



## Sommaire

### Concept

Partenariat artiste/enseignant-e	2
Approche de la danse à l'école	4
Elève: danseur et spectateur/danseuse et spectatrice	5

### Mise en œuvre

Étape 1: rencontrer et impliquer l'artiste	6
Étape 2: mettre en place	8
Étape 3: leçon-type	9
Étape 4: présenter	14
Boîte à outils	15

Indications	16
-------------	----

Annexe 1: «Le Pou et la Puce»

Annexe 2: Correspondance des objectifs

# Danse à l'école en partenariat avec un-e artiste

Entrelacer deux territoires différents: l'enseignement scolaire et le monde artistique de la danse. Au cœur de cette aventure enrichissante se retrouvent un binôme artiste/enseignant-e et les élèves dans les rôles de danseurs, créateurs et spectateurs. Ensemble, ils construisent une séquence dansée, dont l'aboutissement est la restitution devant un public. Prenant ses assises sur un projet franco-jurassien, l'expérience est accessible à chacune et chacun, dans les quatre régions linguistiques du pays. Ce dossier en raconte les étapes menant à sa réussite.

L'éducation artistique et culturelle à l'école repose sur la notion fondamentale de la construction de l'individu et du citoyen. La danse, comme discipline artistique vivante, est idéale pour expérimenter la relation à soi ainsi que sa relation avec les autres et son environnement. En invitant un-e artiste professionnel-le dans le cours d'éducation physique, un lien se crée entre le milieu scolaire et la sphère de la culture et des arts. L'enseignant-e et les enfants découvrent une esthétique, des règles de composition et un savoir-faire jusqu'alors inconnu.

## Catégories

**Tranche d'âge:** 4-8 ans

**Degré scolaire:** cycle I

**Niveaux de progression:** débutants, avancés, chevronnés

**Remarque:** À l'exception des titres, nous renonçons à une formulation épicienne dans les pages qui suivent et privilégions l'alternance entre les formes féminines et masculines d'un chapitre à l'autre à des fins de lisibilité

## Issu de l'Arc jurassien

De 2018 à 2021, les porteurs du projet transfrontalier «Territoires Dansés en Commun» (TDC) ont formé et mis en réseau des acteurs – enseignants, éducateurs, artistes, médiateurs culturels – afin de multiplier les actions artistiques et culturelles dans différentes structures (voir encadré, p. 3). Le présent dossier – rédigé par quatre personnes ayant participé à ce projet, chacune avec des fonctions différentes – propose une approche simplifiée de la démarche du projet. Les retours sur la recherche scientifique (Germain-Thomas, 2022) menée durant les quatre ans du projet TDC montrent les bienfaits de la danse sur le développement des élèves. Selon cette enquête, les apports sont de nature relationnelle (amélioration dans les relations entre élèves et entre les élèves et les enseignants ou éducateurs), du domaine de l'apprentissage (gains possibles en termes de concentration et d'attention) et dans le registre de l'ouverture culturelle (ouverture à l'altérité, développement de la culture chorégraphique).

## Applicable partout en Suisse

La danse occupe une place de choix dans les plans d'études suisses. Elle touche et lie de nombreux domaines enseignés: l'éducation physique tout naturellement, mais aussi les arts, les langues, les mathématiques, les sciences de la nature ou encore les sciences humaines et sociales. Accueillir un-e artiste dans les murs de la classe permet à l'enseignant-e d'exploiter tout le potentiel de ce thème de manière sereine. Le présent dossier est rédigé pour le cycle 1, mais il s'inscrit parfaitement dans le programme scolaire des deux autres cycles. Il contient toutes les informations nécessaires – de la phase de concept à la mise en œuvre – pour vivre une expérience unique.



# Concept – Partenariat artiste/enseignant-e

La danse est un métier en soi. Les connaissances de l'enseignant dans ce domaine sont généralement limitées. Par conséquent, faire appel aux services d'un professionnel est un avantage enrichissant pour toute la classe.

Le projet de danse à l'école présenté dans ce dossier se base sur un partenariat artiste/enseignant, appelé binôme. Cette alliance constitue la base d'un échange de propositions empreint par les influences et les exigences artistiques de ces deux personnes, mais aussi des élèves.

Le binôme mène ensemble le projet; l'enseignant n'est plus seul dans sa classe. Dans cette association, chacun garde son autonomie, ce qui permet de créer des synergies et de tirer profit des compétences propres à chaque corps de métier. Cette mise en commun des ressources favorise le développement des enfants. La transmission des savoirs, notamment transversaux, et l'apprentissage des élèves s'avèrent plus efficaces.

## Bien communiquer

L'enseignant et l'artiste collaborent étroitement pour définir la ligne de travail. Celle-ci comprend le choix du thème, la préparation des leçons, l'introduction de l'artiste et de la danse à l'école, la participation équitable durant les leçons, ainsi que la restitution du travail final (la présentation).

Pour mettre en place un partenariat de qualité, une communication transparente et claire est fondamentale. Il est particulièrement important de comprendre les besoins de chacun et de les partager régulièrement. Les points forts complètent les points faibles. Et surtout: chacun valorise et respecte l'expérience et les connaissances de l'autre.

## Du côté de l'artiste

Le processus chorégraphique peut paraître chaotique. Pour l'enseignant, c'est souvent déstabilisant. L'artiste est là pour le renseigner – et le rassurer – sur le processus d'apprentissage de la danse chez les élèves et sur le processus de création en soi. Il a une vue d'ensemble du projet: il sait comment travailler sans savoir exactement quel sera le produit final. Le montage d'une chorégraphie est en effet un travail qui se construit au fur et à mesure des rencontres. Tout ne peut pas être prévu à l'avance!

L'artiste participe activement à l'éducation artistique des élèves en partageant sa connaissance, son esthétique, son savoir-faire et son expérience de la danse tirée de son parcours professionnel. Il a la capacité de demander aux élèves une exigence plus pointue dans le raffinement de la gestuelle dansée que l'enseignant.



## Du côté de l'enseignant

L'enseignant fait la découverte d'un processus de création dansée. Il s'en remet à l'artiste. A son contact, il apprend et s'approprie les apports de celui-ci en intégrant le projet de danse dans son travail de classe et, si possible, dans celui d'autres disciplines (éducation musicale, arts visuels, activités créatrices et manuelles, français, etc.). L'enseignant poursuit le travail avec ses élèves entre chaque rencontre avec l'artiste. Il puise dans les différents éléments des leçons pour ancrer l'expression corporelle dans la vie de la classe. Contrairement à l'artiste, l'enseignant connaît et gère ses élèves.

