



## FORMATION EN DANSE ET MEDIATION CHOREGRAPHIQUE

### Programme du 1<sup>o</sup> cycle

ANNÉES 2023 / 2025

#### INTITULÉ DE LA FORMATION

Formation initiale à l'accompagnement par la danse

#### DURÉE DE LA FORMATION

417 Heures

#### DATES DE LA FORMATION

5 octobre 2023 – 30 juin 2025 –

Hors vacances scolaires (Zone C) sauf sessions spécifiques et occasionnelles (voir le planning)

#### PROGRAMME

Module A « APPROCHES TECHNIQUES ET ARTISTIQUE » 150H = Quatre sessions :

##### 1. Technique Katherine Dunham 30H

Cours techniques de danse (barre, pratique en déplacement, enchaînement simple) s'inspirant des traditions africaines et occidentales (rythmes afro-américains) dont l'objectif est de développer particulièrement l'ancrage, la tonicité et les isolations dans un engagement global du corps du danseur. La formatrice mène les cours selon une progression adaptée au rythme du groupe et soutien chacun avec des indications individualisées dans le but d'intégrer les fondamentaux spécifiques à cette technique.

##### 2. Danses jazz et improvisation 30H

Atelier d'improvisation et de création guidée à partir de différentes danses afro-descendantes, visant à développer les interactions spontanées entre individus et la cohésion au sein du groupe. La formatrice mène les cours selon une progression adaptée au niveau technique et soutient chacun avec des indications individualisées dans le but d'intégrer les spécificités de cette approche.

##### 3. Danse contemporaine et improvisation 60H

Ce cours vise la pleine conscience du mouvement aux niveaux corporel, spatial et temporel. Travail au sol et à verticale insistant sur les « états de corps » et les notions de poids, d'appuis, de respiration et d'axe, travail du dos... La formatrice mène les cours selon une progression adaptée au rythme du groupe et soutien chacun avec des indications individualisées dans le but d'intégrer les fondamentaux spécifiques à cette technique.

##### 4. Composition chorégraphique 30H

Découvrir les formes correspondant à sa propre sensibilité, apprendre à organiser ces différents paramètres et leur incidence sur l'expressivité de la danse. Élargir son vocabulaire gestuel, s'engager dans des chemins de création, se confronter au public. La formatrice soutient chacun et le groupe dans sa recherche et accompagne le processus jusqu'à la présentation publique, le cas échéant.

#### Compétences visées par ce module :

*Maitriser différentes techniques et approches de la danse, en développant sa sensibilité et sa créativité, dans la visée de transmettre, d'animer des ateliers en milieu social ou de soin  
Développer sa propre démarche chorégraphique dans le but de nourrir ses interventions.*

## Module B « CULTURE CHOREGRAPHIQUE » 135H = quatre sessions :

### **1. Histoires des danses de sources africaines 30H**

Cours théoriques visant à situer les différentes sources culturelles africaines : les grandes aires géographiques, les repères historiques, les différentes formes de danse, leurs origines et leurs fonctions.

### **2. Histoire des danses contemporaines 30H**

Cours théoriques abordant la culture chorégraphique (incluant une nouvelle conception du corps en occident) dans son implication esthétique et idéologique au xx<sup>e</sup> siècle jusqu'aux notions de thérapies par le mouvement.

### **3. Rythme et danse 30H**

Introduction aux notions de base du solfège rythmique (nomenclature et définitions des principaux termes du langage musical et leurs correspondances dans le mouvement) et à la pertinence de leur intégration dans l'improvisation et la composition de séquences dansées. Mise en jeu et coordination de plusieurs parties du corps, écoute et analyse de différents styles de musique.

### **4. Danses de sources africaines 45H**

Etude de danses traditionnelles de différentes sociétés issues des cultures africaines. Cette session permet d'aborder l'exécution de ces danses en ayant connaissance de leurs contextes initiaux et de leurs déroulements pour en intégrer le sens symbolique selon leurs origines. La formatrice alterne entre des temps de transmission orale et des propositions de mise en mouvement.

#### Compétences visées par ce module :

*Se repérer dans les différents courants et origines de la danse, en découvrant sa sensibilité propre, pour définir et situer sa future démarche d'accompagnement*

*Elaborer des propositions de « mise en danse » s'appuyant sur l'entrée rythmique du mouvement dans le but de s'adapter à des publics multiples (âges, cultures, situation de handicap ...).*

## Module C « OUVERTURE VERS LA PRATIQUE D'ACCOMPAGNEMENT » 132H = Quatre sessions :

### **1. Anatomie par le mouvement 30H**

Étude de l'anatomie et de la biomécanique par l'apport de connaissances théoriques accompagnées de visuels (planches anatomiques), de matériel (moulages) et d'exercices pratiques permettant leur intégration sensorielle et en mouvement.

### **2. Méthode FELDENKRAIS et mouvement dansé 30H**

Explorer l'émergence de micromouvements à travers les différentes articulations du corps. Relier la respiration au mouvement en le rendant facile. Sentir les rapports entre les différentes parties du corps, et comment un mouvement peut circuler en fluidité, d'un bout à l'autre de nous-mêmes. Être à l'écoute de nos propres sensations internes. La méthode Feldenkrais® de « prise de conscience par le mouvement » permet d'améliorer la coordination physique et mentale et de découvrir le mouvement juste.

