

Atelier de Pratique théâtrale

Le 11/03/09 - Durée : 30 minutes

1. Cercle des prénoms :

L'animateur donne son prénom, la personne à sa droite redit ce prénom, puis se présente, chacun à son tour redisant la chaîne des prénoms en ajoutant le sien.
Objectif : faire connaissance, mémoriser.

2. Marche :

Marche libre en occupant tout l'espace, regard de plus en plus attentif aux autres : quand l'un s'arrête, tous doivent s'arrêter ; idem au redémarrage, idéalement, un spectateur ne devrait pas voir de qui vient l'intention.
Variation de rythme (tous très lent -> course, ou chacun son rythme).
Mise en voix : dire son prénom chacun son tour, tout en marchant.
Essai de cacophonie : chacun répète en boucle un vers/ une phrase choisie, tout en essayant de prendre conscience des mots des autres (toujours en déplacement).
Objectif : placement dans l'espace, attention aux autres, et affirmation de soi.

3. Eveil des neurones :

Petit jeu assis en cercle : compter 1,2,3,4,5,4,3,2,1,2,3,...
Ensuite en remplaçant « 3 » par un frappé des mains.
D'abord dans l'ordre du cercle, puis sur désignation aléatoire par un animateur, placé au centre. Le plus vite possible.
Objectif : la concentration.

4. Echauffement corporel :

Réveiller tout le corps (frottements, image de la douche)
Mouvoir chaque segment (le pantin) changer de position au clap, revenir à la position initiale.

5. Les aveugles :

Par 2 : l'un ferme les yeux (foulard avec les enfants) et se laisse guider par l'autre, (contact à varier : coude-paume ; épaule à épaule)
Objectif : confiance en son partenaire, exploration sensorielle (appréhender l'espace sans le visuel).

6. Le tableau improvisé : *non fait par manque de temps !*

Tous assis, l'un vient faire une proposition (pose corporelle), puis l'un après l'autre vient librement la compléter (sans concertation préalable).