



## 7E LIVRE MONTESSORI “LA DANSE DANS TOUS SES ÉTATS”

### QUELQUES CONSEILS :

- ✓ **Avant de démarrer l'activité**, proposez-la à votre proche : surtout, **ne la lui imposez pas**. Si cela ne le tente pas une première fois, n'hésitez pas à l'y inviter plus tard dans la journée ou dans la semaine !
- ✓ **Pendant toute l'activité, veillez à donner des objets à manipuler** à votre proche : il faut qu'il n'ait à aucun moment les mains vides ! Manipuler apaise et facilite la concentration, disait Maria Montessori !
- ✓ **Asseyez-vous du côté dominant** de votre proche (celui qui est le plus valide).
- ✓ **Soyez patient**, ne bousculez pas votre proche, **respectez les silences**, répétez ce qu'il vous a dit, pour montrer que vous l'écoutez activement. **Valorisez votre proche** en réagissant avec enthousiasme et en affirmant que ce qu'il raconte est sensé.
- ✓ **Clôturez l'activité en 3 temps** : d'abord, remerciez votre proche ; puis, demandez-lui s'il a apprécié cette activité ; enfin, demandez-lui s'il aimerait recommencer !

### PRÉPARATION EN AMONT :

- ✓ **Imprimez le livre**, en recto seulement, puis agrafez les différentes pages pour en faire un livre.
- ✓ **Sélectionnez des magazines, des livres, de google images** dans lesquels vous chercherez avec votre proche des images pour illustrer les histoires.
- ✓ **Munissez-vous de ciseaux, de colle ou de scotch**.



## DÉROULÉ DE L'ATELIER :

1. **Proposez à votre proche de lire ensemble un livre** qui évoquera la thématique du jour et **invitez-le à s'asseoir à vos côtés**, dans un canapé. **Installez-vous de son côté dominant.**
2. **Demandez-lui s'il souhaite lire la première histoire**, ou s'il préfère que vous commenciez.
3. **Laissez-lui la possibilité de vous interrompre** pour commenter, cela n'a pas d'importance !
4. **À la fin de la lecture de la page, demandez-lui s'il a apprécié** cette histoire, si celle-ci a **évoqué des souvenirs.**
5. **À la fin de la première page, proposez à votre proche de changer de lecteur** pour la page suivante.  
Et ainsi de suite !
6. **Après avoir lu ensemble les histoires, passez aux questions** : posez à votre proche les questions proposées dans le livret, et réagissez avec chaleur à ses récits, échangez avec lui, posez-lui des questions.
7. **Regardez ensemble et commentez les œuvres imprimées.** Ou bien, **cherchez vous-mêmes, dans des magazines**, des images pour illustrer chaque histoire. **Vous pouvez les coller au dos de l'histoire à laquelle elles correspondent.**
8. **Soyez toujours à l'écoute de votre proche**, n'hésitez pas à interrompre l'atelier à tout moment, s'il se fatigue.  
Vous pourrez éventuellement reprendre la conversation plus tard.
9. **À la fin, remerciez votre proche, demandez-lui si cette activité lui a plu** et s'il souhaite continuer une prochaine fois !

# LA DANSE N°1

Et dansons maintenant !



Je danse, tu dances, nous dansons... Depuis la nuit des temps, l'homme exprime ses émotions en bougeant son corps, ses bras, ses jambes, au rythme des percussions ou au son des violons.

La danse fait partie de la vie et en raconte les peines, les joies, les victoires ou les défaites. Petit rat de l'Opéra, roi du hip-hop ou de la salsa, couples enlacés au bal du village ou allant jusqu'au bout de la nuit, ballet classique, spectacle contemporain.

Mais **la danse**, qu'est-ce que c'est ? Deux pieds, deux bras, dix doigts, une tête, un regard et bien plus encore. C'est le corps qui bouge : tout en même temps ou tout séparément. Il existe tant de façons de danser, de s'exprimer, de se déplacer !

De côté, en avant, en arrière, en sautant, en plié...avec ou sans musique ? En rythme ou non ? Sur une jambe ou sur la tête ? En tutu ou en pantalon ? Sur pointes, en claquettes ou en baskets ? Seul ou à deux, cinq, cent ?

