

MJC ROGUET



EVEIL CORPOREL

PUBLIC Enfants 3-7 ans

JOUR & HORAIRE Le jeudi 17h-17h45 ou 17h45-18h30

TARIF 220 € / an

LIEU DE PRATIQUE Espace Roguet

L'ATELIER

L'expression corporelle dans sa pratique régulière est pour les plus jeunes enfants (3- 4 ans) une façon de se relier à leur corps, d'apprendre à bouger en affinant l'écoute musicale, de se relaxer, de se mettre en confiance par rapport à soi et au groupe et de travailler l'approche du mouvement dansé.

Pour les plus grands (5-7 ans), elle permet de mieux canaliser leur énergie, de s'affirmer dans leur identité, de développer leur créativité et de travailler sur l'expression dansée.

La démarche pédagogique de l'atelier est basée sur la conscience corporelle (anatomie du mouvement). Elle permet de développer la coordination, le sens rythmique en mouvement, la mémoire, la concentration, la détente corporelle (travail sur le souffle) et les capacités d'imagination et d'expression artistique.

Au programme, des jeux sensoriels et des exercices rythmés par les danses du monde, pratiqués avec le support d'accessoires : foulards, ballons, rubans, cerceaux, anneaux de danse, objets sonores. Le travail se fait dans un environnement ludique par le conte (voyage corporel autour des cinq continents). L'atelier met l'accent sur le mouvement, l'écoute et le rythme par le jeu dansé aux sons des musiques du monde.

L'INTERVENANTE

Cela fait plus maintenant de 15 ans que Sarah Jean travaille auprès d'enfants dans différentes structures publiques et privées. Elle s'est formée en expression corporelle et à la pédagogie DALCROZE (basée sur la musicalité du mouvement) auprès de professionnels et de nombreux établissements de la région Midi-Pyrénées (notamment à l'ISDAT à Toulouse).

Sa fonction d'enseignante et formatrice l'a amenée à réfléchir sur le domaine de la créativité et mettre en évidence le lien avec le corps. C'est dans ce sens qu'elle a créé le projet EXPLORE, basé sur la relaxation en mouvement créatif pour le public Enfants, et la méthode CREATIVE MOVEMENT, qui vise à libérer son potentiel créatif par l'expression corporelle pour le public Adultes.

Plus d'infos sur www.creativemovement.fr

Contact : sarah.jean031@gmail.com

