

## KINÉSITHÉRAPIE ET DANSE : UNE ALLIANCE GAGNANTE POUR LA PÉDAGOGIE ET LA RÉÉDUCATION

Dr R.HUSSLER, kinésithérapeute, Directeur de l'IFMKDV de Lyon, Docteur en Sciences de l'Education

Cet article utilise le principe de la réalité augmentée afin de valoriser un outil pédagogique et d'enrichir la lecture. Pour accéder à cet outil de réalité augmentée, il est nécessaire de suivre la procédure suivante :

- S'inscrire gratuitement sur le site d'Aurasma : <https://www.aurasma.com/>
- Télécharger gratuitement sur son smartphone ou sa tablette l'application d'Aurasma
- Scannez la vignette avec le smartphone ou tablette pour lancer automatiquement sur l'écran le texte ou la vidéo sous-jacente (cela fonctionne même en l'absence de connexion internet)

### Introduction

La danse est définie<sup>1</sup> comme un mouvement rythmique du corps humain ou comme l'activité ludique d'une personne seule ou de plusieurs partenaires, consistant à exécuter une suite de pas, de mouvements du corps et d'attitudes rythmiques, le plus souvent au son d'une musique instrumentale ou vocale.

La masso-kinésithérapie est définie<sup>2</sup> comme la science de la gestuelle humaine (kinésis signifie le « mouvement » en grec).

En comparant ces deux définitions nous pouvons en déduire que la danse s'occupe de l'éducation du mouvement et la kinésithérapie de la ré-éducation du mouvement perturbé. Guy. PREL (2000) [3] souligne : « La kinésithérapie et la danse ont en commun la recherche du mouvement. L'une restaure une incapacité de mouvement, l'autre atteint une capacité de mouvement élargie. » Il y a donc une étroite relation entre les deux disciplines. D'ailleurs le nombre d'articles (49) indexés sur la base de données Kinedoc prouve l'intérêt de la kinésithérapie pour la danse.

Voyons les deux aspects qui découlent de l'interaction du monde de la kinésithérapie et de celui de la danse.

### Pédagogie par la danse

Quelles sont les initiatives pédagogiques issues de l'interaction des deux mondes ?

- Formation initiale

Dans son article, G Prel souligne l'initiative de l'IFMK de Gre-

noble en ces termes : « L'idée nous est venue d'intégrer à la formation des étudiants une sensibilisation aux arts vivants. Ce projet a pris forme. Il est réalisé chaque année. Et du hasard d'une rencontre, avec Christiane Blaise, chorégraphe, est née l'idée de mettre en « contact » danseurs de la compagnie et étudiants kinésithérapeutes du CHU de Grenoble. Ce projet s'inscrit dans la continuité d'un travail avec les arts vivants accompli dès l'entrée à l'école, lors de la première année. Il est donc intégré à la formation des étudiants de seconde année. ». Et d'ajouter : « L'objectif est de les faire accéder à une représentation du mouvement différente de la représentation médicale, à leur subjectivité dans la perception, et, à la mise en jeu des corps dans la relation thérapeutique.

La danse permet aux étudiants de faire l'expérience d'une intention dans le mouvement. Cette intention peut être imposée ou choisie. Elle peut se réaliser sans, contre ou avec une tierce personne. Ils assistent ensuite au travail des danseurs en répétition, et enfin à la représentation. Cette expérience très stimulante a fait percevoir à chacun la subjectivité et l'intersubjectivité ».

Même s'il est difficile de se représenter le nombre d'initiative des IFMK pour valoriser la danse en formation initiale, nul doute que la danse influence notablement le monde de la kinésithérapie.

- Publications

Sur le plan de la publication, nous pouvons souligner l'initiative de Blandine Calais [4] Germain qui est professeur de danse depuis 1968. Elle devient kinésithérapeute en 1980 et enseigne, à partir de cette double formation, l'anatomie appliquée au mouvement. En 1981 elle fonde l'anatomie pour le mouvement». Elle développe depuis 1990 un département « anatomie pour la voix » s'adressant aux professionnels des arts vivants. Elle publie plusieurs livres qui font référence dans le milieu de la kinésithérapie<sup>4</sup> dont « l'Anatomie pour le mouvement ».

Enfin, soulignons l'initiative de l'auteur suite à la découverte sur le site de « YouTube » de plusieurs vidéos de chorégraphies élaborées par des étudiants coréens [5] (et autres) en kinésithérapie inspirées de la méthode Kabat ou PNF (Proprioceptive Neuromuscular Facilitation). L'idée étant de proposer un enseignement de la méthode Kabat à des étudiants Martiniquais en première année à travers l'élaboration d'une chorégraphie au fur et à mesure

1 - Selon le centre national de ressources textuelle et lexicale, consultée sur le site suivant : <http://www.cnrtl.fr/lexicographie/danse>

2 - Selon le site <https://c-est-quoi.com/fr/definition/kin%c3%a9sith%c3%a9rapie>

3 - G. PREL (2000) Kinésithérapie et danse : une rencontre formative, Ann. Kinésithér., 2000, t. 27, n° 4, pp. 161-165 © Masson, Paris.

