

# CND BALANCER TOURNER CHUTER

Socle pédagogique pour l'enfance,  
ou le merveilleux plaisir du voyage

Julie Meyer Heine

Aide à la recherche et au patrimoine  
en danse 2018 – synthèse déc. 2019

# Résumé du projet

« Balancer tourner chuter, socle pédagogique pour l'enfance, ou le merveilleux plaisir du voyage », par Julie Meyer Heine [pédagogie]

C'est en partant des mouvements primaires d'une part, et d'autre part, en observant la nature des jeux auxquels les enfants s'amuse, qu'est née la structure de ce socle pédagogique.

Inventer un chemin à l'événement de l'apprentissage et de la transmission

Dans les plus infimes mouvements qui existent et accompagnent l'enfant au début de l'existence, sont présents : oscillations, rotations, glissements.

Ces mouvements dits primaires sont les premiers à accompagner le bébé.

In utero, ces micro-mouvements – glissements, va-et-vient – existent dans la boîte crânienne.

Le tout baigne dans un liquide appelé liquide céphalo-rachidien qui circule du crâne au sacrum. C'est au travers de ce liquide que l'énergie, les informations, la communication peuvent circuler, se faire du crâne au sacrum. Ce sont ces mouvements que l'ostéopathe sent. Le mouvement qu'effectue ce liquide est appelé mouvement respiratoire primaire. [Ces mouvements ne sont pas reconnus par tous.]

On parle aussi de mouvements primaires pour les battements du cœur et la respiration. (Rappel : on nomme la respiration primaire, le mouvement effectué par le liquide céphalo-rachidien ; sur ce mouvement respiratoire primaire viendra la respiration pulmonaire, puis la respiration du mouvement dansé. La respiration viendrait en filigrane de toutes formes de mouvements).

Tous ces mouvements primaires sont autonomes, involontaires, existant dès les premiers mois de vie in utero.

Dans un deuxième temps, on observe durant la première année de la vie de l'enfant, des schèmes de mouvement qui se mettent en place : tourner, ramper, lateral crossing... Un schème est « l'organisation des actions telles qu'elles se transfèrent, se généralisent lors de la répétition de cette action en des circonstances semblables ou analogues (Fondation Piaget) ». Dans les écrits de Piaget, c'est le « squelette » d'une action. Un schème permet

la réalisation d'une action (le schème de la succion, de la préhension). Le « tourner et retourner » de l'enfant est un schème présent dès les premiers mois de la vie, sollicitant les appuis, le balancé, l'élan, le regard, nécessaire au bébé pour passer du dos au ventre, et inversement. Au travers du tourner, on retrouve certains fondamentaux de la danse.

Par ailleurs en observant le développement de l'enfant vers deux ans, trois grands groupes de jeux spontanés sont répertoriés :

- les balancements ;
- les chutes ;
- les girations.

« Ces actions sont gratuites, produites pour elles-mêmes, pour les sensations et les impressions contradictoires qu'elles procurent. Elles font osciller les enfants entre : la peur, la détente et l'apaisement. Le plaisir, le déplaisir, le malaise...<sup>1</sup> ». Des chercheurs du Centre de recherche de l'éducation spécialisée et de l'adaptation scolaire (CRESAS) insistent sur ces trois grands groupes qui laissent aux enfants, au travers du jeu, la découverte des sensations proprioceptives (en lien avec la locomotion/en opposition aux sensations extéroceptives, reliées aux cinq sens), la possibilité d'éprouver leur corps, leur rythme, leur temps : une manière de se construire. L'enfant acquiert alors « une plus grande disponibilité motrice et développe ses capacités d'adaptation. Le sentiment de compétence et de confiance en soi s'élabore dans ces situations où il y a prise de risque et va contribuer à l'évolution positive de l'enfant<sup>2</sup>».

Les micro-mouvements autonomes dès les premiers mois de la vie utérine (va-et-vient, glissements), les schèmes de la première année du développement de l'enfant (tourner-retourner) et les trois grands groupes de mouvements (balancements, chutes et girations, mouvements d'actions qui stimulent la proprioception, l'agilité motrice tout comme les stimulations extéroceptives), sont les mouvements sur lequel le socle pédagogique va développer sa matière.

