

Stages - Formation professionnelle 2026

La respiration et les appuis du rythme

Les ateliers du cami salié

*Il faut que vous écoutiez ce que vous êtes en train de faire pendant
que vous suivez le courant de l'acte.*

*Le courant est une certaine nature de la vie et du mouvement
et il faut se mouvoir avec ce courant.*

*Ce n'est pas un couloir, c'est un courant et comme tout ruisseau,
toute rivière, ce courant dévie selon la nature du terrain qu'il traverse.*

Jérôme Andrews

« La danse profonde, de la carcasse à l'extase »

Contact

21 rue des palombes 64 000 PAU

07 82 59 35 05 ateliersducamisalie@orange.fr

N°Siret 429 887 953 000 25 - 9001Z - N° de formation 726 40 18 68 64

Organisme de formation exonéré de TVA Art.261.4-4 du CGI

Site : www.ateliers-du-camisalie.fr



La respiration et les appuis du rythme, nous avons marché sur la terre et écrit dans les nuages !

PUBLIC ET PRÉ-REQUIS

Psychomotriciens, musiciens, danseurs, professionnels du mouvement, enseignants, orthophonistes, personnes impliquées dans le mouvement... Aucun niveau préalable n'est requis hormis la qualification professionnelle de base.

PRÉSENTATION

« Le rythme est l'élément vital de la musique, aussi indéfinissable que la vie elle-même. On doit le considérer comme une force en mouvement, une force qui propulse l'action, une force qui est elle-même en mouvement. »

Maurice Martenot

Le rythme est ce par quoi nous nous relions au flux de la vie. Écrire, lire, chanter, parler, marcher, courir, danser, sauter, rebondir...sont nourris de musicalité, exprimant notre singularité, de la signature de nos gestes à l'allure de notre démarche.

A tous les âges de la vie, le rythme est un appui. Il favorise en même temps les ancrages dans le sol et la confiance en soi, la liberté du geste comme la stabilité de l'équilibre. La musique pratiquée à plusieurs est source d'émotions et de plaisir. L'expérimenter par le flux du mouvement permettra à chacun de développer son propre sens du rythme. Ainsi, chaque participant pourra prendre appui sur les expériences traversées pour inventer des prolongements dans son contexte professionnel.

OBJECTIFS DE LA FORMATION

1. OBJECTIFS PROFESSIONNELS

- Découvrir la dimension organique du rythme dans les fonctions biologiques de base (respiration, circulation cardiaque, marche...)
- Expérimenter le rythme par une mise en mouvement dans l'espace
- Favoriser la capacité d'attention au profit d'un apprentissage
- Prendre conscience de l'influence du rythme dans les apprentissages de base (se mouvoir, se déplacer, écrire, marcher...)
- Prendre appui sur la dimension artistique de la musique dans l'échange pédagogique et/ou clinique

2. OBJECTIFS OPÉRATIONNELS

- Éveiller une présence sensible à soi-même, à l'autre et l'espace par l'écoute et l'attention
- Identifier les moyens favorisant l'intégration du rythme dans un apprentissage
- Ajuster sa tonicité pour nuancer le geste et les appuis de la marche
- Accorder le souffle, le geste et le son
- Entendre les structures du rythme
- Repérer des formes musicales simples (les carrures, les formes couplet-refrain...)
- Vivre les qualités du temps, binaire ternaire - division du temps ...
- Entrer dans la composition d'une partition collective

Dates

6 au 9 juillet 2026
en présentiel

Horaires

En présentiel
9h-17h30
le dernier jour
9h-16h30

Durée

28h

Coût pédagogique hors hébergement

Tarif formation 700 €

Tarif FIFPL 616 €

Tarif individuel 364 €

Tarif réduit 290 €

Adhésion ACS 2 €

Formatrices

Emilie Decla

Artiste musicienne
Formatrice

Geneviève Ponton

Psychomotricienne
Formatrice

Lieu de formation

21 rue des palombes
64000 Pau

CONTENU DE LA FORMATION

Atelier corporel

L'attention et la vigilance

Conscience du mouvement respiratoire et régulation tonique

Hiérarchie du poids dans le lien centre-périphérie

La marche et l'équilibre, rôle du centre dans la disponibilité des appuis

Du mouvement anatomique au geste expressif

Ateliers musicaux

Explorer la pulsation, le temps, le tempo par la marche

Ressentir les qualités du temps : le binaire, le ternaire, la division du temps

Repérer des notions de phrasé musical, de carrure, en lien avec des musiques d'époques, de cultures et de dynamiques diverses

Découvrir la diversité et la richesse des sons que nous donne la résonance de l'espace intérieur, la densité des tissus, les vibrations de l'ossature du squelette

Explorer la voix en prenant appui sur la richesse des comptines - ancrage primitif du langage dans toutes les cultures et à tous les âges de la vie

Expérimenter la poly-rythmie par le canon

Vivre la sensation de l'harmonie (plusieurs voix ou parties qui se superposent)

Apports théoriques

- Vidéo du lien équilibre, marche et rythme dans la prévention des chutes
- Vidéo de la pédagogie Dalcroze
- Les bases neuro-biologiques de l'attention et de la vigilance

Échanges pédagogiques et cliniques en visio à J+6 mois

Un temps sera donné à une concertation clinique et pédagogique à partir de l'exposé des participants en petits groupes de 3 ou 4 stagiaires.

Synthèse finale de la formation

Évaluation à chaud individuelle et collective.

