

Mes dames Messieurs bonjour,

Je suis Pascale Andreae professeur de rythmique Jaques Dalcroze.

Je vais commencer en vous lisant un témoignage d'une danseuse professionnelle
Noémie Lapzeson

« Pour moi qui l'ait pratiquée dès l'âge de 4 ans, la rythmique a été essentielle car je crois qu'à travers elle on peut arriver à découvrir son propre rythme et sa propre musique interne, écouter celle-ci et la développer dans le silence. Je me rends compte que lorsque le langage de la danse se complique, l'élève qui bénéficie de la technique Dalcroze comprend et ressent plus rapidement l'essence de la musicalité intérieure. Le rythme lui vient spontanément. »

Le rythme lui vient spontanément.

Je le constate agréablement avec les enfants de 9 ans qui suivent la rythmique dans le cadre de l'association depuis 2014 ou 2015. 4 ou 5 ans de rythmique leur donnent une certaine aisance en improvisation musicale et corporelle. Au travers de cette discipline les enfants apprécient de pouvoir créer petit à petit leur propre univers. Par le chant, les percussions les jeux spontanés avec le matériel mis à disposition et les chorégraphies.

Dans les cours de rythmique, le cours parents-enfants ou le cours des 3 à 6 ans nous avons exploré

- les danses des doigts pour la souplesse des mains et la conscience des articulations.
 - Les tempis c'est à dire pouvoir marcher et frapper dans les mains ou avec un tambourin ou des claves la même vitesse régulière.
 - La dissociation entre les pieds et les mains avec des rythmes différents
 - l'apprentissage de chansons pour les rythmes, l'écoute musicale, la structure d'une musique, le chant, l'expression corporelle
 - des jeux seul ou à deux ou en groupe, avec du matériel comme les cerceaux, les ballons les foulards et bien d'autres supports.
 - Des moments libres pour mieux se connaître et vivre en groupe la musique proposée.
-

Tout cela, vous l'aurez compris, demande des temps de préparation conséquent, une recherche régulière pour de nouvelles musiques, une réflexion approfondie du pourquoi et du comment des activités proposées.

J'aime mon métier et je remercie de tout coeur l'association famille de Prilly de m'avoir donné l'occasion d'enseigner la rythmique dans un cadre aussi privilégié.

