ALPES
Axe 5 : PARCOURS PATIENT ET PRISE EN CHARGE

Danse assise - Initiation

Contexte

Très prisée dans l’animation, la danse permet de partager la bonne humeur et la convivialité comme au bal d’antan. En position assise, adaptée à la mobilité réduite, la personne peut profiter des bienfaits de la danse même s’il est difficile pour elle de rester debout, danser debout et assise, les deux sont possibles ! La séance de danse assise sollicite la personne âgée dans sa globalité par des jeux rythmiques, des chants, la manipulation d’objets et des chorégraphies simples sur des musiques entraînantes. Cette formation propose d'acquérir les compétences pour concevoir, mettre en place et animer un atelier de danse assise au sein d’une institution dans le cadre de l’animation socio-culturelle.

Objectifs

 Identifier le sens de la danse assise dans le prendre soin auprès de personnes âgées

 Découvrir la danse assise et expérimenter les différentes séquences d’une séance de danse assise

 Être capable de proposer un projet centré sur les besoins de la personne dans une perspective pluridisciplinaire

 Animer un atelier de danse assise et proposer des danses adaptées aux participants

Programme

JOUR 1 :

 Evaluer les acquis & les besoins Découvrir la danse assise Expérimenter les différentes séquences d’une séance de danse assise Proposer un projet centré sur les besoins de la personne Expérimenter et apprendre une séance adaptée aux besoins spécifiques des personnes accueillies

JOUR 2 :

 Identifier le sens de la danse assise dans le prendre soin et les soins auprès des personnes âgées Se servir d’objets pour faciliter le mouvement et solliciter l’imaginaire : la valse Développer des danses assises à partir du patrimoine de chants ou musiques appréciées par les personnes âgées et s’entrainer à animer une séance

JOUR 3 :

 Se servir d’objets pour faciliter le mouvement et solliciter l’imaginaire + intégrer les personnes en fauteuils roulants : développer sa créativité pour intégrer chaque personne accueillie Mémoriser les chorégraphies apprises S’inscrire dans une démarche de projet et insérer sa pratique dans une perspective pluridisciplinaire et institutionnelle

Public
Toute personne travaillant dans l'animation auprès des personnes âgées

Exercice
2025

Nature
AFR

Organisé par
INFIPP

Durée
21 heures

Typologie
Formation continue ou Développement des connaissances et des compétences