

## Initiation à la danse

*L'activité a pour but de s'essayer à la danse traditionnelle en portant une attention particulière à la musique et au rythme. Les élèves apprennent une ou plusieurs danses occitanes et travaillent la synchronisation, la posture ainsi que les dimensions collective et individuelle.*

- ☞ **public concerné** : cycle 1, cycle 2, cycle 3, collège, lycée
- ☞ **durée** : 45 min à 1h (une ou plusieurs séances)
- ☞ **nombre d'enfants** : 30 maximum



### ☞ **objectifs** :

- Découvrir la danse traditionnelle de manière ludique et créative et se familiariser avec une pratique vivante de la culture occitane.
- Développer les capacités de synchronisation, de maîtrise du corps dans l'espace, de manière collective autant qu'individuelle.
- Acquérir un langage corporel (code, pas, figures,...) représentant un vocabulaire commun et développer la mémoire motrice.

### ☞ **déroulement** :

Après un échauffement, les élèves se mettent en situation de danse et reproduisent les pas expliqués par l'intervenant(e). Puis les élèves dansent ensemble en musique et travaillent la coordination. Ils apprennent lors de cette séance d'initiation différentes danses, en fonction des âges et de la difficulté des danses abordées.

En conclusion d'un projet, un moment de restitution peut être envisagé (petit spectacle, restitution dans le cadre d'une fête organisée par l'école, l'accueil de loisirs,...).