MODALITÉS ET DÉROULEMENT PÉDAGOGIQUE DE LA FORMATION

En présentiel

Le suivi de l'exécution de l'action de formation est réalisé au moyen de feuilles d'émargement, co-signées par les bénéficiaires et les intervenants

Prévoir une tenue confortable et chaude pour la pratique corporelle un cahier pour prise de notes

MOYENS TECHNIQUES ET PÉDAGOGIQUES

• Méthodes pédagogiques

- Questionnaire de positionnement en amont de la formation
- Ateliers corporels et musicaux Prévoir une tenue confortable pour la pratique corporelle
- Apport théorique par le biais de power point et observation de supports vidéo
- Échanges cliniques et réflexion sur les représentations à partir de son cadre professionnel, échanges en petits groupes
- Évaluations formative tout au long de l'action de formation (cas pratiques, exercices pratiques)

MODALITÉS DE SANCTION ET D'ÉVALUATION À L'ISSUE DE LA FORMATION

Attestation de présence et certificat de réalisation

MODALITÉS D'ACCÈS À LA FORMATION

Inscription par l'envoi de la fiche individuelle 15 jours au plus tard avant le début de la formation.

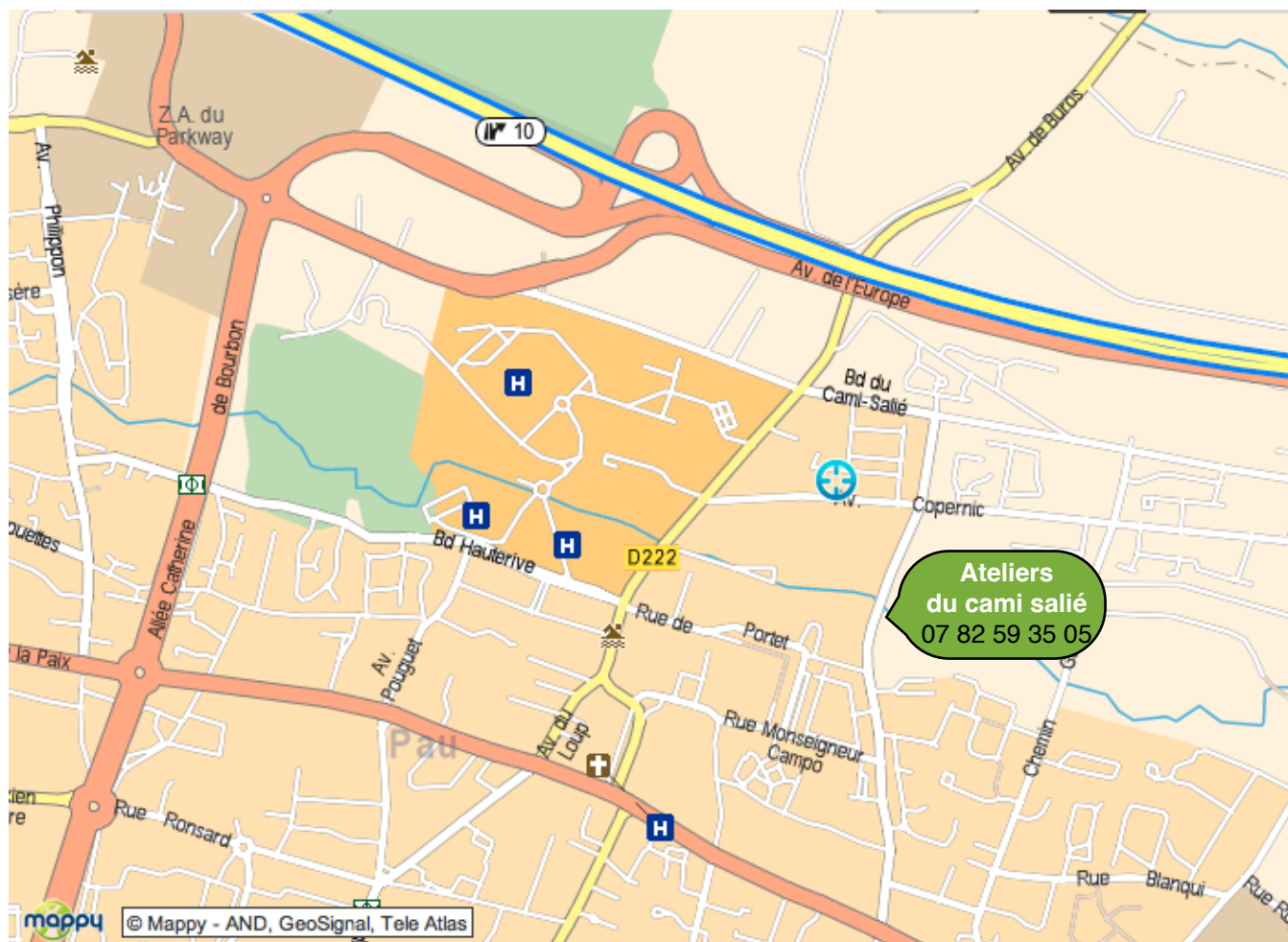
Engagement pour la totalité de la durée de la formation soit 28 heures du 6 au 9 juillet 2026

CONDITIONS MATÉRIELLES

Le repas de midi sera pris sur place, chacun apportant un plat salé ou sucré.

Le **stationnement se fait sur le parking devant le lieu de formation et ds le quartier**, le lieu de formation se trouve dans une impasse.

Possibilité d'hébergement chez l'habitant, moyennant une petite participation pour les frais



Ateliers du Cami Salié
21 rue des Palombes

64000 PAU 07 82 59 35 05

<http://www.ateliers-du-camisalie.fr>