L'hypothèse est la suivante : le développement des schèmes qui permettent la construction de l'enfant est le socle sur lequel il va s'appuyer pour danser, tourner, s'élaner dans l'espace, gérer le temps, apprivoiser la densité d'un mouvement et la gravité ; toutes les nuances qui colorent le geste. Ces schèmes qui se pensaient comme des organisations réflexes et automatiques selon Piaget, apparaissent en fait comme des chemins pouvant être agrandis, poreux aux informations et, de fait, modulables. Peut-on imaginer qu'une répétition une re-visitation d'un mouvement pourrait influencer de nouveaux circuits et déployer les densités ? L'échantillonnage

1 – A. Gilbert-Collet, A. Dimanche, M. Kherroubi, J.-C. Olivier, *Avoir deux ans à la maternelle*, Nathan, 1990.

2 – *Ibid.*

et le temps ne permettent pas de le démontrer scientifiquement ; cependant l'épigénétique « explore la façon dont un être est le produit d'une histoire et de perturbations qui vont additionner une expression très particulière et unique de son génome » (Delphine Horvilleur).

Cela conforte la proposition qu'en répétant, l'enfant organise, intègre, assimile et adapte de nouveaux circuits, modulables et poreux, propices à toute une palette de nuances qui influera sur sa manière de bouger et, plus tard, son langage chorégraphique.

Le socle déploie le balancer-tourner-chuter en présence dans les mouvements primaires et dans la prime enfance, et c'est la combinaison des trois éléments réunis qui donne un rythme, une boucle et un phrasé. Il nous suffit de nous rapprocher de la littérature enfantine pour comprendre l'importance et l'impact du refrain dans les histoires et les chansons. En effet, livres et chansons intègrent des jeux de boucles et de répétitions. Un thème est donné avec une chute en fin, qui permet à la boucle d'exister et au refrain de redémarrer. (« Bateau sur l'eau », « Dix au lit », « La petite poule rousse », pour n'en citer que trois).

Le mouvement dansé opère sur le même canevas ; balancer, tourner et chuter ont chacun des dynamiques ; la combinaison des trois donne un relief à la danse dans un cycle à chaque fois renouvelé.

La chute s'apparente à un point ; elle permet au mouvement dansé de se clore. Elle termine et relance la partie. La combinaison du balancer-tourner-chuter opère de la même manière qu'une ritournelle ou un refrain.

Ce socle offre une multiplicité de propositions d'un point de vue proprioceptif et extéroceptif. C'est l'action, le faire qui se tisse avec le sensitif au travers de ces trois mouvements.

Ces actions portent en elles également un processus de maturité où l'enfant s'engage.

Traverser ces mouvements, c'est accueillir l'enfant dans une posture à grandir : une manière d'être, fort et flexible.

L'impact mis sur le rôle du jeu et du plaisir ainsi que la prise en compte du rythme présent dans le balancer-tourner-chuter sont des axes forts sur lesquels s'appuyer.

Au travers du prisme de balancer-tourner-chuter

Le balancement. Que dit la posture ? Hésiter, choisir, se laisser porter ou être porté.

Le balancement intervient dès les premiers mois de la vie ; l'enfant est balancé pour trouver le sommeil, le calme, la détente, le sentiment de confiance que cela procure.

Plus tard, l'enfant se balance seul de manière instinctive. Il n'est pas rare d'appliquer cette pratique pour se concentrer, apprendre ou mémoriser quelque chose. Le balancement joue à la fois sur le relâchement du corps et sur l'attention.

Le balancement est présent dans les religions juive, musulmane et hindouiste, les textes se lisent en se balançant, il offre une manière de favoriser la concentration et le calme. Une oscillation pour un état d'équilibre.

– L'action de balancer, c'est engager le poids du corps et les notions de lourd et de léger, de vide et de plein.

Le balancer inclut : le transfert des appuis, le travail du plié, la suspension, l'élan, la dynamique, le rapport au sol, l'équilibre, la conscience de la verticalité.

Un balancé n'est pas habité de la même manière s'il est binaire ou ternaire.

Un balancé par transfert de poids, les pieds comme récepteurs.

Un balancé par le bassin, les hanches.

Un balancé par en dessous, par au-dessus.

