

EXPRESSION CORPORELLE « DANSE »

→ FICHE DESCRIPTIVE # 16

Description

- Cette activité physique d'expression ouvre de nouvelles perspectives aux personnes à handicap physique (danseur debout, en fauteuil manuel ou électrique) et sensoriel (danseur déficient visuel ou auditif) en s'appuyant sur les principes liés à la motricité expressive où le corps devient un « outil » de communication.
- La production et la réalisation d'une chorégraphie individuelle ou en groupe développent le sens créatif des danseurs, ainsi cette activité contribue au développement de la personne tant sur le plan personnel que sur le plan relationnel.

- L'encadrement de cette activité peut réclamer une certaine connaissance artistique pour que les danseurs de différents horizons puissent évoluer ensemble et que chacun trouve sa place dans le groupe.
- Quelque soit le handicap physique ou sensoriel, l'ossature d'une séance reste identique avec néanmoins quelques aménagements et adaptations inhérents au type de handicap.

Échauffement

- Comme pour toute activité physique et pour rentrer pleinement dans la pratique sans risque de blessures articulaires ou musculaires, des exercices sollicitant isolément chaque membre et des déplacements sont réalisés en début de séance, sur un fond musical.



Diagonales et transversales

- Ces déplacements réalisés seul ou en groupe ont pour objectifs l'apprentissage et le perfectionnement des fondamentaux de la danse.



- Ainsi et selon le but recherché, les danseurs peuvent s'exercer à la coordination gestuelle, au déplacement sur le rythme de la musique, au maniement du fauteuil et/ou à la mobilité corporelle, à l'occupation spatiale...



Chorégraphie

- Seul ou en groupe, les danseurs élaborent une chorégraphie de quelques minutes, en vue d'être regardée par des spectateurs ou le reste du groupe. Cette production artistique implique que chaque danseur soit en relation avec les autres membres du groupe.