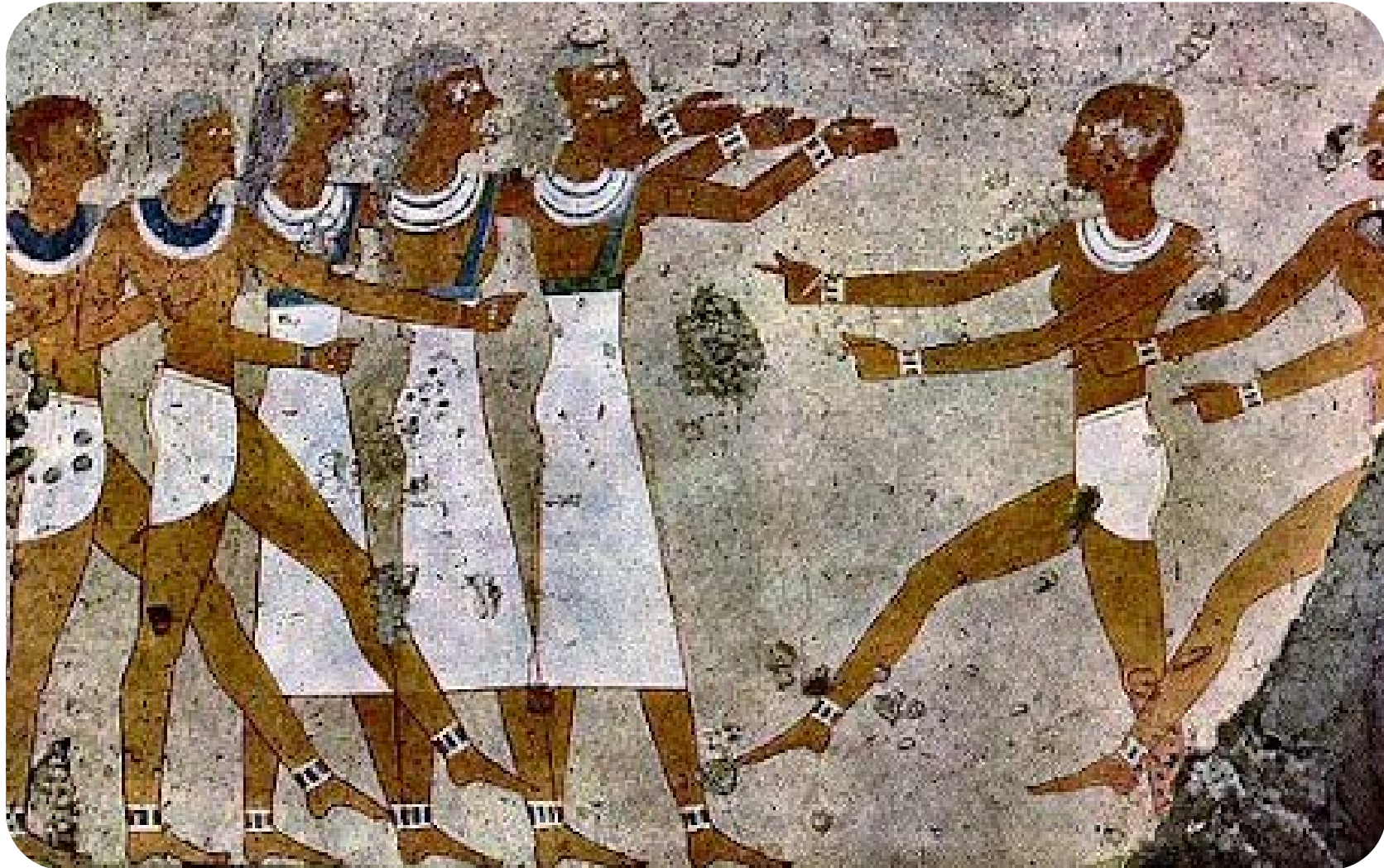
On danse depuis que l'on sait marcher.

On danse pour communiquer, pour fêter un événement, pour se révolter ou pour se montrer. On danse pour soi, ou pour les autres.

**Un geste vaut mille mots.**

# LA DANSE N°2

## La création de la danse



L'existence de la danse remonte à la préhistoire : on retrouve, dans certaines grottes des dessins représentant les premiers hommes en train de pratiquer cet art. Les premiers hommes ne possédaient pas encore de langage, c'était **le mouvement du corps** qui entraînait en action pour pouvoir communiquer. La danse avait une **dimension spirituelle** : ils l'utilisaient pour conjurer le sort (danse de la pluie) ou se donner du courage (danse de la guerre, de la chasse). Les tribus pouvaient ainsi se reconnaître et se lier d'affection. C'est vers **l'an 4 000 avant JC** que commencent à se développer différentes techniques liées à la danse. Certains hommes s'exerçaient à des danses religieuses en incorporant des grands écart, des danses en couple ou encore des tournoiements. De par la symétrie des danseurs et grâce aux nouveaux enchaînements, la danse commença à devenir gracieuse et harmonieuse.