– D'un point de vue sensoriel, le balancé est un temps de relâchement, de mise en confiance, une attention à l'autre ; s'approcher d'une conscience corporelle.

C'est aussi reconforter, un mouvement de l'enfance qui rassure et enveloppe.



Max Mertens, *Swings [Balançoires]* (installation), Luxembourg, 2016

Le tourner : que dit la posture ? S'étourdir, maîtriser. Être en contrôle, hors de contrôle.

La notion de rond apparaît dès les premiers mois de la vie. Le fœtus in utero se tient dans une forme arrondie. Dans les moments de transition ou de lâcher prise, quand l'enfant s'endort, il est fréquent de retrouver l'enfant

recroquevillé comme une crevette, en position fœtale. La position des « fesses en l'air », comme une petite boule quand le bébé dort, est fréquente. C'est dans le rond que l'enfant souvent se retrouve une posture en lien avec la confiance.

« Avec l'acquisition de la verticale l'enfant continue à avoir recours au rond : au plaisir de s'étourdir, de tourner sur soi, de tourner autour du poteau, mais aussi de faire la ronde à deux, à plusieurs... De faire du tourniquet dans les jardins publics. Le rond reste présent et se décline dans différents plans spatiaux : faire la roulade en avant, en arrière, dévaler une pente en roulant allongé... » [C. Lefèvre, « Et rond et rond, à petits pas, je grandis »].

À tous les stades du développement, le cercle habite l'espace de l'enfant. Du côté de la danse, le cercle est une mise en forme de l'espace très utilisée dans les danses traditionnelles ; figure qui permet de se relier les uns aux autres, de mettre l'ensemble des danseurs sur un même plan, et de se laisser porter par un même geste, un même rythme. Le tout au profit du un.

– L'action de tourner, c'est engager l'équilibre, la verticalité, le centre de gravité, les appuis, les segmentations, la globalité du corps, la force, le regard, la vitesse, le ralenti, l'espace alentour et l'espace proximal, la force, le repousser.

– D'un point de vue sensoriel, le tourner procure : vertige, perte de repères, le plaisir de « sortir » de soi, de ne plus être dans la maîtrise.

C'est laisser l'enfant (re)traverser des expériences contradictoires :

- la mise en confiance, la notion de l'enveloppe, du contour du contenant ;
- le lien avec autrui et la possibilité de faire un dans le cercle avec tous ;
- le plaisir du vertige, du déséquilibre dans l'équilibre associé à la notion de vitesse.

Soit autant de possibles pour donner à l'enfant le moyen d'acter sa propre plénitude du cercle, en confiance, tout en conservant la jubilation du vertige. Oser le point suspendu entre la maîtrise et non-maîtrise de son propre corps et de sa conscience.



Sonia Delaunay, *Electric Prism*, 1913-1914

La chute : que dit la posture ? L'abandon, la retenue.

C'est l'échelle qui s'associe à la chute : du mot indo-européen skander, qui signifie monter. L'échelle offre l'exercice de la verticalité et de ses limites ; c'est au travers de la verticalité que se fait l'expérience de la chute.

L'échelle se pose inclinée, évoque l'équilibre et les passerelles du ciel et de la terre. C'est une transition entre deux points de la verticale à l'horizontale.

La chute est indissociablement liée à son contraire, l'ascension et la verticale qui s'érige vers le haut.

L'imaginaire lié à cette montée est toujours une force, une dynamique. Toute poussée de la nature des fleurs, des arbres est une montée vers le haut ; cet élan de vie est une énergie montante.

On trouve dans la langue française l'association de ces antagonismes, qui associe le verbe « tomber » à des états qui pourraient s'apparenter à des élévations, ou des moments de grâce :

- tomber amoureux ;
- tomber d'accord ;
- tomber enceinte.

Comme si l'élévation était intrinsèque au fait de tomber.

La chute décline les courbes, variantes possibles qui sont associées, entre la verticalité et l'horizontalité. À ce mouvement, s'associe donc la tension entre deux points : l'ascension vers le ciel et l'enfoncement vers le sol. Deux forces opposées. Au travers de la chute l'enfant expérimente la prise de risque et la tonicité qui l'oppose à la pesanteur.