### A l'origine de ce dossier

De janvier 2018 à décembre 2021 a été mené un projet transfrontalier franco-suisse d'éducation artistique et culturelle en danse. Intitulé «[Territoires Dansés en Commun](#)» (TDC), il visait à développer les actions de danse en milieux scolaire, socio-culturel et éducatif dans le Territoire de Belfort, le Pays de Montbéliard, le Canton du Jura et la partie francophone du Canton de Berne.

Le projet TDC comprenait la formation et la mise en réseau des acteurs de l'éducation artistique et culturelle (enseignants, éducateurs/animateurs, artistes et médiateurs culturels). Celles-ci s'articulaient, chaque année, autour de journées de formation, d'ateliers de mise en pratique dans les écoles, les centres éducatifs et socio-culturels, de restitutions devant les partenaires, ainsi que de sorties aux spectacles de danse professionnels.

De plus amples informations sur le projet TDC, un guide de montage de projet ainsi que des ressources sont disponibles en ligne.

- [Vers la vidéo](#)
- [Vers le site Internet](#)

Dominique Martinoli, coordinatrice du projet Territoires Dansés en Commun et co-auteure de ce dossier, expose les opportunités qu'offre ce thème dans le cours d'éducation physique à l'école.

 [Vers la vidéo](#)

# Concept – Approche de la danse à l'école

Il y a différentes manières d'aborder la danse à l'école. Dans ce dossier, le but est double: conserver la spontanéité des élèves dans leur expression dansée sans les enfermer dans une forme apprise par cœur et exécutée à la perfection; développer leur créativité.

A l'énoncé d'une chorégraphie de danse à l'école, on pense généralement à une suite de mouvements bien répétés et fixés dans le temps et l'espace. Soit elle s'appuie sur un morceau de musique (connu), soit elle se base sur une histoire pour créer un spectacle de danse (p. ex. «Alice au pays des merveilles»).

Le projet à l'honneur dans ce dossier invite les enfants à faire émerger leurs propres mouvements et à les aider à trouver leur propre interprétation à partir d'une indication donnée par le binôme. Les enfants ne sont pas là pour apprendre par cœur – et parfaitement! – chaque mouvement sur un compte précis de la musique. Le binôme ne nourrit pas l'espoir d'une forme finale sans erreur et prédéfinie à l'avance. La chorégraphie se crée à partir des situations qui ont lieu pendant les leçons et elle s'enrichit des propositions et expressions des élèves. C'est un travail évolutif qui s'adapte à la classe.

## Ouvrir le champ des possibilités

L'élève est libre d'exprimer ses mouvements sur la base des informations transmises par le binôme. Un exemple: pour aborder les notions basiques de danse (voir encadré ci-contre), l'enseignante demande à ses élèves de traverser la salle en ligne droite, lentement et en pressant un objet imaginaire avec les mains. La manière dont ceux-ci vont exécuter cette consigne sera diverse. Chaque enfant a son propre rythme et une conception d'un mouvement lent. La manière de se mouvoir sera aussi différente. Les enfants le feront d'une façon forte ou douce, sur la pointe des pieds ou au sol, etc. Le rôle du binôme sera d'ouvrir le champ des possibilités en leur faisant découvrir qu'il est possible de presser vers le haut, le bas, sur les côtés, en arrière, etc.

Le binôme ne doit pas freiner ni couper les enfants dans leur élan. Il faut les encourager dans leurs actions. On part du principe que tout ce que l'élève propose est juste, rien n'est faux! C'est au binôme de comprendre ou de déchiffrer ce que l'enfant est en train d'exprimer et ensuite de le guider s'il s'éloigne trop de l'indication donnée. Le binôme peut aussi aider l'élève à améliorer la qualité de son mouvement.



### Combiner et varier les mouvements

Des informations détaillées sur les notions basiques de danse figurent aux pages 8-10 du dossier «[Chorégrapheur](#)» de [mobilesport.ch](#) (08/2014). Attention: les vidéos présentent des combinaisons de mouvements bien plus complexes que ce qui est demandé dans le présent dossier.

### Danse à l'école et plan d'études

Le dossier «Danse à l'école en partenariat avec un-e artiste» poursuit les objectifs suivants:

- Développer sa créativité et trouver sa propre danse
- Construire son schéma corporel
- Développer son équilibre
- Développer ses perceptions sensorielles
- Organiser et utiliser ses repères spatio-temporels
- Améliorer sa qualité de mouvement
- Danser, imiter et raconter des histoires avec son corps
- Prendre confiance et plaisir à se produire devant les autres

En [annexe](#) figure un tableau dans lequel ces huit objectifs sont mis en lien avec ceux définis dans le Plan d'études romand (PER) et du Lerhplan 21 (LP21).

# Concept – Elève: danseur et spectateur/ danseuse et spectatrice

À la mission de laisser l'enfant danser s'ajoute celle de développer son regard. Présenter sa danse et observer celle des autres sont en effet deux démarches indissociables dans la mesure où chaque élève – à la fois danseur et spectateur – peut ainsi enrichir son regard et se nourrir de celui des autres.

Au début de chaque leçon, il est recommandé de diviser la classe en deux pour que les élèves puissent être les spectateurs d'un ou plusieurs exercices qu'ils sont en train d'apprendre. L'élève-spectateur exerce ainsi un œil critique, affine l'écoute et aiguise sa curiosité, ce qui lui permet de s'améliorer comme élève-danseur. Il passe ainsi d'un regard passif à un regard actif. Pour l'élève-danseur, le regard porté sur lui l'engage dans sa danse et le stimule pour la réalisation et l'amélioration de la qualité du mouvement. Après chaque démonstration de l'exercice, le binôme pose différentes questions: «Qu'est-ce que vous avez aimé?», «Qu'est-ce qui peut être amélioré?», «Avez-vous respecté le chemin dans l'espace?». Ces réflexions favorisent l'engagement actif de l'élève autant dans son observation que dans son exécution. Les différentes questions que le binôme pose aux élèves peuvent se baser sur les critères de réussite qu'il a définis lors de la préparation des leçons (voir Objectifs de la leçon, p. 10).



