

## Danser pour mieux vivre et apprendre

Colette Tremblay

---

Number 56, December 1984

URI: <https://id.erudit.org/iderudit/47230ac>

[See table of contents](#)

---

### Publisher(s)

Les Publications Québec français

### ISSN

0316-2052 (print)

1923-5119 (digital)

[Explore this journal](#)

---

### Cite this article

Tremblay, C. (1984). Danser pour mieux vivre et apprendre. *Québec français*, (56), 52–53.

D A N S E R



pour mieux vivre

Actuellement dans les écoles primaires et secondaires du Québec, c'est la ruée vers l'ordinateur ! Reste-t-il encore une place de choix pour les matières qui ne sont pas en rapport direct avec la technologie moderne, comme la danse ? Pour avoir accès à des cours de danse à l'école, deux voies s'offrent à l'élève : des cours en art (musique, arts plastiques, théâtre, danse) ou des cours d'éducation physique où la danse, sans avoir de traitement privilégié, est intégrée aux thèmes du programme. Depuis 1981, des efforts énormes ont été réalisés puisque le ministère de l'Éducation du Québec a mis sur pied un programme en danse. Cependant, les commissions scolaires choisissant à leur discrétion trois des quatre disciplines artistiques à insérer au programme pour deux heures par semaine, il n'est pas dit que la danse soit souvent retenue. Les arts plastiques et la musique conservent la cote de

## et apprendre

popularité. Quand l'étudiant atteint le niveau secondaire, les possibilités sont encore plus minces. En secondaire I et II, l'élève se voit contraint de suivre quatre crédits obligatoires en art dans une discipline choisie par sa commission scolaire. Très rares sont les écoles qui osent privilégier la danse. Puis en secondaire III, IV et V, les quatre crédits en art devenant optionnels, les adolescents vont les délaissier au profit d'autres disciplines qui remplissent les conditions d'admissibilité au collège. Déjà la course au métier, pour sa place au soleil dans la société, commence ! On peut supposer qu'il reste toujours pour les intéressés les activités para-scolaires ou les écoles de danse privées.

### Plus qu'un art d'expression

La danse ne revêt plus le caractère sacré dont elle jouissait chez les Anciens. Elle reste toutefois présente sous des formes multiples : danse sociale, folklorique ou actuelle, individuelle (discothèque), de couple ou de groupe ; danse d'expression, de rue (break dancing) ou de scène (classique, moderne ou danse-théâtre). Pour définir la danse, tenons-nous en à son sens le plus strict, qu'il s'agisse de la technique classique ou moderne.

La danse est un art mais aussi une discipline physique exigeante qui rejoint le domaine de l'athlétisme. La performance du danseur égale celle de l'athlète, le danseur investit son geste d'âme et d'émotion tandis que l'athlète est animé par l'esprit glorieux du vainqueur. Discipline qui allie art et athlétisme avec brio, la danse est aussi un art des plus complet.

Art du mouvement, il cumule à lui seul plusieurs formes d'expression artistiques : la chorégraphie, la musique et le théâtre, tout en exploitant les jeux scéniques qui y sont reliés.

À travers le mouvement, matériau de base en danse, l'exploration se porte sur quatre composantes principales définies par le théoricien Rudolf Van Laban : le corps, le temps, l'espace et l'énergie. Les possibilités d'expression, déjà riches à l'intérieur de chacune des composantes, se révèlent illimitées quand celles-ci sont combinées.

### Le rôle formateur de la danse

Le jeune qui se soumet à la discipline de la danse va pouvoir exercer une activité physique non compétitive (non violente), vivre son corps et danser sa vie. Au primaire, dans le contexte très joyeux de la danse créative, l'enfant découvre et explore son univers gestuel, s'initie à la notion de rythme et prend conscience de son identité propre au sein du groupe. Ou encore, durant les cours d'éducation physique, le professeur, en abordant le thème de l'expression, le mettra en contact avec l'univers de la danse. L'optique actuelle est moins de former des athlètes que de permettre le développement de la personne et d'explorer la gestuelle de son environnement intérieur par la mobilité et la prise de conscience de son corps. Le programme d'éducation physique finit là où le programme en danse commence. La danse créative, qui est l'approche corporelle idéale pour l'enfant en bas âge, a été développée par des professionnels de l'activité physique.

Bien que chaque forme de danse fournisse un apport particulier à l'individu qui s'y initie, la danse classique va toujours rester la base. L'étudiant en danse apprend une technique exigeant un effort musculaire et cardio-vasculaire qui, en retour, développe sa musculature, sa souplesse et son endurance physique. Les mouvements qu'il aura à reproduire ne doivent pas devenir automatiques ; il aura toujours à se concentrer sur ce qu'il accomplit même lorsqu'il maîtrisera à la perfection le vocabulaire technique de la danse. La danse classique favorise une conscience corporelle à deux niveaux : celle du bon maintien (par conséquent, d'une bonne circulation de l'éner-

gie vitale) et celle de la relation du corps avec l'espace, le temps et l'énergie.

Les classes de ballet se déroulant au son de la musique, l'élève doit être présent au rythme. Non seulement la danse constitue une initiation à l'expérience esthétique mais elle occasionne également un contact unique avec l'univers musical. Qu'il s'agisse d'une figure à bien camper ou d'un enchaînement à reproduire, l'enfant doit faire appel à ses facultés d'observation, de mémorisation

d'émotions. Bien sûr, il pourra mettre à profit dans d'autres matières scolaires son sens de l'observation, sa concentration et sa mémoire améliorés par l'apprentissage et la pratique de la danse.

Platon et Socrate concevaient la danse comme une éducation complète. Mieux, les Grecs l'ont intégrée dans leur système éducatif car c'est aussi pour eux un entraînement à la réflexion esthétique et philosophique. Tout le renouveau venu de Californie, dont on sent les influences



puis de concentration afin de répéter le modèle sur un rythme donné avec grâce et justesse. Ses sens de l'orientation et de l'équilibre sont mis à contribution dans les divers exercices à exécuter. Il apprend à bien placer son corps, à trouver son centre d'équilibre et à ajuster ses mécanismes de coordination.

En possédant une base en danse classique, le jeune peut donc affiner ses sens, raffiner la perception qu'il a de son propre corps et en faire un meilleur usage. Sa réceptivité s'est accrue tout comme le contrôle qu'il peut exercer sur son corps. Il a appris à exprimer de façon non verbale toute une gamme

depuis plusieurs années, et les nouvelles politiques conjointes du ministère de l'Éducation et des Affaires culturelles pour « susciter chez plus d'enfants en milieu scolaire la motivation, l'intérêt et l'amour de la danse », seront-ils suffisants pour opérer un changement significatif ? Les compagnies de danse peuvent contribuer à leur façon à l'initiation des jeunes à la danse en donnant des représentations dans les écoles. Avant que la danse ne soit enseignée systématiquement dans les écoles de façon constructive, il y a autant de tabous à faire voler en éclats que de mentalités à changer.

Colette TREMBLAY