

« La danse est un langage qui sommeille en l'être humain.
La danse est le langage du corps en mouvement.
La danse est l'expression d'un sens aigu de la vie.
La danse est une vague ou un déferlement rythmique unique en son genre. »
Mary Wigman 1933

NOUVELLE MUSIQUE DE GYMNASTIQUE P+E

Les enfants d'âge préscolaire ont un grand besoin de bouger. Ils ne considèrent pas la danse comme une forme esthétique mais comme un mouvement. Les parents constatent qu'à partir d'un an leurs enfants dansent spontanément, librement, en improvisant. Les mouvements du corps sont simples et originaux. Les enfants sautillent, tapent du pied, tournoient ou font tourner leurs bras dans les airs, des mouvements qu'ils connaissent déjà dans la vie quotidienne.

La musique de gymnastique P+E est destinée à motiver les enfants à bouger. Elle a été composée et réalisée par Fabian Künzli spécialement selon les souhaits du DS. La base en est constituée par divers animaux qui façonnent le type de musique grâce à leurs traits de caractère. La structure musicale des différentes pièces musicales a été représentée graphiquement. En outre, diverses idées de mouvements ont été développées, qui peuvent être mises en œuvre avec les enfants et les accompagnateurs dans le cadre de la gymnastique P+E.

Ces idées sont des suggestions pour rendre le travail avec les enfants polyvalent et vivant. C'est le travail de la monitrice de gymnastique P+E de développer les exemples listés ici, formulés en mots clés, avec ses propres expériences et idées. Toutes les possibilités de déplacement du corps peuvent être essayées. Dans la phase initiale, il n'est pas important de savoir quelle jambe ou quel bras est utilisé pour se déplacer, l'accent étant mis sur le fait de bouger librement et de se consacrer pleinement à la danse.

Nous vous souhaitons beaucoup de plaisir à bouger aux sons de la nouvelle musique de gymnastique P+E.

Domaine spécialisé de gymnastique P+E 2021