## Apprendre à être spectateur

Être spectateur ne signifie pas «ne rien faire» et ne donne pas la permission de faire tout et n'importe quoi pendant que les autres dansent. Durant les rencontres, le binôme apprend aux élèves comment se comporter en tant que spectateur, que cela soit en classe ou au théâtre.

Quelques règles du spectateur:

- Rester assis, tranquille et attentif.
- Exprimer ses émotions (à ne pas confondre avec bavarder).
- Ne pas discuter. Se souvenir de ce que l'on a envie de dire et le partager avec les autres après la présentation.
- Éviter les bruits qui dérangent (comme taper des pieds).
- Applaudir à la fin pour transmettre son appréciation.

## Voir un spectacle

Assister à un spectacle de danse professionnel est vivement recommandé dans le cadre de ce projet. Les centres culturels et/ou les théâtres de la région peuvent renseigner sur les dates des programmations pour un jeune public. Au travers de ce spectacle, les élèves voient l'aboutissement concret de ce qu'ils apprennent à l'école. Leur imaginaire et leurs émotions sont stimulés. Les mouvements des danseurs professionnels vont inspirer leur recherche de mouvements pendant les leçons. Cela éveille par ailleurs leur envie d'assister à des événements culturels et artistiques dans le futur. Enfin, ils découvrent des métiers artistiques jusqu'alors inconnus.

## Monter sur scène

On appelle restitution la présentation du travail réalisé en classe devant un public. Cette étape est précieuse à plus d'un titre:

- elle rend visible les efforts et les progrès des élèves;
- elle est le fruit du travail vécu;
- elle clôt le projet.

De plus amples informations à ce sujet sont à découvrir dans le chapitre «Étape 4: présenter», p. 14.

### Plus d'informations

- [Sortir au spectacle](#) (pdf) | Évidanse

# Mise en œuvre – Étape 1: rencontrer et impliquer l'artiste

Au commencement de toute histoire, il y a une rencontre. Le présent projet s'inscrit dans cette logique. Pour que cette aventure soit couronnée de succès, différents paramètres doivent coïncider.

Les motivations pour s'engager dans un projet de danse à l'école en partenariat avec une artiste sont nombreuses:

- avoir assisté à un spectacle de danse amateur ou professionnel;
- avoir vécu soi-même une expérience artistique, humaine et collective;
- rendre accessible la culture et les arts;
- offrir la possibilité d'être créatif avec son corps;
- s'intéresser à un objectif d'apprentissage inexploré du plan d'étude;
- etc.

Mais quelle que soit la nature de cette motivation, l'enseignante doit d'abord s'assurer que la direction de l'établissement scolaire soit favorable à ce genre de projet.

## Se renseigner

Ensuite? Plusieurs chemins mènent à la rencontre d'une artiste partenaire. Il est possible de se renseigner auprès de l'administration cantonale en charge de la culture (voir [Structures cantonales](#), p. 8), de s'adresser directement au théâtre ou centre culturel le plus proche, ou encore de consulter le [registre professionnel des médiateurs de la danse](#). Ces structures sont en mesure de fournir une liste de danseurs et/ou chorégraphes professionnels avec une expérience de la danse à l'école.

## Se découvrir

Lorsque le contact avec une artiste a été établi, il s'agit de vérifier que les motivations de l'enseignante et de l'artiste soient communes et de discuter des objectifs du projet. Pour éviter confusion ou malentendu, mieux vaut tout mettre par écrit. Ce document dans lequel sont mentionnés les motivations, les objectifs et le thème (description du projet) est utile pour obtenir l'accord définitif de la direction de l'établissement scolaire ainsi que les moyens financiers nécessaires.



### Plus d'informations

[Bureaux de coordination et plateformes](#) | Médiation Culturelle Suisse

## Financer

L'artiste connaît des conditions de travail très différentes de celles de l'enseignante. Elle est souvent engagée par une structure de production, un théâtre ou une compagnie de danse; parfois, elle opère en indépendante. Ses engagements répondent aux exigences du monde du spectacle: intenses en période de création ou de tournée, la plupart du temps en soirée et le week-end. Il est très rare que l'artiste soit engagée à l'année. Son revenu dépend plutôt des projets qu'elle mène. Il est donc important de la rétribuer pour qu'elle soit sur un pied d'égalité avec l'enseignante et puisse être une vraie partenaire. Dans le budget, tous les frais en lien avec la participation de l'artiste devraient être listés. Le minimum est:

- La rémunération de l'artiste (voir [Gages et honoraires](#) de l'Association professionnelle pour la danse)
- Ses frais annexes: déplacements, éventuellement repas et/ou hébergement selon le lieu de domicile.

Les locaux et le matériel sont également des postes à mentionner dans le budget en fonction des dimensions du projet. En principe, les leçons et la restitution ont lieu dans une salle de l'école et il n'y a donc pas de location à payer. Le jeu de lumière pour ce type de projet doit être simple et ne devrait pas non plus impacter les finances. En revanche, des éléments de décor ou de scénographie sont envisageables selon le thème choisi. Bien que modestes, d'autres frais sont également à considérer: un flyer pour inviter les parents et/ou les élèves des autres classes de l'école, les boissons de l'apéritif suivant la restitution.

## Informer

Une fois la description du projet et le budget en mains, il est temps de reprendre contact avec la direction d'école. La discussion portera d'une part sur l'autorisation d'organiser le projet au sein de l'établissement scolaire, et d'autre part sur le financement du projet. Enfin, les collègues ne doivent pas être oubliés, entre autres pour les questions d'accueil de l'artiste comme intervenant extérieur.

Les écoles disposent souvent d'un budget pour les activités culturelles ou peuvent dans le cas contraire renseigner l'enseignante sur les démarches à entreprendre pour obtenir une aide financière auprès de la commune ou du canton. La direction d'école est également un interlocuteur pour la conseiller lors de l'établissement du contrat de travail de l'artiste.

## Mettre en place

L'officialisation du projet et la recherche des fonds sont deux jalons essentiels du projet. Lorsque ceux-ci sont franchis, l'artiste et l'enseignante peuvent passer à l'étape suivante, celle de la mise en place du projet.

