



contact

Method Sheet

Titre de l'activité

Espace - Temps - Présence

Durée

Au moins 20 minutes, jusqu'à 1,5 heure
en cas de développement ultérieur.

Participants

Le nombre de participants
n'a pas d'importance.

Activité proposée par

Vimmart - Inclusive Art School



Method Sheet

Espace - Temps - Présence

L'exercice peut être utilisé pour produire un matériel de mouvement intéressant et un contenu chorégraphique dans le cadre d'une approche de groupe. Il inspire également des discussions sur notre propre environnement, ses normes et ses tabous.

Objectifs

L'exercice développe le sens de l'espace, du temps et de la présence du participant. L'objectif est d'être conscient de ce que l'on fait. Le danseur peut explorer six domaines différents : L'espace, la forme, le temps, l'émotion, le mouvement et l'histoire (SSTEMS).

Matériel

Aucun matériel particulier n'est nécessaire. L'espace doit être aussi accessible que possible pour faciliter les déplacements.

Préparation

Aucune préparation particulière n'est requise.

Étapes/Instructions

1. L'animateur invite les participants à se déplacer dans la pièce. En fonction du groupe, les participants peuvent être invités à marcher en ligne droite et, si un obstacle se trouve devant eux, à tourner de 90 degrés. Si nécessaire, le groupe peut être invité à se déplacer sur une grille invisible.
2. Les participants ont également la possibilité de s'arrêter. Il est important de demander aux participants d'être attentifs au moment où ils s'arrêtent et commencent à se déplacer. Vous pouvez également penser au temps. Vous pouvez vous déplacer à votre propre rythme ou même courir.
3. L'animateur peut donner aux participants davantage d'occasions, par exemple de s'asseoir, de s'allonger, de s'adapter à la forme de l'espace ou de faire un mouvement.
4. En observant le groupe, vous pouvez lui donner l'occasion d'imiter le mouvement d'un autre ou de faire quelque chose d'inattendu.
5. Demandez aux participants de bouger gentiment ou de faire quelque chose qui leur fait du bien. Les instructions et les tâches peuvent également être développées en fonction de la situation.
6. L'animateur peut envisager de donner aux membres du groupe l'occasion de faire quelque chose d'interdit.

7. A la fin de l'exercice, il est extrêmement important de passer en revue avec le groupe ce qu'il a vécu et ce que les différentes parties de l'exercice lui ont apporté. Surtout si les instructions ont demandé au groupe de faire quelque chose d'interdit.

Méthode d'évaluation

L'observation du groupe est importante. Enfin, il est utile de s'asseoir et de discuter des sentiments et des pensées que l'exercice a suscités.

Conseils et astuces pour les facilitateurs et facilitatrices

Au cours de l'exercice, vous devez prévoir suffisamment de temps pour la détection. Il est possible de rappeler aux participants que l'objectif n'est pas d'être inventif ou de faire quelque chose de spécial.

Variantes

Il est intéressant d'observer l'exercice. Pour aller plus loin, vous pouvez diviser le groupe afin que d'autres personnes puissent observer de temps en temps.

L'animateur peut également choisir de réduire la taille de l'espace de représentation ou d'apporter des objets sur scène pour que les danseurs puissent les utiliser (chaises, tables, matelas, etc.).

L'exercice peut également être transformé en spectacle.

Méthode

L'exercice est tiré de la méthode finlandaise **Tanssi-innostaminen**® (transl. Dance animateuring) et est une adaptation de la technique de composition de danse Viewpoints de Mary Overlie.

Tanssi-innostaminen est une méthode artistico-pédagogique développée par Raisa Foster, PhD. Elle vise à animer les individus et les communautés par le biais d'une variété d'exercices.



Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union.
KA2 Strategic Partnerships for Youth 2020-1-FR02-KA227-YOU-018695