

ATELIERS D'EXPRESSION DANSÉE EN MILIEUX SCOLAIRES



Lætitia BÔNE

Lætitia BÔNE propose des ateliers avec différents objectifs adaptables suivant le public concerné.

Aucun pré-requis ni aucune connaissance de la danse n'est nécessaire.

Sa priorité reste le bien-être physique et émotionnel de tous.

Enseignante d'Eps depuis 2003, spécialisée en Expression Corporelle, elle intervient chaque année dans les écoles primaires, les collèges et les lycées .

D'une intervention ponctuelle à une véritable mise en place d'un processus de création artistique, Lætitia BÔNE s'adapte à la demande :

- **Intervention ponctuelle Danses et percussions**
- **Intervention ponctuelle Dialogue du corps :
Expression des émotions**
- **Processus de Création Artistique sur plusieurs séances**

OBJECTIFS PRINCIPAUX



AXE 1 : RÉUSSITE : « Faire réussir l'ensemble des élèves

1) Se situer par rapport aux autres et aux objectifs à atteindre et se fixer un projet individuel et / ou collectif pour donner du sens à son engagement.

- Connaître, réaliser un échauffement routinier de mise en danse et savoir le réutiliser dans sa vie quotidienne.
- Créer une atmosphère de confiance, de bienveillance pour que chaque élève puisse lâcher prise et se mettre en mouvement.
- Proposer des situations d'apprentissage adaptées à tous les niveaux de pratique et en lien avec un projet artistique.
- Se fixer et conduire de façon de plus en plus autonome un projet de création artistique, en fonction de ses capacités.
- Suivre une démarche de création artistique guidée par l'enseignant : explorer ses possibilités, transformer les réponses, faire des choix...)
- Savoir exploiter l'espace, le temps et l'énergie au service de son projet artistique
- Effectuer un bilan positif sur les progrès réalisés à chaque séance, en lien avec son projet artistique.
- Permettre à l'élève de s'impliquer, s'engager et s'ouvrir aux autres dans les trois rôles (interprète, danseur, spectateur) afin de mener à bien son projet artistique.
- Mieux se connaître et pouvoir s'affirmer dans la participation et dans la réalisation du projet artistique.

AXE 2 : BIEN ÊTRE : « Mettre le bien être psychosocial et physique de l'élève au cœur des préoccupations »

2) Valoriser une connaissance des autres et de soi pour accepter de travailler ensemble et s'intégrer dans le groupe. Devenir une ressource pour les autres dans une logique d'interdépendance afin de progresser physiquement et mentalement.

- Travailler en groupes affinitaires pour permettre à chaque élève de se sentir bien et de sentir son intégrité physique dans un contexte collectif
- Se confronter à l'application et à la construction de règles de vie et de fonctionnement collectif : aider un camarade pour améliorer un point technique, accepte de modifier ses choix par rapport aux choix des autres
- Permettre aux élèves de visualiser leurs progrès (vidéo, partenaires, spectateurs)
- Valoriser toutes les réussites, tous les progrès à chaque séance.
- Explorer, choisir, maîtriser et comprendre les différents procédés de composition qui permettront la construction d'un propos collectif
- Connaître les critères de réalisation et de réussite du projet et savoir les restituer à sa compagnie
- Tester sous différentes formes, sous différentes énergies, les modules, les situations d'apprentissage, au service de son projet.
- Savoir s'engager émotionnellement et apporter ce fonctionnement aux partenaires

AXE 3 : OUVERTURE: " S'ouvrir aux autres apprentissages pour mieux s'adapter à une société dans laquelle les pratiques physiques et les besoins évoluent

3) Intégrer les connaissances minimales permettant une pratique physique personnelle en toute sécurité seul ou à plusieurs

- Explorer les différentes possibilités articulaires, les degrés de souplesse, propre à chacun.
- Amener l'élève dans un rituel d'échauffement en lien avec ses propres besoins d'éveil corporel pour qu'il puisse le réutiliser dans toute autre activité physique personnelle
- Amener l'élève à avoir une perception consciente de la position des différentes parties de son corps (proprioception)
- Faire un retour permanent (sous différentes formes) sur les connaissances minimales en danse contemporaine (paramètres, procédés...)
- Amener l'élève vers une motricité de plus en plus complexe, diversifiée et originale au service de son propos (différentes qualités d'appuis, dissociation segmentaire, coordination, déséquilibre, contacts...)
- Intégrer la configuration de l'espace scénique et son exploitation symbolique (centre, cours, jardin, diagonales...)
- Utiliser de façon pertinente les procédés de composition et les paramètres du mouvement

DANSE ET PERCUSSIONS



Séance ponctuelle : 2h de pratique, tout public.