### Plus d'informations

[Modèle de budget](#) | Territoires Dansés en Commun

### Plus d'informations

- [Et vous, quelles sont vos motivations?](#) | Territoires Dansés en Commun
- [Trois conseils avant de se lancer dans un projet](#) | Territoires Dansés en Commun
- [L'expérience culturelle, aide-mémoire du corps enseignant 1re-11e](#) | CIIP Conférence intercantonale de l'instruction publique de la Suisse Romande et du Tessin
- [Podcast «Danse goes École»](#) | Réseau Danse Suisse

# Mise en œuvre – Étape 2: mettre en place

C'est ensemble que l'artiste et l'enseignant définissent le thème et les objectifs du projet. Lors de cette étape, le binôme établit un calendrier qui comprend la préparation, les leçons et la restitution.

## Thème

Choisir un thème en lien avec la matière étudiée en classe est idéal pour faciliter l'apprentissage des élèves de manière globale et interdisciplinaire. Une autre voie est de se référer à un but, une idée ou un sujet (voir aussi pp. 5-7 du dossier «[Chorégrapheur](#)» de [mobilesport.ch](#)) qui n'est pas abordé en classe, mais qui pourrait le devenir.

## Objectifs

Le binôme doit définir des objectifs de réussite simples pour l'élève, adaptés à son âge et à ses fonctions de danseur et spectateur.

L'élève-danseur est capable de:

- rester immobile au début et à la fin d'une séquence;
- rester concentré durant la chorégraphie;
- mémoriser et maîtriser une suite de mouvements (phrase dansée);
- former une ligne, une colonne, un cercle, une diagonale et se déplacer avec le groupe.

L'élève-spectateur est capable de:

- rester attentif;
- repérer des critères de réussite simples (voir Objectifs de la leçon, [p. 10](#)).

## Calendrier

Le calendrier dépend évidemment des disponibilités de l'artiste, de l'enseignant et de la classe.

- Préparation: le nombre de séances entre l'artiste et l'enseignant doit être en adéquation avec la taille du projet.
- Leçons: huit sont une formule éprouvée. Elles peuvent être regroupées sur une seule semaine ou échelonnées sur une plus longue durée, à raison d'au moins une leçon par semaine. Entre les leçons, le binôme se concerta pour adapter le contenu selon les interactions en classe, la réceptivité et la production des élèves.
- Restitution: elle se fait généralement le jour de la dernière leçon (voir «[Étape 4: présenter](#)», [p. 14](#)).

Une attention particulière doit être apportée à la préparation des élèves en amont des leçons. Plusieurs rencontres sont généralement nécessaires pour que les enfants soient à l'aise avec l'artiste. Si cela n'est pas possible, cette présentation doit se faire par d'autres biais.

Par exemple:

- L'artiste envoie à la classe des vidéos de ses prestations. Il peut également réaliser un petit clip dans lequel il raconte avec des mots simples son parcours artistique, ainsi qu'une information personnelle en lien avec le thème choisi.
- L'enseignant explique au préalable le thème choisi en binôme à ses élèves à travers des livres, des images, des vidéos, des histoires, des objets, etc. Il prend note des éventuelles questions des élèves auxquelles l'artiste répondra à la première rencontre.

Quelle que soit leur forme, ces présentations avant le début des leçons garantissent un gain de temps précieux – la phase d'adaptation est réduite – et une meilleure qualité du travail. Les élèves se sentent plus rapidement en confiance avec l'artiste.





# Mise en œuvre – Étape 3: leçon-type

Chaque projet est différent; par effet domino, le contenu des leçons l'est également. L'exemple proposé est le résultat des réflexions entre les auteures de ce dossier. Il n'a donc pas vocation d'être recopié. Il doit en revanche permettre aux enseignants de se faire une idée du déroulement de cette collaboration avec un artiste.

Le nombre de rencontres entre l'artiste et la classe est convenu par le binôme lors de la première étape du projet (voir pp. 6-7). Pour optimiser cette collaboration, des séquences de 90 minutes – double-leçon – sont à privilégier.

Les contenus définis pour la première rencontre servent de fil rouge. Il n'est pas attendu de tout faire à cette occasion. Le binôme doit être à l'écoute des enfants – sont-ils concentrés ou dissipés, en forme ou fatigués, créatifs ou non? – et adapter en conséquence le déroulement de la leçon. Il importe de garder constamment à l'esprit que c'est un travail évolutif qui se module au fil des rencontres.

Dans cette optique, la leçon a un caractère répétitif, avec une progression en spirale des exercices (voir ci-contre). Cette répétition permet l'approfondissement des notions de base et une amélioration de la qualité des mouvements d'une rencontre à l'autre. Elle rassure l'élève qui peut alors développer sa confiance et sa créativité. La progression en spirale des exercices amène des contraintes qui suscitent des réponses personnelles de l'élève.

## Cheminement

Dans la leçon ci-après, la séquence de mouvements retenue s'inspire du conte en randonnée «Le Pou et la Puce» (voir [texte en annexe](#)). Cette forme de conte – soit une histoire qui se répète en ajoutant de nouvelles parties à chaque fois – permet à l'élève de mémoriser et de composer une suite de mouvements de manière ludique. Le conte a été raconté à plusieurs reprises par l'enseignante, par exemple lors du cours de français, avant la première rencontre de l'artiste avec la classe.

Lors de la première leçon, l'artiste danse la séquence devant les élèves assis. S'ensuit une discussion sur ce que la danse leur a évoqué. Dans un deuxième temps, les élèves sont invités à danser la séquence avec l'artiste. Celle-ci peut leur demander quel est le mouvement dont ils se rappellent pour la porte, la fenêtre, le vent, etc. Il est alors fort probable que les élèves mentionnent d'autres mouvements que celui de l'artiste. Et ce sont justement ces propositions, lorsqu'elles sont pertinentes, qui modifient la séquence de l'artiste.



### Bon à savoir

En matière de méthodes d'apprentissage, on observe principalement deux approches pédagogiques distinctes:

- la méthode linéaire, qui explore les sujets de manière complète, bloc par bloc;
- la méthode en spirale, qui aborde les sujets de manière cyclique, en allant un peu plus en profondeur à chaque fois.