**L'art de la danse** n'est donc pas à sous-estimer ni négliger : il s'agit de l'un des arts les plus anciens, permettant à nos ancêtres de mieux communiquer ! La musique "**pour danser**" n'existait pas encore, et pourtant cela n'a pas empêché les premiers hommes de créer un art encore aujourd'hui omniprésent dans notre société.

**FIN**

# LA DANSE N°3

## Les danses traditionnelles en France et dans le Monde



Les danses traditionnelles désignent des **danses en groupe** (souvent en cercle ou en farandole) d'origine populaire.

Elles se dansaient dans les villages, faisant partie d'un ensemble de savoirs venant du passé. Elles sont porteuses de messages et symbolisent une identité culturelle.

**Le tango argentin** est l'une des danses les plus connues. Langoureux et sensuel, le tango est né sur les rives du Rio de la plata dans les faubourgs de Buenos Aires en Argentine. D'autres danses traditionnelles sont également extrêmement connues telles que **la danse Irlandaise** de Dublin, **la Valse Viennoise** d'Autriche, **le Flamenco** de Séville, **la Country** de Nashville, **la danse Bollywood** de Bombay ou encore **la Salsa cubaine** de La Havane.

En France, nombreuses sont également les danses qui ont survécu aux années qui passent et continuent de faire tourner les têtes et guincher les foules : **la Farandole** en Provence, **les danses Basques**, **la Maraîchine** dans le Poitou, **la Java** à Paris, **le Rigodon** en Provence, **la Sautière** en Corrèze, ou encore **le Cancan** qui se dansait un peu partout dans le pays.

Qu'importe la région dans laquelle vous vous rendez, il y'aura toujours une danse traditionnelle pour vous faire baller !



# LA DANSE N°4

La valse : naissance d'une danse controversée



Au début du 19<sup>e</sup> siècle une nouvelle danse **dite immorale** va envahir les salles de bal. Toute la jeunesse tourbillonne au son des violons avant que l'ensemble de la société ne s'y mette. Cependant, les **origines** de "la plus harmonieuse des danses" sont **humbles et rurales**.

Il est incontestable que la valse s'invite dans **les salles de bal** des capitales européennes, où elle devient très vite incontournable.

Elle fait fureur chez les plus jeunes. En un sens, elle exprimait parfaitement la nouvelle société continentale qui, voulant se détourner des coutumes aristocratiques, avait confié le bâton de commandement à la bourgeoisie.

La valse n'avait que peu de choses en commun avec les mouvements du **menuet** ou de **la contredanse**. Elle **permettait aux couples de s'enlacer** librement et d'éprouver **une sensation de liberté** absolue à chaque note. Les esprits conservateurs ne tardent pas à trouver immoral le fait qu'un couple danse entrelacé. Ces critiques n'empêchèrent pas la diffusion de la valse, cela contribua à l'ouverture de nouveaux établissements : **les salles de bal**. Elles finissent par devenir le lieu naturel où l'on danse la valse. Cette danse va donc finir par régner sans conteste sur les salons de noblesse de toute l'Europe.

**FIN**

# LA DANSE N°5

Un célèbre ballet : Le lac des Cygnes



**Le Lac des cygnes** est avant tout **l'histoire d'un conte universel**. Il raconte l'histoire d'un **jeune prince** qui, alors qu'il chasse, tombe nez à nez avec un **cygne blanc**. Ce dernier se transforme tout à coup en jeune femme, **Odette**. Prisonnière d'un sorcier, Odette lui explique qu'elle a subi un sort qui la transforme en cygne la journée. Pour rompre le charme, seul le serment d'amour que lui porterait un homme pourrait la sauver.

Si aujourd'hui, **Le Lac des cygnes** est un ballet incontournable de la danse classique, les débuts ont été difficiles pour cette œuvre pourtant phare. **Piotr Tchaïkovski** présente la première de ses trois plus belles créations en 1877 à Moscou. **Julius Reisinger** dirige alors le ballet mais les premières représentations sont un véritable échec. Le Lac des cygnes tombe dans l'oubli durant 18 longues années jusqu'à ce que **Marius Petipa** reprenne la mise en scène au **théâtre de Saint- Pétersbourg** en 1895. Le mythe est véritablement né.

Ce ballet est alors devenu une référence de la danse classique. Toutes les danseuses rêvent d'incarner Odette au cours de leur carrière et ce, avec autant d'innocence et de persévérance que ce rôle légendaire exige. Exceller au double jeu, parfaire ce pas de quatre devenu si célèbre...

**FIN**

# LA DANSE

## LES QUESTIONS



### QUESTION 1 :

Aimez-vous danser?

### QUESTION 2 :

Quelles danses traditionnelles connaissez-vous ?

### QUESTION 3 :

Quels célèbres ballets connaissez-vous également ?