

Les statues

cor7

Objectif

Ressentir ses émotions et les exprimer de manière non-verbale

Se rendre compte que nous exprimons des émotions par notre corps et que l'information que nous communiquons et sa crédibilité est aussi liée à notre attitude

Déroulement

1-Durée

30 min

2-Fréquence

plusieurs fois pendant le projet

3-Matériel

un espace dégagé

4-La trame

- Faire circuler en marchant les participants dans un espace en solitaire et en veillant à bien remplir toutes les zones libres.

- L'animateur explique la consigne : il faudra exprimer un sentiment simple tel que la colère, la joie, la peur, la tristesse... !

- Au signal de l'animateur, se figer en sculpture silencieuse exprimant ces diverses émotions avec pour moyen l'expression du visage et de tout le corps.

- Ensuite repartir et demander l'expression d'un autre sentiment.

- Variante : il est possible de jouer cet exercice en duo, à trois ou à quatre

Résultats

.. /.. /	
.. /.. /	
.. /.. /	
.. /.. /	
.. /.. /	

Annexes

[Video Etape 1 - Eveil](#)

Le « bonjour »

cor8

Objectif

Ce jeu tient à développer le contact du regard et le jeu d'improvisation dans un délai très court.

Favoriser l'improvisation sur un temps très court, apprendre à regarder son partenaire dans les yeux, trouver sa confiance dans les prémisses du jeu d'acteur. Développer le sens de la répartie

Déroulement

1-Durée

20 min

2-Fréquence

Deux à trois fois

3-Matériel

Un espace dégagé suffisant pour faire quelques pas vers le centre

4-La trame

Nous scindons le groupe en deux, face à face avec de l'espace au milieu. Il s'agit, par couple de participants, d'avancer, de se croiser au milieu, de se serrer la main et de se dire « bonjour », le regard bien fixé dans les yeux de son partenaire du moment. Ce « bonjour » pourra prendre des formes diverses, fort des jeux d'interprétation de mimes et de statues acquis précédemment : l'un joyeux, l'autre triste, l'un fatigué, l'autre en pleine forme. Le but est de créer quelques dialogues brefs sur des attitudes en opposition et de favoriser l'improvisation sur un moment très court. Le « *bonjour* » pourra se transformer au fil du temps, par un rôle d'acteur simple tel que deux amis qui se croisent en rue. Un des acteurs s'est fait très mal au dos. Ils se disent bonjour, et le partenaire s'inquiète (ou pas) de son sort. L'un est joyeux, l'autre est triste, ...

Résultats

.. /.. /	
.. /.. /	
.. /.. /	
.. /.. /	
.. /.. /	

Annexes

[Video étape 2 – Jeux](#)

Le jeu en groupe

cor9

Objectif

Mélange et synthèse des deux exercices précédents

Ce jeu favorise le contact et l'esprit de groupe. Il est également très ludique et apporte rires et décontraction

Déroulement

1-Durée

20 min

2-Fréquence

Deux à trois fois

3-Matériel

Un espace dégagé suffisant pour faire quelques pas vers le centre

4-La trame

- Nous scindons le groupe en deux et nous les mettons face à face avec de l'espace au milieu. Ils devront s'avancer vers le milieu, les uns face aux autres, et se figer au milieu en jouant à nouveau un rôle donné.

- Quelques exemples de thème :

Les uns joyeux, les autres tristes

Les uns formant un groupe de bûcherons, les autres les arbres qui vont être coupés

Les stars à « Hollywood », les autres des fans

Etc ...

Résultats

.. /.. /	
.. /.. /	
.. /.. /	
.. /.. /	
.. /.. /	

Annexes

[Video Etape 2 – Jeux](#)