**Classe:** 1<sup>re</sup> et 2<sup>e</sup> années

**Durée:** 90 minutes

**Thème:** Les émotions (tristesse, colère, peur, joie)

### Objectifs

L'élève-danseur est capable de:

- rester immobile au début et à la fin d'une séquence;
- rester concentré durant la chorégraphie;
- mémoriser et maîtriser une suite de mouvements (phrase dansée);
- dans l'espace, établir une ligne, une colonne, un cercle, une diagonale et de se déplacer avec le groupe.

L'élève-spectateur est capable de:

- rester attentif;
- repérer des critères de réussite simples: rester immobile, étirer les bras vers le ciel, etc.

**Matériel:** Pour délimiter l'espace de travail, utiliser des cônes, des assiettes, des piquets, etc.

## Accueil

Objectifs: se présenter; briser la glace.

Durée	Contenu	Organisation de l'espace	Forme de travail
10'	L'un après l'autre. Dire son prénom en faisant un mouvement. Le groupe répète le prénom et le mouvement.	Debout, en cercle.	Chacun est libre de son mouvement. Si un élève n'a pas d'idée, le binôme l'aide.
	L'un après l'autre. Dire son prénom, puis «je me sens... (bien, content, fatigué, etc.)» en faisant un mouvement. Le groupe répète le prénom et le mouvement en disant «tu te sens...».		

## Échauffement

Objectifs: échauffer son corps; découvrir son schéma corporel.

Durée	Contenu	Organisation de l'espace	Forme de travail
6'	Activer chaque partie du corps: épaules, coudes, poignets, dos, hanches, genoux, chevilles, etc.	Debout, dispersé dans l'espace.	Au début, l'artiste propose les mouvements. Puis, chaque élève peut présenter un mouvement imité par le groupe.

## Apprendre des actions et des qualités de mouvement

Objectifs: découvrir les notions basiques de danse (actions et qualités de mouvement); apprendre à rester immobile au début et à la fin de la séquence dansée, connaître l'opposé d'une qualité de mouvement; savoir entrer dans l'espace, tracer un chemin et sortir de l'espace; être attentif à la danse de l'autre et savoir quand commencer sa danse; savoir changer de qualité de mouvement à un endroit précis.

Durée	Contenu	Organisation de l'espace	Forme de travail
15'	<p>Travailler trois à huit actions avec des variations de temps (lent/rapide) et d'espace (haut/bas) (= qualités de mouvement).</p> <p>Actions: tirer, presser, glisser, appuyer, baisser, élever, marcher, ramper, sauter, tourner, tapoter, etc.</p> <p>Les enfants avancent en ligne droite jusqu'à l'autre bout de la salle et reviennent au point de départ de la même manière.</p>	<p>Debout, sur une ligne au fond de la salle.</p> <p>Progression en spirale: La moitié du groupe commence. Une fois qu'elle est arrivée au bout de la salle, l'autre moitié s'élançe.</p> <p>Debout, sur une ligne au fond de la salle.</p> <p>Progression en spirale: Diviser la salle en deux zones.</p>	<p>Le binôme définit des consignes simples pour chaque traversée.</p> <p>Par exemple:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aller: presser &amp; lent</li> <li>• Retour: presser &amp; rapide</li> <li>• Aller: glisser &amp; haut</li> <li>• Retour: glisser &amp; bas</li> </ul> <p>Progression en spirale: Ajouter une émotion à l'action. Par exemple: Jeter avec colère ou joie</p> <p>Progression en spirale: Dans la première zone, danser une qualité; en arrivant dans la deuxième zone, danser la qualité opposée.</p> <p>Par exemple:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ramper lent/ramper rapide</li> <li>• Tapoter haut/tapoter bas</li> </ul>
10'	<p>L'enfant en tête de colonne propose un mouvement; les autres le suivent et répètent le mouvement. C'est ensuite au deuxième enfant de proposer un autre mouvement, et ainsi de suite.</p>	<p>Debout, l'un derrière l'autre. Avancer sur la diagonale.</p>	<p>Chaque enfant est libre de proposer le mouvement de son choix.</p>

## Apprendre une séquence de mouvements

Objectifs: mémoriser une séquence de mouvements; apprendre à observer et à être attentif.

Durée	Contenu	Organisation de l'espace	Forme de travail
20'	<p>L'artiste danse le conte en randonnée «La Pou et la Puce» devant la classe, en associant un mouvement à des paroles précises. → <a href="#">Vidéo de la chorégraphie</a></p>	<p>Les élèves et l'enseignant sont assis au bord de l'espace de danse. L'artiste danse devant eux.</p>	<p>Lors des deux premières leçons, l'artiste danse seul-e la chorégraphie. Puis, le binôme demande aux enfants ce qu'ils ont perçu.</p>
	<p>Les élèves dansent la séquence avec l'artiste qui leur demande quel est le mouvement dont ils se rappellent pour la porte, la fenêtre, le vent, etc. Si les élèves proposent d'autres mouvements, favoriser ceux-ci en modifiant la séquence de l'artiste.</p>	<p>Tous ensemble, en quinconce, sur plusieurs lignes.</p>	<p>S'arrêter lorsque la concentration diminue. Continuer la séquence lors de la prochaine leçon.</p> <p>Progression en spirale: Un enfant ajoute un mouvement, les autres répètent après lui.</p>
	<p>Pour mémoriser la séquence de mouvements, les enfants et l'artiste ajoutent un mouvement supplémentaire à chaque passage, à la fin desquelles ils se figent (statue), puis reviennent à la position de départ. → <a href="#">Vidéo de la construction de la séquence</a></p>	<p>Tous ensemble, en quinconce, sur plusieurs lignes.</p> <p>Diviser ensuite le groupe en deux: spectateurs/danseurs.</p>	<p>S'arrêter à un mouvement lorsque la concentration diminue. Continuer la séquence lors de la prochaine leçon.</p> <p>Progression en spirale: Les enfants enchaînent les mouvements appris, sans se figer ni retourner à la position de départ.</p> <p>Discussion: Les spectateurs disent «ce qu'ils ont aimé» et «ce qui peut être amélioré».</p>

## Jeu de découverte des émotions

Objectifs: distinguer des émotions différentes; apprendre à exprimer une émotion avec son corps.