Danser au son des percussions, les pieds bien ancrés au sol favorise le lâcher prise.
Ressentir les vibrations sonores et libérer son corps stimule la joie de vivre.
Il est question de danses d'inspiration Africaine et Afro-contemporaine où les seuls objectifs sont de s'amuser d'évacuer toutes les tensions et de raviver sa vitalité.

Ce travail, avec percussionniste,s peut entrer dans un Processus de Création Artistique sur plusieurs séances.



Dialogue avec le corps



Séance ponctuelle : 2h de pratique, tout public.

Danser les sentiments, les émotions.

Aller chercher en soi.

S'exprimer par le corps et se libérer.

Quand se mouvoir devient un langage complet qui se suffit à lui même.

C'est un travail de reconnexion à ses émotions et d'expression.

Cette approche peut faire partie d'un Processus de Création Artistique sur plusieurs séances.



Processus de création artistique



Cycle de plusieurs séances : 2h par séance pour un cycle de 6 à 8 séances

Processus de création artistique (PCA)

Ensemble d'actions ayant pour but d'aboutir à la création d'une œuvre.

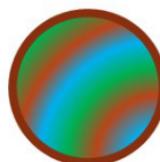
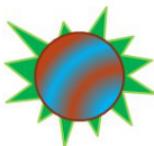
Cette intervention représente une succession d'étapes que l'élève doit franchir afin d'élaborer une œuvre. L'intervenante s'appuie sur la motricité de l'élève pour déclencher en lui le PCA

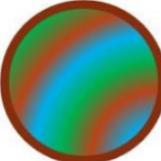
L'élève s'engage en tant qu'artiste avec son propre vécu et sa propre motricité.

PROCESSUS DE CRÉATION : Étapes



ENTRÉE dans l'ACTIVITÉ



Les étapes et leurs Outils	Démarche Ce qu'il est amené à faire vivre	Processus Ce qu'il est amené à vivre
Etape 1 : Sollicitation INDUCTEURS, THEME SPPORT : Source de créativité 	CONTRAIKT par le choix de l'inducteur. OBSERVE les réponses motrices générées par l'inducteur. L'intervenante laisse l'imaginaire de l'élève émerger pour générer un flux de trouvailles, d'images, de mots, de pensées ... déclenchant la première étape de ce PCA chez l'élève.	Mise en mouvement par tâtonnements. Brainstorming et verbalisation peuvent être nécessaire. Prend appui sur son imaginaire, son vécu.
Etape 2 : Exploration, RECHERCHE : Disponibilité de l'intervenante 	OBSERVE puis STIMULE RELANCE / RÉ-ORIENTE si nécessaire en ayant recours à d'autres inducteurs, en ajoutant des consignes, en introduisant des contraintes...	Teste, explore, essaye, s'éprouve dans des formes de corps, dans des nouvelles contraintes par l'inducteur, dans des modes sonores et dans des espaces différents, des formes de relations à l'autre....
Etape 3 : Structuration, CHOIX : Cahier des charges/ projet expressif 	STIMULE et GUIDE en amenant les élèves à créer une phrase chorégraphique (suite de mouvements) par la structuration de ses choix.	Réfléchit, trie et sélectionne. Fait des choix.
Etape 4 : transformation, PARAMÈTRES DU MOUVEMENT 	GUIDE et ENRICHIT les réponses des élèves en les amenant à les VARIER , les TRANSFORMER par rapport aux paramètres du mouvement (espace/temps/énergie).	Transforme, enrichit la gestuelle puis la stabilise (mémorisation).
Etape 5 : production, PROCEDES ET MODES DE COMPOSITION 	ENRICHIT et DEVELOPPE les procédés de composition au service de la relation avec les partenaires . Selon les caractéristiques de ses élèves, leur laisser, plus ou moins, le CHOIX des procédés et modes de composition dans le but de créer du sens et provoquer une émotion.	Construit l'ossature de sa chorégraphie. Transforme, enrichit et complexifie la chorégraphie.
Etape 6 : présentation, Le projet devenu ŒUVRE 	DEVELOPPE et REGULE les productions des élèves puis les stabilise. Faire RÉPÉTER les élèves pour améliorer leur production en vue de la présenter. DÉLIMITER L'ESPACE scénique et l'orientation par rapport au public. GUIDER le regard du spectateur en lui donnant quelques indications. REGULE les danseurs et les spectateurs CONTRAIKT à nouveau si nécessaire...	Stabilise l'ossature de sa chorégraphie S'oriente, produit et reproduit Vit sa chorégraphie et la fait vivre aux spectateurs Transforme de nouveau sa chorégraphie par les retours spectateurs et enseignant. 