### **3. Introduction à la danse-thérapie 60H**

Par le biais de l'improvisation et du mouvement dansé, étude de différentes thématiques techniques et théoriques qui fondent les pratiques actuelles de la danse thérapie. « La danse-thérapie s'appuie sur la dynamique corporelle et symbolique de la danse. Elle utilise le mouvement comme médiateur d'une relation dont elle assure le cadre et les limites ».

### **4. Introduction aux différentes pratiques d'accompagnement et méthodologie rédactionnelle 12H**

Situer les différents cadres de la pratique d'accompagnement et se constituer une méthodologie de travail en lien avec le contexte dans lequel on pratique.

#### Compétences visées par ce module :

*Se repérer dans différentes approches « d'écoute » du mouvement dansé, en les ayant expérimentées, dans le but de se positionner en situation d'accompagnement.*

## PLANNING

Pour un début de formation en octobre 2023, la formation se déroulera sur 3 ans minimum.  
Pour 2023-2024 il sera possible de réaliser uniquement 255H du cycle 1.

<b>Cycle 1 FORMATION INITIALE A L'ACCOMPAGNEMENT PAR LA DANSE</b>	<b>NB heures</b>	<b>Période, jours et horaire</b>
<b>Module A. APPROCHES TECHNIQUES ET ARTISTIQUES</b> Technique DUNHAM - Danse contemporaine et improvisation - Danse Jazz et improvisation - Composition Chorégraphique	<b>150 H</b>	<b>2023-2024</b> Les jeudis 9h30- 12h45 et vendredis 10h45-12h45 hors vacances scolaires
<b>Module B. CULTURE CHOREGRAPHIQUE</b> Histoire des danses de sources africaines - Histoire des danses contemporaines - Rythme et danse  Danses de sources africaines	<b>135H</b>	<b>2024-2025</b> Planning à venir  <b>2023-2024</b> • 12, 13 et 14 février • 8, 9 et 10 avril • 8, 9 et 10 mai 10h-17h sauf le dernier jour 10h-13h
<b>Module C. OUVERTURE VERS LA PRATIQUE D'ACCOMPAGNEMENT</b> Anatomie par le mouvement - Méthode Feldenkrais et mouvement dansé - Introduction aux différentes pratiques d'accompagnement actuelles et méthodologie rédactionnelle  Introduction à la danse thérapie	<b>132H</b>	<b>2024-2025</b> Planning à venir  <b>2023-2024</b> Les mercredis matin 10h30-12h30
<b>TOTAL</b>	<b>417 H</b>	

## LIEUX

Les cours se déroulent à EDG, 64 rue Orfila 75020 Paris  
ou au siège social 106 rue des Maraichers 75020 Paris

## MOYENS PEDAGOGIQUES

Le centre de formation fournit les salles et le matériel pédagogique nécessaire à chaque session ainsi que des documents pédagogiques en lien avec le contenu des sessions.

Chaque stagiaire est soutenu dans la recherche de ses propres ressources artistiques et de création. Il est amené à construire sa propre démarche en médiation chorégraphique selon sa sensibilité et à partir des outils proposés

L'équipe de formateurs est constituée de professionnels des métiers de la danse et du soin toujours en activité (enseignants, interprètes, médiateurs, art-thérapeutes, psychologues...). Chaque formateur fournit à l'entrée en formation le programme détaillé de la session qu'il ou elle anime.

## PRINCIPAUX FORMATEURS

### Module « Approches techniques et artistiques » :

Ingrid BIZAGUET artiste chorégraphe

Elise PALM artiste chorégraphique

Christiane de ROUGEMONT danseuse, chorégraphe, directrice du centre de formation

Camélia VEILLON artiste chorégraphique

### Module « Culture Chorégraphique » :

Sylvie TIRATAY danse-thérapeute

Christiane de ROUGEMONT danseuse, chorégraphe, directrice du centre de formation

### Module « Ouverture vers la pratique d'accompagnement »

Nicole ESTRABEAU art-thérapeute

Sylvie TIRATAY danse-thérapeute

Tamara VILA MIGO analyste fonctionnel du mouvement dansé, BMC

Elinoar ZAKAI WERBNER praticienne certifiée de la méthode FELDENKRAIS

## EVALUATIONS

Les résultats des évaluations du cycle 1 conditionnent le passage en cycle 2

### Module A « Approches techniques et artistiques »

Suivi individualisé et évaluation continue sous forme de présentations semestrielles : 2 variations de 2 minutes devant un jury à huit clos et présentation de 2 compositions chorégraphiques en public.

### Module B « Culture chorégraphique »

Exposés oraux préparés en amont pour les cours d'histoire

Evaluation continue sous forme de tests ponctuels pour les pratiques dansées

### Module C « Ouverture vers la pratique d'accompagnement »

Tests oraux et écrits de contrôle de connaissance

Suivi individualisé sous la forme d'entretiens individuels

Rédaction d'un carnet de formation

## TARIFS 2023 /2024

Frais d'inscription annuelle 2024 ..... 135 €

Frais pédagogiques, incluant les frais de dossiers et évaluations (tarifs en paiement personnel) :

### **Cycle 1 2023 – 2025 (417h)**

Frais pédagogiques 2023/2024 255h ..... 3 570 € soit 14€/H

Frais pédagogiques 2024/2025 162h ..... 2 268 € soit 14€/H