Durée	Contenu	Organisation de l'espace	Forme de travail
15'	L'artiste danse une émotion sans musique, les élèves sont spectateurs et doivent deviner l'émotion. Ils donnent leur réponse à la fin de la danse.  Emotions: tristesse, colère, peur, joie	Les élèves et l'enseignant sont assis au bord de l'espace de danse. L'artiste danse devant eux.	Discussion: les enfants disent «ce qu'ils ont perçu» (le cas échéant, les laisser exprimer une autre émotion que la tristesse, la colère, la peur ou la joie).  S'arrêter lorsque la concentration diminue. Continuer avec les émotions manquantes lors de la prochaine leçon.
	Progression en spirale: Lors de la deuxième leçon, l'artiste danse une émotion d'une manière moins évidente.		
	Progression en spirale: A partir de la deuxième leçon, les enfants qui le souhaitent peuvent danser l'émotion de leur choix. Le groupe doit deviner l'émotion.	Les élèves-spectateurs et le binôme sont assis au bord de l'espace de danse et regardent les danseurs.	Chaque enfant est libre d'associer un mouvement à l'émotion de son choix.
	Avec le binôme, les enfants dansent librement sur une musique qui renforce l'émotion choisie.	Dans tout l'espace.	

## Retour au calme

Objectifs: marquer la fin de la leçon; récupérer et se recentrer

Durée	Contenu	Organisation de l'espace	Forme de travail
2-5'	Choisir un exercice de la «boîte à outils» (voir p. 15) qui correspond à l'énergie de la classe.	Selon l'exercice choisi.	Selon l'exercice choisi.

## Construction de la chorégraphie

A partir de la deuxième rencontre, le binôme peut créer progressivement la chorégraphie en puisant dans les éléments travaillés:

- Traversées de l'espace avec actions et qualités de mouvement
- Formation en ligne, en colonne, dans les diagonales, en cercle
- Conte en randonnée
- Découverte des émotions

Ces éléments façonnent le fil conducteur et s'emboîtent au fur et à mesure du processus. L'arrangement initial ne préfigure toutefois pas de la forme finale. Pour rappel: c'est un travail évolutif qui s'adapte à la classe. Les idées et les propositions des enfants sont en effet essentielles pour le développement de la chorégraphie. Chaque groupe d'élèves interprète les exercices proposés à sa manière. Pour un résultat final unique!

Le jour de la restitution, la chorégraphie ne doit être ni parfaite ni exécutée par cœur. Cela a une incidence sur la manière d'aborder le travail tout au long du projet, et notamment l'investissement en termes de temps. L'enseignante ne doit pas attendre qu'un élément soit maîtrisé avant de mettre en place le suivant. Il n'est donc pas nécessaire de répéter sans fin un exercice. En le reproduisant d'une rencontre à l'autre, l'enfant l'intériorise et est capable de l'effectuer de manière fluide. Les exercices sont là pour inspirer l'enfant et éveiller chez lui des images et la compréhension d'une suite logique de mouvements, de structure spatiale et musicale.

### Exemple de chorégraphie

- Les élèves se font face sur deux lignes, de chaque côté de la salle.
- Sur place, ils dansent l'émotion «tristesse».
- Puis, ils se déplacent vers l'avant en dansant cette émotion selon des actions et qualités de mouvement définies – par exemple des mouvements qui pressent vers l'extérieur et d'autres qui deviennent de plus en plus grands – jusqu'à se retrouver face à face, toujours sur deux lignes.
- Là, ils dansent sur place l'émotion «colère».
- Ensuite, les élèves forment un cercle en dansant avec des actions et qualités de mouvements sur l'émotion «peur».
- Sur place, ils dansent en remplaçant la peur par la joie.
- Pour terminer, ils marchent ensemble vers un coin de la salle.
- Là, ils dansent la séquence de mouvements selon le conte en randonnée (pas de statue, ni retour à la position de départ). Ils terminent la séquence en prenant une pose finale.

# Mise en œuvre – Étape 4: présenter

La restitution est la présentation devant un public des notions apprises et répétées durant les leçons. Tout le travail réalisé en amont se matérialise et prend sens pour les élèves. La présence du public est indispensable pour permettre cette transformation. Celui-ci sera témoin de ce qu'il a vu et ressenti poursuivant l'échange entre danseurs et spectateurs.

Pendant les leçons de danse, les élèves ont intégré les notions d'effet – esthétique et sensible – sur le spectateur. Lors des courtes présentations en classe, ils ont eux-mêmes joué ce rôle de regard extérieur pour leurs camarades. Ces séquences les ont préparés à la restitution finale devant une audience extérieure.

Lors de la restitution, la conscience de danser devant un public les poussent à faire un bond en avant supplémentaire dans l'intégration des différentes notions apprises. La qualité de présence et la concentration sont renforcées. La conscience de leur responsabilité – individuelle et collective – dans la réussite de la présentation est accrue. Une attention particulière est donnée par exemple aux suites de mouvements qui impliquent tout le groupe.

## Tirer profit du public

La présence du public agit ici comme un moteur pour que l'enfant donne le meilleur de lui-même. Le public est le témoin de ce qui se passe chez l'enfant et sur scène. Il est le récipiendaire des danses et décrira à son tour ce qu'il a vécu. Pour l'élève, c'est gratifiant. Il en ressort grandi. La confiance donnée par les adultes mais aussi le plaisir de raconter des histoires avec son corps le motivent. La scène est un espace de liberté qui permet d'être soi, d'être acteur de sa danse. Dans ce sens, il n'est pas nécessaire de se focaliser sur l'exécution parfaite des gestes ni de la chorégraphie. C'est la créativité et le plaisir qui priment. En cas de besoin, le binôme peut d'ailleurs soutenir les élèves en dansant à leurs côtés sur scène ou en leur donnant des indications verbales.

## Communiquer avec le public

Pour inviter et renseigner le public, il est possible de produire un flyer ou de prendre la parole avant la restitution. Pas besoin d'un long discours, seulement quelques explications: mentionner les personnes impliquées dans le projet, le thème abordé, éventuellement la durée sur laquelle les enfants, l'artiste et l'enseignant ont travaillé pour arriver à ce résultat et annoncer le temps d'échange après la présentation.

Ces quelques informations accessibles permettent au public d'apprécier le projet à sa juste valeur et de jouer son rôle de spectateur.