– L'action de chuter, c'est engager les chemins dans le corps, les initiateurs ou inducteurs de mouvements ; le rapport de tactilité au sol, une conscience de la gravité, déposer son corps en totalité ou en partie ; la suspension, l'élan, les appuis, le relâchement, l'accélération, la décélération. La maîtrise de soi. C'est le Fall and Recovery cher à Doris Humphrey.

D'un point de vue sensoriel, la fin de la chute ouvre un espace de rien, un temps de repos.



Franck Bowling, *A swim to Manatee*,  
1977-1978

Balancer-tourner-chuter combine trois axes :

D'un point de vue proprioceptif,

- les transferts d'appuis-les pliés ;
- l'équilibre et la verticalité ;
- le Fall and Recovery.

D'un point de vue sensoriel,

- le calme, le confort – réconfort et l'attention qui vient du balancer ;
- la sensation de vertige, le plaisir de sortir de soi qui vient au tourner ;
- le temps de repos, du point de la fin qui vient après la chute.

D'un point de vue d'une intériorité,

- le flux ;
- le regard ;
- les chemins dans le corps.

D'un point de vue poétique,

- la mer, mouvement naturel inscrit dans le temps ;
- comment faire le tour de soi et le tour du monde de l'action de tourner ;
- tomber amoureux.

Les combinaisons sont multiples à décliner.

Observer comment les enfants jouent a été primordial.

Se balancer, tourner, chuter se déclinent dans leurs jeux de manière répétée et variées :

- le cheval à bascule ;
- la balançoire ;
- le hamac ;
- le rocking chair ;
- le tourniquet ;
- la toupie ;
- le toboggan.



Rembrandt Park, Amsterdam, 1970, *The Play Ground Project*, JRP/Ringier



La Grande Motte, *The Play Ground Project*, JRP/Ringier, 2016

Les aires de jeux sont remplies de propositions où les enfants tournent, se balancent et chutent.

La balançoire à deux, rythme binaire marqué par les pieds de l'enfant qui reçoit le sol et le repousse avec les jambes qui se s'allongent et se déplient. Il est seul et à deux dans son mouvement et dans l'espace.

#### **Plier-déplier – s'élaner, amortir**

La balançoire seule a un rythme ternaire, l'enfant se propulse dans l'air par l'accent des jambes qui se plient et se déplient ; l'élan déplace le centre de gravité et le corps oscille en avant en arrière. Il se désaxe. Le balancer amorce le cercle.

Le tourniquet donne à l'enfant le vertige de la giration sur soi, la sensation de son axe et de sa force giratoire ; il peut tourner autour d'un axe selon les structures ; l'enfant fait le tour de... Il sent le plaisir de l'espace et de l'air en tournant autour d'un axe ; la conscience du temps s'en mêle.

Le toboggan donne le temps d'un phrasé et la chute quand l'enfant touche le sol. La meilleure façon de glisser pour sentir le temps s'écouler.

Il n'est pas rare de trouver des constructions en rond, en boucle ou en bouée, avec trous, spirales et ellipses. Autant de manières pour l'enfant de visiter corporellement symboliquement et physiquement le balancer-tourner-chuter.

« Le jeu est un mode d'expérimentation très simple du temps présent : le passé et l'avenir s'estompent, le temps immédiat est très intensément perçu. D'où une sensation qui peut être bouleversante et j'ose dire vitale ». [Jean-Marie Lhôte, *Le Symbolisme des jeux*, 1976]

Le jeu amorce la confiance en soi. La confiance en soi va de pair avec la conscience de soi.

Le jeu amorce l'autonomie. Cette entrée par le jeu nous intéresse car il permet à l'enfant de poser son attention ; c'est par l'attention que l'intention apparaît et permet la présence d'être à soi et au monde.

Au travers du jeu et du déploiement des trois mouvements balancer-tourner-chuter, l'enfant s'élanche. Le mouvement ne dit jamais une seule chose, ou plutôt il ne le dit jamais une fois pour toutes. Les pas de danse n'ont pas dit leur dernier mot tant qu'ils n'ont pas croisé le dernier danseur. Ou encore, le pas de danse est nu comme un vers, c'est à l'enfant de l'habiller.



Rivane Neuenschwander, *On Floor Up*, 2004, The MoMA

# Socle pédagogique pour l'enfance

