

Cours de Breakdance avec Approche Psychomotrice pour Enfants et Adolescents

Un programme innovant qui transforme l'isolement en appartenance en donnant à chaque enfant les clés pour s'exprimer par le mouvement, développer sa confiance et se sentir valorisé.



Un Programme Unique de Breakdance et Psychomotricité

Un programme innovant de **cours de breakdance** basé sur des principes **psychomoteurs**, conçu par des **danseurs professionnels** et un **thérapeute en psychomotricité**. Ce programme unique combine l'énergie du **hip hop** avec une approche scientifique du développement enfant pour transformer le **mouvement en croissance personnelle**.

Qui ce programme aide-t-il :

Les **enfants de 6 à 12 ans** et les **adolescents de 12 à 16 ans** qui :

- Se sentent **isolés** ou en difficulté relationnelle
- Ont du mal à **s'exprimer** ou à **se concentrer**
- Manquent de **confiance en eux**
- Cherchent un **espace sécurisant** pour s'épanouir
- Souhaitent **développer leurs talents** dans une activité **artistique et physique**



Problématique des cibles :

Beaucoup d'enfants et d'adolescents se sentent **maladroits, incompris** ou **en décalage** avec leur corps et avec les autres. Ils ont besoin de **s'exprimer librement**, de **se sentir valorisés** et de **trouver leur place** dans un groupe, mais les activités proposées sont souvent soit trop compétitives, soit trop peu structurées, soit déconnectées de leurs centres d'intérêt.

1

Situation actuelle

Tu observes peut-être que ton enfant :

- Se **replie sur lui-même** ou se **sent différent**
- A du mal à **se concentrer** à l'école ou pendant les activités
- Éprouve des **difficultés relationnelles** avec ses pairs
- Manque de **confiance** en ses capacités physiques et créatives
- Passe beaucoup de **temps devant les écrans** plutôt que d'interagir

2

Situation souhaitée

Tu aimerais voir ton enfant :

- **Libre et expressif** dans son corps
- **Confiant** et fier de ses talents
- **Intégré** et respecté dans son groupe
- **Concentré** et engagé dans ses activités
- **Créatif** et capable de s'exprimer artistiquement

Promesse :

Notre programme **transforme l'isolement en appartenance** en donnant à chaque enfant les clés pour **s'exprimer par le mouvement, développer sa confiance** et **se sentir valorisé**. Grâce à une approche unique combinant **breakdance** et **psychomotricité**, ton enfant va **danser ses difficultés pour les transformer en forces** et **se construire sans limite**.

Plan du programme, jalons et objectifs :

Durée : 32 semaines (année scolaire complète) avec 2 cours de 60 minutes par semaine

Étape 1 (Semaine 4)

"L'univers hop hip, planète breakdance - Nouvelle connexion"

- Découverte du monde hip hop et de ses codes culturels
- Développement de la conscience corporelle et de la confiance de base

Étape 3 (Semaine 12)

"Construire un monde ensemble"

- Développement des compétences relationnelles et de la coopération
- Apprentissage du travail d'équipe et de la confiance mutuelle

Étape 5 (Semaine 20)

"Progression : sur le chemin de l'évolution"

- Amélioration de la concentration et validation des acquis
- Mesure et célébration des progrès

Étape 7 (Semaine 28)

"Je suis un danseur accompli"

- Intégration de tous les apprentissages
- Sentiment de compétence et d'accomplissement

1

2

Étape 2 (Semaine 8)

"Je me connecte à mon corps et j'exprime mes émotions"

- Maîtrise de l'expression émotionnelle par le mouvement
- Développement de l'intelligence émotionnelle

4

Étape 4 (Semaine 16)

"Je crée ma propre chorégraphie"

- Libération de la créativité et développement de l'autonomie artistique
- Création personnelle valorisante

6

Étape 6 (Semaine 24)

"Je me présente aux autres"

- Développement de l'assurance et de l'expression publique
- Préparation à la performance et gestion du trac

8

Étape 8 (Semaine 32)

"Je célèbre mes progrès"

- Valorisation des acquis et planification de la suite
- Cérémonie de fin et création d'un réseau d'anciens participants

Différentiateurs de l'offre :

☀ Approche psychomotrice unique

Contrairement aux cours de danse classiques, notre programme est encadré par un **thérapeute en psychomotricité** qui adapte chaque activité aux besoins spécifiques de développement de chaque enfant.

🦸 Expertise artistique authentique

Nos cours sont dispensés par des **danseurs professionnels** du hip hop, garantissant un enseignement artistique de qualité et une transmission authentique de la culture urbaine.

🎯 Développement global

Nous ne nous contentons pas d'apprendre à danser : nous travaillons simultanément les **compétences physiques, cognitives et relationnelles** de chaque participant.

🏠 Cadre sécurisant et bienveillant

Chaque séance est conçue pour créer un **espace d'expression libre** où chaque enfant peut s'épanouir **sans jugement et sans pression**.

📊 Suivi personnalisé

Chaque participant bénéficie d'un **carnet de voyage personnalisé** et de **tests de progression** pour suivre son évolution et célébrer ses réussites.

Résultats générés :

À l'issue du programme, ton enfant aura développé :

- **Meilleure coordination, équilibre et motricité**
- **Capacité accrue de concentration et d'attention**
- **Confiance en soi et estime de soi renforcées**
- **Compétences sociales et capacité de coopération**
- **Liberté d'expression artistique et créativité**
- **Sentiment d'appartenance et d'intégration sociale**
- **Gestion émotionnelle et expression adaptée**
- **Autonomie et fierté de ses réalisations**

Pièges évités par le participant :

- **Évite la surcharge compétitive**
Pas de pression pour performer ou gagner, juste un espace pour s'exprimer et progresser à son rythme.
- **Évite l'isolement prolongé**
Un groupe bienveillant et des activités coopératives qui créent des liens authentiques.
- **Évite la perte de confiance**
Un accompagnement personnalisé qui valorise chaque progrès, aussi petit soit-il.
- **Évite l'ennui ou le décalage**
Une approche ludique et moderne qui parle le langage des jeunes d'aujourd'hui.
- **Évite les méthodes déconnectées**
Une pédagogie basée sur la science du développement enfant, pas sur des intuitions.

Bénéfices générés pour le participant :

🌟 Physiques

Corps plus fort, plus souple, plus coordonné, plus conscient de ses capacités

🌟 Émotionnels

Meilleure gestion des émotions, plus de confiance, moins d'anxiété, plus d'assurance

🌟 Sociaux

Meilleures relations avec les pairs, esprit d'équipe, sentiment d'appartenance, communication améliorée

🌟 Cognitifs

Meilleure concentration, mémoire améliorée, créativité développée, pensée plus flexible

🌟 Artistiques

Expression créative libérée, sens artistique développé, fierté de ses créations

🌟 Personnels

Sentiment d'accomplissement, autonomie renforcée, résilience développée, estime de soi

👍 **Rejoins notre communauté de jeunes danseurs en devenir et laisse ton enfant danser vers son plein potentiel !** 🕺 🧒