

Danse assise en EHPAD: concevoir et animer des séances adaptées

ORGANISATION

Présentiel

MOYENS

Salle équipée et pouvant accueillir le nombre de participants

Remise à chaque participant d'une documentation de soutien pédagogique

DUREE

2 jour(s)

PUBLIC

Animateurs, et tout personnel concerné

PRE-REQUIS

Aucun

Une attestation de formation sera envoyée.

FORMATEUR

CONTEXTE

La danse assise constitue une activité accessible aux personnes âgées dont les capacités motrices, l'équilibre ou l'endurance ne permettent plus nécessairement de participer à une activité dansée classique.

Au-delà du mouvement, elle peut favoriser la mobilisation corporelle, la stimulation cognitive et sensorielle, l'expression des émotions, le plaisir et les interactions sociales. Intégrée au projet d'animation et au projet personnalisé du résident, elle offre aux professionnels un outil complémentaire pour maintenir les capacités, valoriser la personne et créer des temps collectifs adaptés.

Cette formation permet aux animateurs et soignants de concevoir, conduire et adapter des séances de danse assise, en tenant compte des capacités, des besoins et des réactions des résidents.

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

OBJECTIFS GENERAUX

- Acquérir les techniques et la posture nécessaires pour concevoir et animer en autonomie un atelier de danse assise adapté aux résidents d'un EHPAD.

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- Comprendre les intérêts de la danse assise pour la personne âgée,
- Identifier les capacités et limites des résidents,
- Sélectionner des exercices et supports adaptés,
- Construire une séance structurée et sécurisée,
- Adopter une posture favorisant participation et plaisir
- Adapter l'atelier aux réactions et capacités du groupe.

DESCRIPTION / CONTENU

INTRODUCTION

- Présentation du formateur, du programme et des objectifs
- Tour de table : questions, attentes, difficultés
- Evaluation préformation

CONTENU

COMPRENDRE LES APPORTS DE LA DANSE ASSISE

- Représentations autour du corps, de l'âge et du mouvement
- Schéma corporel, image du corps et vieillissement
- Apports moteurs, sensoriels, cognitifs, relationnels et émotionnels
- Place de l'activité dans l'accompagnement global du résident

CONSTRUIRE UNE SEANCE DE DANSE ASSISE

- Définir les objectifs de l'atelier
- Choisir les exercices et les supports musicaux
- Structurer la séance : accueil, mise en mouvement, progression, retour au calme
- Organiser l'espace et garantir un cadre sécurisant
- Construire un synopsis permettant de reproduire et faire évoluer la séance

ANIMER ET ADAPTER L'ATELIER

- Posture et communication de l'animateur



- Donner envie de participer sans mettre en difficulté
- Observer les réactions et capacités des résidents
- Adapter les mouvements, le rythme et la durée
- Gérer fatigue, refus, difficultés motrices ou cognitives
- Favoriser l'expression, le plaisir et les interactions au sein du groupe

METTRE EN PRATIQUE

- Construction d'une séance par les participants
- Mise en situation d'animation
- Analyse collective des pratiques
- Ajustement des exercices et de la posture professionnelle

INSCRIRE LA DANSE ASSISE DANS LE PROJET DE L'EHPAD

- Articulation avec le projet personnalisé du résident
- Coopération entre animateurs et soignants
- Repérage des bénéfices et observations à transmettre
- Arguments pour proposer et pérenniser un atelier de danse assise dans l'établissement

Cette formation est animée par une cadre de santé formatrice, professeur de danse

BILAN DE LA FORMATION

- Tour de table : retour des stagiaires au regard des objectifs présentés
- Evaluation post-formation

METHODE PEDAGOGIQUE

- Apports de connaissances théoriques et réglementaires
- Ateliers de pratique réflexive

La démarche requiert une implication active des participants.

L'exploitation du vécu suivi d'analyses sera préconisée.

MODALITES D'EVALUATION

L'évaluation de la formation au regard des objectifs visés se fera à plusieurs niveaux :

En début de formation :

- Positionnement initial durant le tour de table et l'évaluation réalisée pré-formation

En fin de formation :

- Évaluation de la satisfaction et des réactions des apprenants : au travers des tours de table et des questionnaires de satisfaction
- Évaluation des acquis : au travers de l'évaluation réalisée post-formation et des mises en situation

Après la formation :

- Suivi à froid (questionnaire dans l'extranet, 3 mois après la formation) pour mesurer le transfert des acquis en situation professionnelle et l'impact sur les pratiques.