### Guide de la restitution

**Formes:** Cela va de la démonstration devant des classes de l'école à une représentation devant les parents, avec pour conclusion une discussion, éventuellement autour d'un apéritif ou d'un pique-nique canadien. Le public peut également être impliqué de manière active. Selon les circonstances, le binôme peut inviter les spectateurs à devenir danseurs ou proposer aux élèves de danser une deuxième fois après la discussion avec les parents.

**Durée:** Cela dépend du nombre de leçons défini et de l'âge des enfants. Cinq minutes, c'est bien! Un peu plus ou un peu moins, aussi!

**Lumière:** La restitution se déroule habituellement dans la salle de sport de l'école et ne permet pas un jeu de lumière. Si l'école dispose d'une salle de spectacle, il est possible d'éclairer la scène et de plonger le public dans le noir.

**Décor:** En fonction du thème retenu par le binôme, des éléments de décor ou de scénographie sont souhaitables. Ils peuvent être réalisés en classe par les élèves dans le cadre des activités créatrices et manuelles.

**Costumes:** Les élèves peuvent par exemple mettre des vêtements de tons similaires pour donner une unité à l'ensemble.

# Mise en œuvre – Boîte à outils

Au cours de la leçon, il arrive que la concentration des enfants baisse ou qu'ils soient dissipés. La présente boîte à outils comprend une sélection d'activités qui peuvent être rapidement mises en place. Histoire de retrouver le calme ou le degré d'attention nécessaire pour poursuivre la leçon.



Le premier outil à disposition est la pause. Elle est toujours la bienvenue afin de se désaltérer ou d'aller aux toilettes. Elle peut être introduite à tout moment de la leçon et sa durée et le nombre peuvent varier.

Le dessin en est un autre: représenter sur papier ce qui a été vu et expérimenté précédemment est un bon moyen pour se rappeler des formations spatiales, des actions, des notions de base, etc.

Les éléments de la boîte présentés ci-après peuvent aussi être utilisés en fin de leçon, lors du retour au calme:

- Jeu du silence: quand l'enseignant ou l'artiste lève les bras et secoue les mains, tous les élèves l'imitent et se taisent. Cette indication est donnée au début de la leçon comme règle de vie.
- Respiration profonde: inspirer et lever les bras, puis expirer – comme si on soufflait sur un pissenlit – et baisser les bras,
- Position fœtale: de la position couchée sur le dos, bras et jambes écartés, se mettre sur le côté en position fœtale et expirer; revenir ensuite à la position de départ et inspirer. Sur une musique douce.
- Jeu de la bulle: en cercle, main dans la main, se rapprocher le plus possible, puis s'éloigner jusqu'à se lâcher les mains. A ce moment, se laisser tomber au sol et écouter le silence.
- Spaghetti cru/cuit: debout ou couché, contracter tous les muscles, puis les relâcher.
- Cocon: à genou, assis sur les talons, la tête posée au sol, inspirer/ expirer et se détendre.

# Indications

## Ouvrages

- Chebbab, M., Valour, B. (2018). A contrario ou la danse contrariée. Paris: Quadrille.
- Chien Chow Chine, A. (2018). Gaston la licorne. Mes émotions. Paris: Hachette.
- Ferrera, P. (2020). Ici, là et tout autour: entre danse et nature. Paris: Quadrille.
- Koutsafti, D., Chebbab, M. (2018). De pas en pas ou l'abrégé fertile des pas de danse. Paris: Quadrille.
- Llenas, A. (2014). La couleur des émotions. Paris: Editions Quatre fleuves.
- Nunez Pereira, C., Valcarcel, R. R. (2016). Au fil des émotions. Vanves: Gautier-Languereau.
- Vallauri, J. (2020). Signalétique orchestrale ou parcours à danser. Paris: Quadrille.

## Lien

- Germain-Thomas, P. (2022). [Pour une pédagogie de la relation et de l'attention. Rapport final de l'enquête qualitative sur le projet TDC – Territoires Dansés en Commun](#)

- à la maison d'édition [Didier Jeunesse](#) de nous avoir accordé les droits de reproduction du texte du conte «Le Pou et la Puce».

- à Jean-Marc Aebischer, collaborateur pédagogique du Service du Sport du canton de Fribourg, pour le travail de correspondance entre les objectifs du dossier et ceux du Plan d'études roman et du Lehrplan 21 ([annexe 2](#)).

*Un grand merci*

## Partenaires



## Impressum

**Éditeur:** Office fédéral du sport OFSPO, 2532 Macolin

**Auteurs:**

- Carole Häni, enseignante au cycle 1 (1<sup>re</sup> et 2<sup>e</sup> années) à l'école primaire de Bure
- Annette De Pover, danseuse et professeure de danse
- Dominique Martinoli, coordinatrice d'Évidanse et du projet Territoires Dansés en Commun pour la Suisse
- Sarah Schaffter, coordinatrice EPS pour le canton du Jura

**Rédaction:** Raphael Donzel, [mobilesport.ch](#)

**Illustrations:** [Gaëlle Pecoraro](#)

**Conception graphique:** Franziska Küffer, OFSPO



# Annexe 1: «Le Pou et la Puce»

La randonnée (ou conte énumératif) du pou et de la puce, largement répandue dans toute l'Europe, se raconte également au Maghreb, en Amérique et en Inde. Dans ce récit absurde, à scander comme une comptine, la nouvelle de l'accident arrivé au pou (au rat, à la poule ou un autre petit animal selon les versions) se transmet de proche en proche et suscite chez chacun – objets compris – actions insensées et bruyant témoignage de sympathie.

## Le Pou et la Puce

«Ce matin, dans la maison juste à côté, le pou et la puce prenaient le petit-déjeuner. Quand soudain, le vent s'engouffre par la fenêtre et soulève le pou qui retombe assis sur la cuisinière allumée.

Le pou est tombé sur la cuisinière, il s'est brûlé le derrière. La puce affolée s'est mise à pleurer:

Bou, bou, bou!

Bou, bou, bou!

- Qu'est-ce qui te prend de pleurer comme ça de bon matin? demande la fenêtre.

- Tu ne sais donc pas?

Le pou est tombé sur la cuisinière, il s'est brûlé le derrière. Alors moi je pleure:

Bou, bou, bou!

Bou, bou, bou!

- Puisque c'est comme ça, moi je vais claquer:

Clac, clac, clac!

