

Danse



Danses en cercle de tous pays : Les musiques du monde, bien structurées (par leur refrain et leurs couplets), aux rythmes variés rassemblent dans la joie. La dynamique du cercle accueille, soutien, sécurise la personne handicapée à l'équilibre parfois chancelant.

Chants dansés : Chanter et danser simultanément mobilise l'être tout entier. Mais il est difficile pour certains de réaliser deux actions en même temps.

Danses assises : La personne assise peut également danser ! les mouvements mémorisés correspondent au refrain ou couplet de la musique. Le corps se souvient étonnamment bien de la suite des mouvements.

Danses improvisées : Assis ou debout, Le mouvement s'épanouit, jaillit de l'intérieur de la personne au son d'une percussion improvisée par d'autres (la relation est interactive, percussionnistes – danseurs) ou au son de la musique.

Danser stimule la bonne humeur, le sens de l'orientation, la rencontre non verbale, la souplesse, la mémoire, la créativité, la coordination, l'équilibre, la réaction, l'écoute, la conscience corporelle, la concentration l'initiative, l'expression.