmes de mouvement, ajuster sa relation avec le sol comme partenaire
- Entrer en relation avec l'espace et avec l'autre

### **Explorer les différents systèmes du corps et découvrir leurs valeurs expressive et symbolique**

- Explorer individuellement et en groupe sous un angle ludique :
  - l'os : la charpente solide, l'architecture du corps
  - les articulations : la fluidité du mouvement, contacter sa puissance
  - le muscle : aller vers la justesse dans l'effort.
  - les organes : son volume en 3D, prendre sa place
  - la peau : incarner son enveloppe, son interface et poser ses limites

### **Découvrir les paramètres du mouvement dansé**

- Expérimenter le mouvement dansé avec différents objets pour élargir son "vocabulaire" corporel (bâtons, balles, voiles...)
- Explorer individuellement et en groupe l'espace, le temps, le poids, la dynamique, le rythme, la forme, la relation
- Capter progressivement l'authenticité et la beauté de son geste

### **Comprendre la spécificité de la danse**

- Le corps à la fois matière, instrument et symbole
- La danse comme mode de convivialité et d'expression de ses émotions
- L'expression corporelle et l'émotivité du geste
- L'empathie corporelle et la communication non-verbale
- La danse et le regard : donner à voir, s'exposer au regard de l'autre et apprendre à observer, être témoin
- L'éphémère de la danse et la trace du vécu corporel (dessin et modelage).
- Apports en histoire de la danse : visionnage de vidéos
- Comprendre les bienfaits du mouvement et de la danse et inscrire le projet dans l'éducation pour la santé
- Apprendre à créer des partitions à danser

### **Aborder la composition et la chorégraphie / Expérimenter l'improvisation, la composition instantanée**

### **S'inscrire dans une démarche de projet**

### **Apprendre à articuler un projet individuel avec le projet de l'atelier et le projet institutionnel**

### **PROFIL FORMATEUR**

Art-thérapeute et Danse-thérapeute, praticien d'expression primitive et enseignant de danse et d'éducation somatique

### **PRE REQUIS**

Aucun

### **DISPOSITIFS D'EVALUATION**

Un dispositif adaptable d'évaluation est mis en place en fonction des besoins et demandes spécifiques du client :

- Questionnaire en amont pour cerner les attentes et besoins du/de la stagiaire
- Evaluation des connaissances au début de la formation
- Evaluation des acquis en continu : quiz, questionnaires, étude de cas, mises en situation.
- Evaluation des acquis en fin de formation donnant lieu à la délivrance d'un certificat de réalisation
- Questionnaire individuel de satisfaction
- Questionnaire « à froid » 3 mois après la formation

### **METHODES PEDAGOGIQUES**

Nos méthodes pédagogiques s'articulent selon deux axes :

- Une activité cognitive pour l'acquisition des connaissances théoriques et pratiques : associée à une démarche interactive et participative, elle engage les participant.e.s à co-construire avec l'intervenant.e la dynamique du processus pédagogique
- Une analyse des pratiques professionnelles : basée sur l'étude de cas et situations

cliniques, elle favorise l'intégration des contenus à travers le partage des expériences. Nos supports pédagogiques reposent sur des références actualisées (scientifiques, réglementaires, organisationnelles, etc).

Des **ateliers pratiques** : les participant-e-s expérimentent différents dispositifs à médiation et la dynamique de groupe. Une démarche expérientielle pour acquérir des techniques, développer des compétences relationnelles, ses propres possibilités d'expression et sa créativité, préciser les spécificités de chaque technique à médiation rencontrée (cf. approche pédagogique basée sur le néo-constructivisme).

Chaque atelier pratique est soumis à l'analyse réflexive. Les professionnel-le-s font des liens avec leur pratique pour élaborer un projet : chaque participant.e évoque avec l'intervenant.e et le groupe des situations concrètes pour argumenter le choix d'une technique à médiation spécifique selon le projet personnalisé ou le projet thérapeutique de la personne, etc.

Les ateliers pratiques font partie intégrante de l'évaluation en continu : par le formateur, par l'auto-évaluation et le *feed-back* par le groupe.

**DUREE** : 6,00 jour(s)

**DATES** : 20 au 22/09 + 18 au 20/10/2021

**COÛT** : 1620 €

**LIEU** : Lyon