

# Sport et inclusion – Interpréter et danser: Danse globale

Dans cet exercice, les élèves démontrent qu'ils sont capables de mobiliser différentes parties du corps.

Les élèves forment un cercle. Une musique en arrière-fond crée une atmosphère propice au mouvement. Les danseurs commencent à bouger les pieds. L'enseignant demande: «Qu'est-ce qui vient après les pieds?» Réponse des élèves: «Les mollets!» L'enseignant enchaîne: «Alors, faites danser les mollets!» Poursuivre avec les genoux, les cuisses, etc. Mettre aussi en mouvement la bouche, le nez, les oreilles, les yeux (mimiques).



A la fin, se déplacer à travers la salle en mobilisant toutes les parties du corps. De temps en temps, se limiter à un membre. Progression possible: inclure l'environnement: les mains ou les genoux sur le sol, les pieds le plus souvent possible en l'air, etc.

**Exemple pratique:** Un élève à mobilité réduite participe à la leçon. Il utilise la paroi pour se stabiliser. Il peut aussi s'asseoir sur un couvercle de caisson et un partenaire l'aide à reconnaître les différentes parties du corps (en les touchant) et à les bouger.

## Autres adaptations

- **Déficience cognitive:** Stimuler la créativité en montrant quelques variantes, des images ou en racontant des histoires.

**Matériel:** Installation de musique, couvercle de caisson

## A prendre en considération

- **Déficience auditive:** Danser près des haut-parleurs, ou piétiner en rythme sur le sol pour faire ressentir les vibrations de la musique.
- **Déficience visuelle:** Aménager la piste de danse avec des tapis.
- **Troubles de la perception et du comportement:** Les actions répétées avec une certaine constance, sans but ni fonction (stéréotypes), sécurisent les élèves. Il est donc important, si possible, de leur réserver une part dans l'action motrice globale.

Annoncer à l'avance les contacts physiques.

- **Déficience cognitive:** Effectuer les mouvements ensemble. Favoriser la visualisation en racontant une histoire.
- **Difficultés motrices:** Proposer d'autres positions de départ et mouvements. Proposer des aides à l'équilibre: paroi, caisson, déambulateur ou enseignant.

---

Source: Daria Reimann, professeur de danse



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Office fédéral du sport OFSPO**