Clac, clac, clac!

- Qu'est-ce qui te prend de claquer comme ça de bon matin? demande la porte. Tu deviens folle?

- Tu ne sais donc pas?

Le pou est tombé sur la cuisinière, il s'est brûlé le derrière. La puce pleure:

Bou, bou, bou!

Bou, bou, bou!

Et moi je claque:

Clac, clac, clac!

Clac, clac, clac!

- Puisque c'est comme ça, moi je vais grincer:

lilililililililililil!

- Qu'est-ce qui te prend de grincer comme ça de bon matin? demande la brouette. Tu me donnes mal aux dents!

- Tu ne sais donc pas?

Le pou est tombé sur la cuisinière. Il s'est brûlé le derrière.

La puce pleure:

Bou, bou, bou!

Bou, bou, bou!

La fenêtre claque:

Clac, clac, clac!

Clac, clac, clac!

Et moi je grince:

lilililililililililil!

- Puisque c'est comme ça, moi je vais rouler:

Vrrrrrrrrrrrrrrrrrr!

- Qu'est-ce qui te prend de rouler comme ça de bon matin? demande l'arbre. Tu me donnes mal à la tête!

- Tu ne sais donc pas?

Le pou est tombé sur la cuisinière, il s'est brûlé le derrière.

La puce pleure:

Bou, bou, bou!

Bou, bou, bou!

La fenêtre claque:

Clac, clac, clac!

Clac, clac, clac!

La porte grince:

lilililililililililil!

Et moi je roule:

Vrrrrrrrrrrrrrrrrrr!

- Puisque c'est comme ça, moi je vais perdre toutes mes feuilles:

Prrr Tchchch!

Prrr Tchchch!

- Pourquoi es-tu tout nu comme ça de bon matin? demande le vent.

- Tu ne sais donc pas ?

Le pou est tombé sur la cuisinière, il s'est brûlé le derrière.

La puce pleure:

Bou, bou, bou!

Bou, bou, bou!

La fenêtre claque:

Clac, clac, clac!

Clac, clac, clac!

La porte grince:

lilililililililililil!

La brouette roule:

Vrrrrrrrrrrrrrrrrrr!

Et moi je perds toutes mes feuilles:

Prrr Tchchch!

Prrr Tchchch!

- Puisque c'est comme ça, j'y vais!

Le vent s'engouffre dans la cuisine. Il soulève le pou et le fait retomber dans l'eau grasse de l'évier. Le derrière du pou fait: Crrsssssssss!

Il s'arrête de brûler.

Alors, la puce s'arrête de pleurer, la fenêtre s'arrête de claquer, la porte s'arrête de grincer, la brouette s'arrête de rouler, et toutes les feuilles de l'arbre se remettent à pousser...

Voilà pourquoi l'histoire est terminée.»

Texte de Praline Gay-Para.

Extrait de l'album **Le Pou et la Puce** de Praline Gay-Para et Rémi Saillard.

© Didier Jeunesse, Paris, 2001.

Collection «A petits petons». Directrice de collection: Céline Murcier.

# Annexe 2: Correspondance des objectifs

Le tableau suivant met en lien les objectifs définis par les auteures de ce dossier avec ceux du Plan d'études romand (PER et du Lehrplan 21 (LP21).

Objectifs des auteures du dossier	Composantes du PER	Attentes fondamentales du PER	Compétences du LP21	Exigences élémentaires du LP21
Développer sa créativité et trouver sa propre danse	<b>CM 12 – 5</b> Utiliser le mouvement pour développer sa créativité			<b>BS.3.B.1 – 1d</b> Die SuS können Bewegungen verbinden und ausdrucksvoll gestalten.  <b>BS.3.C.1 – 3b</b> Die SuS können den eigenen Bewegungsausdruck wertschätzen.
Construire son schéma corporel	<b>CM 12 – 1</b> Construire son schéma corporel		<b>BS.3   Darstellen und Tanzen: A   Körperwahrnehmung</b> Die Schülerinnen und Schüler können ihren Körper wahrnehmen, gezielt steuern und sich in der Bewegungsausführung korrigieren.	
Développer son équilibre	<b>CM 12 – 4</b> Développer son équilibre	Se déplacer en équilibre sur différents engins		
Développer ses perceptions sensorielles	<b>CM 12 – 3</b> Utiliser ses sens	Réagir à une sollicitation en variant ou adaptant son action motrice		<b>BS.3.A.1 – a</b> Die SuS können die Umwelt und sich mit verschiedenen Sinnen wahrnehmen (z.B. taktil, kinästhetisch, vestibulär) sowie Körperteile unterscheiden und benennen.
Organiser et utiliser ses repères spatio-temporels	<b>CM 12 – 2</b> Organiser et utiliser ses repères spatio-temporels	Se déplacer dans l'espace en respectant des consignes		<b>BS.3.A.1 – b</b> Die SuS können die Stellung des Körpers im Raum wahrnehmen (z. B. Aufstellung auf einer Linie, im Kreis, in versetzten Reihen).
Améliorer sa qualité de mouvement				
Danser, imiter et raconter des histoires avec son corps	<b>CM 12 – 6</b> Danser, imiter, raconter des histoires avec son corps	Evoluer en respectant différents tempos, rythmes et sonorités	<b>BS.3   Darstellen und Tanzen: C   Tanzen</b> Die Schülerinnen und Schüler können Bewegungsmuster erkennen, Bewegungsfolgen und Tänze zu Musik rhythmisch gestalten und wiedergeben. Sie gehen respektvoll miteinander um.	<b>BS.3.C.1 – 1c</b> Die SuS können sich zu akzentuierter Musik im Rhythmus bewegen (z. B. gehen, laufen, hüpfen).  <b>BS.3.C.1 – 2d</b> Die SuS können tanzspezifische Bewegungsmuster zu Bewegungsfolgen verbinden und tanzen (z. B. Volkstanz).
Prendre confiance et plaisir à se produire devant les autres	<b>CM 12 – 7</b> Prendre confiance et plaisir à se produire devant les autres		<b>BS.3   Darstellen und Tanzen: B   Darstellen und Gestalten</b> Die Schülerinnen und Schüler können sich mit dem Körper und mit Materialien ausdrücken, eine Bewegungsfolge choreografieren und präsentieren.	