LÆTITIA BÔNE

ÉNERGÉTICIENNE
DANSE THÉRAPEUTE
ARTISTE

PRÉSENTATION

Avec beaucoup de bienveillance et d'expérience, Lætitia accompagne les corps et les cœurs, dans un travail en mouvement, intérieur et/ou extérieur, afin de retrouver joie, bien-être, sérénité et compréhension.

COMPÉTENCES ET SAVOIR-FAIRE

- Enseignement de l'expression corporelle, de la danse sensitive et des danses africaines (enfants, adolescents, adultes)
- Mise en mouvements des corps dans un processus de création artistique
- Créations artistiques dansées
- Soins énergétiques esséniens
- Massages énergétiques
- Méditations guidées
- Bains de Forêt

CONTACTEZ-MOI

Téléphone : 06 23 04 19 80

Bureau : 6 rue des Seigneurs, 51160

Fontaine sur Ay

E-mail : dansesdevie@gmail.com

Site : www.mouvementsdevie.com

INTÉRÊTS ET LOISIRS

- Créations et mises en scène de spectacles dansés
- Pratique de la danse Afro-contemporaine
- Immersions en forêt

EXPÉRIENCES PROFESSIONNELLES

- Professeure Certifiée d'Éducation Physique et Sportive, spécialisée en danse d'expression (Depuis 2003)
- Jury Art-danse (Depuis 2016)
- Danseuse et Chorégraphe pour différentes Compagnies: Arabesk, La muse en scène, Pêle-Mêle, Aude Lachaise... (Depuis 2006)
- Formatrice des Jeunes officiels aux rencontres académiques de danses unss (Depuis 2016)
- Danseuse et chorégraphe lors des rencontres académiques de danse unss (Depuis 2006)
- Formatrice, éducation nationale, en Processus de Création Artistique (Depuis 2019)
- Intervenante en danses africaines, danse afro- contemporaine, danse chorégraphiée et danse en forêt, dans les écoles, les collèges, les lycées et les mairies. (Depuis 2006)
- Création d'un solo dansé : Lune d'Elles (2020)
- Diverses créations dansées réalisées en milieu scolaire... (Depuis 2006)
- Praticienne en soins énergétiques Esséniens (Depuis 2018)

FORMATIONS

- B.a.f.a.
- C.a.p.e.p.s.
- Prise en compte corporelle des élèves en situation de handicap (Au sein de l'éducation nationale)
- Certifiée praticienne Ki'Danza (Pratique corporelle mêlant la danse et la kinésiologie)
- Certifiée praticienne en Soins énergétiques esséniens (Soins, massages, guidance)
- Danse Afro-contemporaine au centre artistique Momboye
- Formation en cours Eau-Terre-Feu (Reconnexion corporelle aux rythmes de la nature en lien avec la médecine chinoise)

Tarifs

- 50 euros par heure d'intervention

Conditions d'accueil

- Salle type gymnase ou salle nue d'environ 100 m²
- Tenue souple pour les participants

Contact

Lætitia BÔNE
6 rue des Seigneurs
51160 Fontaine sur AY
06.23.04.19.80
dancesdevie@gmail.com