4 - Voir les publications proposées par Blandine Calais Germain sur son site : <https://www.calais-germain.com/livresposters/livres.htm>

5 - Voir la chorégraphie réalisée par des étudiants sur la musique de la chanson : « Billie Jean » de Mickael Jackson <https://www.youtube.com/watch?v=GugvoyhgGpg>

# DU

# DR. HUSSLER

de l'appropriation des gestes techniques. A la fin de l'enseignement théorique et pratique, les étudiants, préalablement informés (et motivés par l'expérience), ont une demi-journée pour élaborer une chorégraphie et d'en faire la démonstration devant l'équipe pédagogique et administrative. Le côté ludique et le principe d'une représentation finale devant le personnel de l'institut a été un facteur de motivation pour les étudiants et une initiative saluée par la direction de l'IFMK. Vous pouvez suivre une vidéo postée sur YouTube sous le titre : « pnf dance Martinique » ou découvrir un extrait d'une autre vidéo réalisée sur une autre promotion en scannant la vignette suivante :



## Thérapie par la danse

En analysant les 49 articles de kinedoc dont un des mots clés est : « danse », nous notons les méthodes de danses utilisées ainsi que les pathologies impliquées.

### Concernant les méthodes :

- Danse sportive
- Danses traditionnelles béninoises
- Danse du ventre
- Tango
- Salsa
- Danse classique
- Danse sur patins à glace

### Concernant les pathologies ou structures physiologiques impliquées :

- La personne vieillissante
- Maladie de Parkinson
- Traumatisme crânien
- Sur la musculature lombo-pelvienne
- Maladie AVC
- Force musculaire du plancher pelvien
- Détérioration cognitive
- Loge postérieure et externe de la jambe
- Coxarthrose bilatérale
- Polytraumatisme
- Pathologies de la paroi abdominale et du carrefour pubien du sportif

- Conflit antérieur de hanche
- Prothèse totale de la cheville
- Coxalgies du jeune sportif

Le choix s'est porté sur le mémoire d'une étudiante Cécile Lefèvre (2012) sur le thème du vieillissement de la personne âgée: «*Contribution du mouvement dansé en massokinésithérapie.*»

La problématique à l'origine de ce mémoire est exprimée en ces termes : « Ces personnes âgées qui veulent qu'on les « laisse tranquille », qui pensent que la rééducation « ne sert à rien », ou encore « qu'il est trop tard » et qui préfèrent même parfois qu'on les laisse « mourir » existent et cherchent à se faire entendre. Ces différentes affirmations, à l'origine d'un questionnement sur la problématique liée à la démotivation du sujet âgé ont déterminé en grande partie le choix de cette démarche ».

L'article questionne les bienfaits que peuvent apporter la danse pour la personne âgée, le type de danse adaptée, son utilisation dans le cadre de la kinésithérapie, etc.

*En scannant les images suivantes, vous apprécierez les tableaux synthétiques réalisés par Cécile qui montrent les multiples bienfaits apportés par la danse pour nos seniors. (Préférer la tablette au smartphone pour une meilleure lecture)*



## Conclusion

Ce bref tour d'horizon sur l'interaction entre le monde de la danse et celui de la kinésithérapie est riche d'enseignement sur l'intérêt porté par les professionnels de la rééducation. Nul doute que les initiatives vont se multiplier pour le plus grand plaisir des personnes en situation de fragilité. Et toi cher(e) lecteur(trice), quelle(s) idée(s) as-tu pour valoriser la danse dans ta pratique professionnelle ?

## Appel à projet

Si tu désires partager ton idée ou ta pratique professionnelle actuelle en lien avec le domaine artistique, n'hésites en en faire part sur le site de l'IFRES ([www.ifres.fr](http://www.ifres.fr)) qui saura la valoriser.



### Institut de Formation et Recherche en Education à la Santé

Les professionnels issus des mondes de la **santé**, du **sport** et des **loisirs** pourront tirer profit des formations présentées à la fois par leur caractère original et leur pédagogie attractive. Afin de créer des formations qui répondent à vos **besoins** et vos **envies**, une évaluation est proposée sur le site [ifres.fr](http://ifres.fr) car l'IFRES se veut résolument adaptatif et novateur en matière de formation et de recherche en santé. A bientôt sur le site de l'IFRES !

### Exemples de Formations proposées :

Coach Educateur Santé – Formation Sourds Santé  
Education Posturale Intégrative  
Perception Corporelle- Toucher Relationnel  
Initiation à la recherche en Santé  
Formation à la péda-andragogie

Declaration d'activité enregistrée sous le numéro 97 97 30758 97 auprès du  
Préfet de la Martinique.

## FORMATIONS

DES FORMATIONS  
INNOVANTES EN  
MATIERE DE SANTE  
ET D'EDUCATION

UNE PEDAGOGIE  
ATTRACTIVE ET  
MODERNE

DES FORMATIONS  
EN FRANCE COMME  
A L'ETRANGER

LA SANTE, LA  
FORMATION ET LA  
RECHERCHE  
REUNIES

IFRES

06 96 11 60 62

05 96 11 60 62

[www.ifres.fr](http://www.ifres.fr)