LES DROITS ENTRENT DANS LA DANSE

Thèmes	Détente et culture, universalité
Niveau de difficulté	Facile
Âge	10 à 14 ans
Taille du groupe	À partir de 10 participant(e)s
Type d'activité	Lecture, expression créative, danse (et écriture)
Résumé	Lecture de texte et questions-réponses + création d'une danse
Objectifs	Comprendre le lien entre d'une part la musique et la danse, d'autre part les droits; expression des émotions à travers le mouvement
Préparation	/
Matériel	'Les origines de la capoeira' (voir plus bas).

Instructions

Première partie

- Lisez l'histoire 'Les origines de la capoeira'.

  Discutez de l'histoire au sein du groupe. Utilisez les questions suivantes:
  - Quelles émotions et attitudes les capoeiristes ont-ils manifestées dans leur danse? (courage, force, unité, colère ...)
  - Quelles émotions et attitudes se cachent derrière leurs attitudes courageuses? (peur, chagrin, perte ...)
  - Pourquoi les capoeiristes ressentaient-ils ces différentes émotions?
  - Leurs droits ont-ils été respectés?
  - De quels droits ont-ils été privés?
  - Avez-vous (ou des personnes que vous connaissez) déjà éprouvé de tels sentiments? Quand?

Deuxième partie

- Répartissez le groupe en plusieurs petits groupes.
- Laissez les participant(e)s choisir par groupe trois ou quatre des émotions citées. Ils devront essayer d'exprimer ces émotions à travers certains mouvements. Laissez-les trouver différentes façons d'exprimer la même émotion. Par exemple: la peur peut être exprimée en se faisant petit et en rampant dans un coin; la colère peut être exprimée par des pieds qui martèlent le sol ou un poing levé.
- Il s'agit maintenant de réunir les différents mouvements (exprimant différentes émotions ou la même émotion) en une courte danse. Encouragez les participants à tester différentes possibilités - rapide, lent, léger, lourd ... - et à utiliser l'espace.

- Tout le monde se réunit et chaque groupe montre sa danse. Discutez à chaque fois de ce qui a été exprimé avec les différentes danses.

Extension

- Une fois que ces émotions ont été vues et discutées, les participant(e)s peuvent se rappeler un moment où ils ont ressenti des sentiments similaires.
- Demandez-leur d'écrire un poème qui évoque ces émotions.
- Demandez aux participant(e)s d'imaginer qu'ils sont des esclaves en fuite. Faites-leur écrire une histoire qui raconte comment ils ont créé un quilombo.

Annexe

Les origines de la capoeira

Au cours de l'histoire de l'esclavage, plus de deux millions de personnes ont été amenées d'Afrique au Brésil en tant qu'esclaves. Recife était l'un des principaux ports où les esclaves étaient vendus, avant de se voir forcés de travailler dans des plantations de cannes à sucre ou de tabac.

Vers 1770, les esclaves développent un 'art martial', appelé capoeira, qui se voulait une technique d'autodéfense puissante.
Les capoeiristes – c'est ainsi qu'on nommait les adeptes – déplacent leur poids de leurs mains à leurs pieds en tournoyant, font des poiriers en arrière et se livrent à d'autres acrobaties, toujours plus rapidement, au rythme de la musique, avec de hauts coups de pied qui évitent l'autre de justesse. Comme les esclavagistes interdisaient tout art martial, les esclaves devaient déguiser leur pratique en danse africaine traditionnelle. C'est pourquoi ils jouaient d'instruments de musique et chantaient, comme s'ils jouaient un jeu innocent.

Au dix-septième siècle, de nombreux esclaves qui s'étaient révoltés contre leurs propriétaires et s'étaient libérés se sont réunis pour former des quilombos, des lieux secrets où les anciens esclaves régnaient eux-mêmes. À Recife, quarante esclaves se sont échappés, menés par Zumbi dos Palmares, et ont pris la direction des montagnes. Au bout de plusieurs mois et avec l'aide des Indiens locaux, ils sont arrivés dans un lieu sûr. Ils ont appelé l'endroit Palmares, en raison des nombreux palmiers qui y poussaient. Au cours du siècle suivant, Palmares est devenu le plus grand quilombo du Brésil. 20.000 personnes y vivaient.

C'est à Palmares que la capoeira en tant que forme d'art a été perfectionnée. Elle est devenue un symbole de liberté. Avec ses mouvements rapides et imprévisibles, elle est devenue la méthode de combat de prédilection contre les soldats qui attaquaient Palmares. L'ennemi était attiré dans la jungle et attaqué par surprise.

Au bout de nombreux soulèvements d'esclaves, l'esclavage a été aboli au Brésil le 13 mai 1888. De nombreux anciens esclaves se sont rendus dans les villes, où ils ont été confrontés au chômage et à la pauvreté. Nombre d'entre eux ont rejoint des gangs de crime organisé. Considérée comme une menace par le gouvernement, la capoeira a été interdite. Une force de police spéciale a même été mise sur pied pour l'arrêter.

Bien que la capoeira fût interdite jusqu'en 1920, elle a survécu, déguisée en danse folklorique, avant d'être toujours mieux acceptée par la société.
La première école de capoeira a été ouverte en 1937 par Mestre Bimba. Aujourd'hui, la capoeira est pratiquée dans de nombreux écoles et clubs sportifs au Brésil et dans le monde entier.

Infos complémentaires

La danse

La danse constitue un langage à part entière et utilise le corps comme moyen d'expression et de communication.

L'échauffement est important dans la danse, par exemple à l'aide d'exercices d'aérobic. Le but est de prendre mieux conscience de son corps et d'accroître sa flexibilité. Commencez par des mouvements simples qui se répètent, comme plier les genoux, courir sur place... Tout le groupe peut le faire ensemble. Cela favorise la confiance en soi et permet aux participant(e)s de se détendre. Encouragez les participant(e)s à utiliser l'espace et à essayer différents types de mouvements. Bouger sur place, se déplacer en mouvement, des mouvements debout, agenouillé et assis.

Danser, c'est réagir à un stimulus. Encouragez les participant(e)s à se concentrer sur leurs sentiments et à réfléchir à ce qu'ils veulent exprimer à travers leur danse. L'improvisation est un bon moyen de découvrir de nouvelles choses; dès lors, laissez aux participant(e)s le temps d'expérimenter. Certain(e)s participant(e)s peuvent avoir honte de danser: expliquez-leur que chaque mouvement (se gratter la tête, mettre ses mains sur ses hanches, taper du pied...) peut être considéré comme un mouvement de danse. Vous pouvez les aider à choisir des mouvements appropriés. Vous pouvez également créer un 'mur de mouvement' en inscrivant sur une grande feuille différents mouvements; ex. ramper, balancer, sauter, s'étirer, courir, rouler, ...