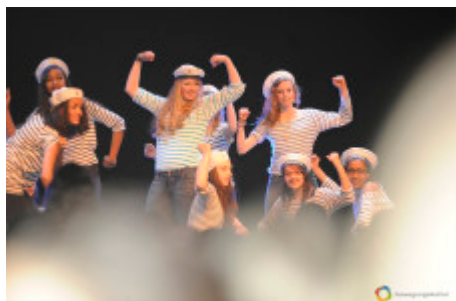


La danse fait école: Se présenter

La présentation devant un public constitue un défi de taille pour les écoliers. L'aisance dans le mouvement et la personnalité jouent ici un rôle particulier.



Source: Verein Bewegungskultur, Hansjörg Egger

Lorsque tout se passe bien, le fait de s'exposer devant ses camarades ou tout autre public ne pose aucun problème pour les élèves. Si des erreurs sont commises, le point crucial est de savoir qui et combien de personnes s'en aperçoivent.

Chez les adolescents surtout, l'assurance dans les mouvements joue un rôle central. Lorsqu'elle fait défaut, des sentiments d'échec, de découragement voire d'humiliation peuvent émerger.

La capacité de se présenter est une qualité de plus en plus importante qui imprègne tous les domaines de la vie courante, notamment celui de la vie professionnelle. Le domaine «Vivre son corps, s'exprimer, danser» à l'école représente un champ d'application fertile pour exercer et développer sa capacité d'expression, son assurance et sa personnalité.

Terrain glissant

Lorsque l'on danse, on est en représentation permanente, exposé au regard et au jugement des autres. En quoi cela est-il différent d'activités physiques telles que le saut en hauteur ou le lancer franc en basketball? En effet, là aussi les regards sont fixés sur le sportif en démonstration...

La différence vient de l'objet de l'attention: dans les deux cas précités, le spectateur est focalisé sur la barre à franchir ou sur la trajectoire du ballon. L'objectif est clairement défini: quelle hauteur le sauteur franchit-il? Le joueur a-t-il marqué le panier? Le mouvement en lui-même est secondaire, contrairement à la prestation en danse.

Dans le domaine «Vivre son corps, s'exprimer, danser», la forme et l'expression corporelle sont au premier plan. L'attention est portée sur l'exécution du mouvement. Et cette focalisation sur le corps et sur la personnalité de l'élève fait de cette activité une épreuve très chargée émotionnellement, surtout pour les adolescents.

Conseils pour la préparation d'une chorégraphie

- Le caractère de la chanson/du morceau de musique doit répondre aux besoins et souhaits des enfants, stimuler leur imagination et leur capacité à créer des associations, coller à leurs goûts et à leurs sentiments. La musique choisie doit soutenir le processus et l'objectif de la présentation.
- Les jeunes doivent être intégrés dans le processus de création en leur laissant choisir certains mouvements et pas de danse.
- La durée du morceau de musique doit être adaptée à l'âge des enfants afin de ne pas dépasser leur capacité de concentration.
- Pour cela, il est judicieux d'écourter ou d'allonger le morceau choisi. Pour les plus jeunes, une chorégraphie de deux minutes est largement suffisante.
- Quelques connaissances dans le séquençage des morceaux de musique (programmes informatiques pour le découpage de la musique) s'avèrent très utiles.

Aides organisationnelles et remarques méthodologiques et didactiques

- En cas d'enregistrement vidéo d'une séquence, laisser un élève filmer. L'enseignant peut ainsi se concentrer sur la prestation des élèves et leur donner un précieux retour d'informations.
- Selon la motivation et la concentration des élèves, prévoir une activité annexe afin qu'ils puissent «se changer les idées». Au cas où la classe apprend vite, prévoir une partie supplémentaire en réserve (1 x 8 temps) ou passer carrément à autre chose.
- Ne jamais prolonger artificiellement un exercice si tous les élèves maîtrisent la suite.
- De nombreux mouvements et styles de danse sont disponibles dans l'onglet «[Chercher un style de danse](#)». Si l'activité trouve un écho positif auprès des élèves, poursuivre en variant et combinant d'autres styles de danse avec des rythmes différents.
- Avec le «[ewz.danceaward](#)», la ville de Zurich dispose de son propre événement danse annuel auquel participent les classes désireuses de montrer leurs chorégraphies apprises à l'école.

Source: dance360-school.ch



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO