

Techniques théâtrales

Animations pédagogiques du 9 et du 23 mars 2011

En présence des artistes professionnels Thierry Gary et Anne Cammas
En partenariat avec la Direction de l'Action culturelle de la ville d'Argenteuil
Réalisation du document Sylvie Lenoir (CPC Argenteuil nord) et Jérôme David (CPC Argenteuil sud).

Les prénoms

Objectifs

- en début d'année, à faire connaissance
- en cours d'année, le rituel d'entrée dans l'activité
- développer la mémoire
- Phonologie : découper un mot en syllabe

Trois situations

1. Déroulement

Les élèves sont au cercle. À tour de rôle chacun dit son prénom.
Le prénom est offert, on ne s'en débarrasse pas.

2. Déroulement

Tout le monde est en cercle, l'enseignant ou un élève se nomme puis ajoute un geste à son prénom. Le suivant répète le prénom et le geste du premier puis se nomme et ajoute un geste à son prénom. Le suivant répète le prénom et le geste du premier, le prénom et le geste du deuxième puis se nomme et ajoute à son tour un geste à son prénom. Et ainsi de suite...

La difficulté réside dans le fait que plus on avance, plus il y a de gestes à reproduire. Et il s'agit de reproduire avec grande précision et fidélité les gestes qui précèdent. Cet exercice, qui semble anodin, développe la mémoire gestuelle et prépare de fait la mémorisation des actions et des déplacements imposés par la mise en scène. On doit donc imposer des gestes simples.

3. Déroulement

Toujours en cercle, à tour de rôle les élèves disent leur prénom en découpant les syllabes et en variant la durée, l'intensité, la hauteur des syllabes...

Ex : Pour Natacha : Na↑ ta→ Cha ↓

Pour Karim : Kaaaaaa rim

A l'école maternelle et au CP, on pourra faire évoluer cette situation en travaillant autour du découpage syllabique des prénoms ou d'autres mots (dire son prénom en « verlan », dire son prénom en remplaçant la syllabe de début ou de fin, mélanger les syllabes des prénoms de la classe, choisir un animal,...)

Exercices d'éveil musculaire

Objectifs des exercices

- éveiller nos muscles
- se détendre en se débarrassant des tensions
- dégager les énergies

Déroulements

1. Sortir de sa bulle

Tout le monde est en cercle, on imagine qu'on est dans une bulle et qu'on veut en sortir. On doit repousser au maximum les limites de la bulle en s'étirant le plus loin possible. On étire les bras, les jambes... Le but est de demander à son corps des positions inhabituelles, de sortir du « corps quotidien ».

2. Sous la douche

On imagine qu'on est sous la douche et qu'on se savonne. Il faut frotter énergiquement les différentes parties du corps (cou, bras, coude, poitrine, ventre, dos, cuisse etc.).

On termine sa toilette par un petit massage des différentes parties du visage « on pétrit comme de la pâte ».

Puis on fait une série de grimaces comme devant son miroir.

3. La file indienne

Partager le groupe en deux. Chaque groupe se positionne en file indienne, mains sur les épaules de celui qui est devant. Chacun doit :

- masser les épaules de celui qui est devant en descendant progressivement
- fermer les poings tapoter doucement de chaque côté de la colonne vertébrale de celui qui est devant (sans toucher la colonne)
- terminer en ramenant l'énergie du milieu du dos de celui qui est devant vers le côté (on dessine simultanément une grande virgule à droite et une grande virgule à l'envers à gauche)

La file se retourne (le 1^{er} devient dernier et inversement) et on recommence.

Marches et occupation de l'espace

Objectifs

- apprendre à occuper un espace donné
- apprendre à se déplacer dans un espace donné sans gêner ses camarades
- maîtriser différents rythmes de déplacement
- développer l'attention et la mémoire

Déroulement

Tous les enfants se déplacent dans l'espace donné sans se télescoper, ils doivent s'éviter. Au top n°1 de l'enseignant, les enfants doivent marcher dans l'espace en étant ouvert aux autres par le regard (se regarder, se sourire...).

Au top n°2, ils adoptent une marche rapide comme s'ils étaient pressés.

Au top n°3, ils courent en regardant où ils vont et en regardant leurs partenaires comme s'ils avaient peur de rater le bus.

Au top n°4, ils s'arrêtent.

Au top n°5, ils marchent au ralenti comme s'ils marchaient sur la lune.

Au top n°6, ils marchent en sautant comme s'ils avaient les pieds attachés.

Au top n°7, ils marchent en dansant comme s'ils étaient dans une soirée dansante.

Au top n°8, ils marchent en arrière, comme quand on fait une marche arrière avec sa voiture.

L'enseignant demandera aux élèves de changer régulièrement de direction, pour éviter qu'ils ne se déplacent en rond.

Quand toutes les marches ont été intégrées, on peut proposer aux élèves des marches successives sans les nommer mais en donnant leur numéro par exemple : 3, 5, 8, 4, 2, 7 (en courant, au ralenti, en arrière, en s'arrêtant, rapidement, en dansant).

Le miroir

Objectifs

- développer l'attention et la concentration (pour les 2)
- développer l'imagination (pour l'enfant moteur)

Déroulement

Travail par 2.

Les élèves se répartissent dans l'espace, ils ne doivent pas se gêner. Chaque binôme se compose d'un enfant « moteur » et d'un enfant « reflet ». Il s'agit, pour le « reflet » de reproduire les gestes du « moteur » comme le fait un miroir.

L'enfant « reflet » doit fixer l'enfant « moteur » dans les yeux pendant qu'il exécute les gestes.

Au signal de l'enseignant et sans s'arrêter, les rôles sont inversés.

Cet exercice nécessite le silence et l'enfant « moteur » doit exécuter ses gestes lentement pour qu'ils soient reproduits fidèlement et instantanément par l'enfant « reflet ».

Au début on pratiquera l'exercice sur place debout ou assis, puis il pourra être proposé avec des déplacements.

On pourra également faire reproduire les expressions du visage, les gestes et les expressions.

Le guide d'aveugle

Objectifs

- établir une relation avec l'autre
- établir une relation de confiance
- développer l'audition et le toucher

Déroulement

Travail par 2.

Cet exercice se réalise en binôme. Il s'agit pour l'élève de guider son camarade (qui est rendu aveugle en fermant les yeux ou au moyen d'un bandeau). L'aveugle pose la main sur l'épaule de son guide et se laisse diriger. Le guide est responsable de son « aveugle » et doit prendre soin de lui.

Tous les binômes se déplacent en même temps.

Pour graduer la difficulté : guider en changeant de rythme, guider à la voix (un ou deux binôme(s) à la fois, guider sur un parcours précis (prévoir un aménagement de l'espace, sans trop d'obstacles).

Le cri contre le mur

Objectifs

- stimuler, échauffer, mettre en train
- apprendre à mobiliser son énergie dans un seul but

Déroulement

Un par un.

Les élèves sont disposés en ligne face à un mur qui ne présente pas de danger.

L'un après l'autre, ils doivent courir vers le mur en accompagnant leur course d'un cri.

C'est le mur qui arrête le cri. Arrivés au bout, ils reviennent en marchant et sans gêner les autres jusqu'à la ligne de départ pour recommencer.

Le cri doit être entendu de tous.

Le courant électrique

Objectifs

- mobiliser l'attention et le silence de tous
- apprendre à se concentrer
- maîtriser et reproduire un mouvement simple

Déroulement

Toute la classe.

Les élèves sont disposés en cercle et se tiennent par la main.

L'enseignant presse la main de son voisin de droite. Dès que celui-ci a ressenti la pression, à son tour il presse immédiatement la main de son voisin de droite et ainsi de suite jusqu'à ce que le courant soit passé par tous les enfants et revienne à son « envoyeur ».

Quand l'exercice est bien assimilé, on essaie d'aller de plus en plus vite.

On peut encore augmenter la difficulté en envoyant 2 impulsions d'un coup, en envoyant une impulsion à droite et une à gauche... (le meneur annonce les impulsions envoyées).

On peut proposer une version différente du jeu, on ne passe pas d'impulsions électriques mais des gestes et des sons.

Le meneur tape dans ses mains en direction de son voisin de droite, qui à son tour tape dans ses mains en direction de son voisin de droite... pendant que le frapper continue à tourner, le meneur peut envoyer un son « Oh-Oh » à son voisin de droite qui va tourner selon le même principe...

Puis un nouveau geste ou un nouveau son sera introduit pendant que les précédents continueront de tourner.

Pour que cet exercice fonctionne, il est important que les élèves comprennent qu'il ne faut pas accélérer et qu'il faut rester bien concentré.

On peut augmenter la difficulté en envoyant des signaux gestuels ou sonores à partir de 3 personnes différentes.

Les photographies

Objectifs

- mobiliser l'attention et l'imagination
- raconter une histoire sous forme de tableaux vivants

- prendre conscience de la place du corps dans l'espace
- adopter des postures simples pour évoquer une situation
- mettre en évidence des expressions du visage liées à certaines émotions
- découvrir la mise en scène

Déroulement

Toute la classe, les élèves étant partagés en groupes de 5 (6 maximum).

Chaque groupe doit « construire » 4 (ou 5) photographies qui racontent une histoire (un voyage, une visite, un événement...).

Temps de recherche et de mise au point : 15 minutes.

Chaque groupe présente son histoire aux autres groupes qui doivent deviner l'histoire racontée. Préciser aux élèves qu'ils doivent bien regarder chacun des personnages et la situation présentée.

Puis, les groupes doivent chacun à leur tour, mettre en scène les photographies présentées par un autre groupe (celui de leur choix, pourvu que toutes les situations soient remises en scène).

Attention une photographie ne parle pas !

1... 2... 3...

Objectifs

- mobiliser l'attention et la concentration
- développer/renforcer la cohésion du groupe

Déroulement

Toute la classe.

Les élèves sont assis en cercle et doivent compter l'un après l'autre sans qu'aucun ordre quelconque de prise de parole n'ait été déterminé à l'avance.

Dès que deux ou plusieurs participants annoncent ensemble le même chiffre, on doit recommencer à zéro.

Exemple : Cindy 1, Jérôme 2, David et Kamal (ensemble) 3, il faut recommencer à 1 puisque David et Kamal ont parlé en même temps.

On peut aussi proposer cet exercice en se déplaçant dans l'espace.

Proposition rythmique

Objectifs

- produire un rythme
- écouter, mémoriser et reproduire un rythme (voix et geste)

Déroulement

Toute la classe.

Les élèves sont debout en cercle. L'enseignant propose un rythme, le groupe reprend ce rythme, un élève placé à côté de lui propose un nouveau rythme qui est repris par les autres et ainsi de suite.

Variante : On effectue un deuxième tour dans l'autre sens en mélangeant voix et geste.

Zip, zap, Tibilibili

Objectifs

- mobiliser l'attention et la concentration
- distinguer sa gauche et sa droite
- comprendre une consigne plus complexe

Déroulement

Toute la classe.

Les élèves sont debout en cercle.

Si le meneur dit « zip » il passe la main à l'élève qui est à sa droite en frappant une fois des mains vers la droite (ce dernier à son tour annonce « zip, zap ou tibilibili »...)

Si le meneur dit « zap », il passe la main à l'élève qui est à sa gauche qui devient meneur, en frappant une fois des mains vers la gauche.

Si le meneur se tourne vers sa gauche et dit « Tibilibili », il passe la main à gauche mais ce n'est pas l'élève qui est à la gauche du meneur qui a la main mais le suivant (on saute un élève). Il fait cette action en tournant les mains vers la gauche.

Si le meneur se tourne vers sa droite et dit « Tibilibili », il passe la main à droite mais ce n'est pas l'élève qui est à la droite du meneur qui a la main mais le suivant (on saute un élève). Il fait cette action en tournant les mains vers la droite.

« Tibilibili » sera introduit quand le jeu fonctionnera bien avec « zip » et « zap ».

Le loup

Objectifs

- Écoute de l'autre
- Interprétation collective
- Jouer des émotions et des personnages
- Être convaincant

Déroulement

Par groupe de 3, les élèves vont jouer une pièce. Cet exercice peut se faire également en cercle.

Élève 1 : s'adresse à élève 2

« Y a un loup derrière toi ! »

Élève 2 : répond à élève 1

« Mais non y a pas de loup derrière moi »

Élève 1 : s'adresse encore à élève 2 en étant convaincant

« Mais si ! Regarde ! y'a un loup derrière toi ! » L'élève 2 se retourne

Élève 3 joue le loup: « ouh ouh ! », effrayant, exagère

Élève 2 « Ah ! y a un loup derrière moi ! », effrayé, convaincant, exagère

Chacun, à tour de rôle, joue les trois personnages.

Bien respecter le texte.

Le panier ou tutti frutti

Objectifs

- Écoute de l'autre
- Interprétation collective
- Jouer des émotions et des personnages
- Être convaincant

Déroulement

Toute la classe participe.

Les élèves sont par trois : une fraise une poire et une banane

Fraise et poire l'un en face de l'autre se tiennent par les deux mains.

Banane se place au milieu des deux.

Un élève est seul, c'est le meneur.

Le meneur annonce « fraise, poire, banane ou tutti frutti ».

S'il annonce fraise, les fraises changent de groupe, le meneur prend la place d'une fraise.

La fraise qui reste seule devient le meneur.

Si le meneur annonce « banane » les bananes changent de groupe, s'il annonce « poire », ce sont les poires qui changent de groupe.

Si le meneur annonce « tutti frutti » tous les fruits se détachent pour reformer un groupe.

Dans le cas du « tutti frutti », il conviendra de reformer des groupes en respectant la composition : fraise, poire, banane.

On pourra matérialiser les groupes par des brassards ou élastiques de couleur.

Les machines sonores

Objectifs

- Concentration de tout le groupe
- Accepter les propositions des autres et s'en servir
- Travail d'improvisation

Déroulement

Un par un, les élèves vont devoir aller sur l'aire de jeu et faire un mouvement accompagné d'un son ou d'un bruit, chacun devenant ainsi la pièce d'une machine.

Un premier élève va donc proposer un son plus un mouvement (et le continuer jusqu'à la fin de l'exercice). Immédiatement, un deuxième propose à son tour un son et un mouvement en prenant en compte le mouvement du premier.

Quand tous les participants sont en place, la machine est construite et le meneur va lui demander soit de fonctionner au ralenti, soit de s'emballer, de fonctionner en silence (gestes sans les sons)

Si le groupe est important on peut faire construire deux machines.

Prolongement : la machine amoureuse. Le déroulement est identique mais :

- *Le geste sera obligatoirement un geste d'amour ;*
- *Le son sera un mot ou une courte phrase ayant trait à l'amour.*

Jeux de regards

Objectifs

- concentration
- Les yeux comme point de contact
- Les yeux comme instrument du langage

Déroulement

Les élèves évoluent dans l'aire de jeu en marchant. Ils se déplacent en changeant de direction, sans se bousculer, ni se toucher.

Au signal du meneur, ils s'arrêtent et chacun d'entre eux va plonger son regard dans celui d'un partenaire, se regardant ainsi deux à deux, droit dans les yeux sans aucune expression, de manière neutre.

La situation est reprise plusieurs fois, on changera à chaque fois de partenaire.

La durée de chaque arrêt sera d'environ 2 min à 2 min 30.

Les statues

Objectifs

- Expression du masque
- Expression corporelle
- Recherche de la spontanéité
- Extériorisation d'une émotion

Déroulement

Les élèves évoluent dans l'aire de jeu en marchant. Ils se déplacent en changeant de direction, sans se bousculer, ni se toucher.

Au signal du meneur, ils s'arrêtent et deviennent « statues ». Le signal est un mot qui donne le sentiment exprimé par la statue : joie, tristesse, peur...

Les élèves restent en statue environ 1 min 30 ; puis au signal ils reprennent leur marche...

Engager tout le corps.

Variante : Inscrire le sentiment par l'intérieur, sans l'extérioriser

On peut travailler sur les états : amoureux, énervé, malade...