

Séance : mises en situation

Echauffement corporel : (cf séance corps)

Appréhender ensemble un espace donné

1 - les marches :

- marcher dans un espace de manière homogène : il ne doit pas y avoir de trou sur le plateau !
- marcher sur pointe des pieds, sur talons, sur la tranche externe, sur la tranche interne
- marcher genoux fléchis, en levant les genoux
- marcher la tête rentrée dans les épaules (épaules levées)
- marcher en trainant la pointe des pieds au sol
- en sautillant
- marcher à grand pas, à petits pas
- marcher comme un éléphant, une petite souris, un chat, une poule, un cheval, une grenouille, un lézard, un taureau

2- par deux :

Un **aveugle** et son guide : le guide pose ses index sur les épaules de l'aveugle, qui ferme les yeux. Le code proposé est le suivant : les deux index posés = avancer / les deux index retirés = stop/ un seul index posé = tourner de ce côté.

Il faut faire confiance à l'autre, et pour le guide être digne de la confiance de l'autre : regarder loin et autour de son aveugle !

Expérimenter différentes émotions, sensations ou attitudes

Marcher comme un cosmonaute sur la lune, comme si du chewing-gum collait nos chaussures sur le bitume, comme si on était un militaire, comme si on était tout mou, comme si on était en retard, comme si on était dans la lune, comme si on avait mal à la cheville, comme si on était de bonne humeur, comme si on était très très joyeux, comme si on était triste, comme si on était un vieux

papy/une vieille mamie, comme si on était dans le désert et qu'il faisait très très chaud, comme si on était poursuivi par quelqu'un, comme si on était très timide...

La pose photo :

- 1- Se mettre en groupe, en grappe, de manière à ce que tout le monde soit visible
- 2- Placer une chaise devant le groupe, et proposer différentes représentations imaginaires en lieu et place de la chaise :

un truc dégoûtant : une vieille poubelle pleine de moisi qui coule à l'extérieur / un truc qui fait peur : un rhinocéros qui va foncer sur vous / un truc trop mimi, comme un petit bébé chat / un truc vraiment trop triste / un truc extraordinaire, comme un poisson qui passe en volant / un truc qui vous mette vraiment très en colère/ une montagne de bonbons/ un truc vraiment trop drôle/ un truc dont on se méfie (...)

A chaque fois : un petit temps de jeu (pieds immobiles) et « pose photo »

(ce jour-là, on peut emmener un appareil photo !)

Donner à voir un objet imaginaire (Passage individuel)

1- l'objet sur la chaise

Je pense à un objet sur la chaise, et j'entre dans la démarche d'un autre que moi-même : un personnage. Il y a un objet sur la chaise. Je le vois : réaction : quels changements dans mon personnage ? Je me dirige vers lui : je fais quelque chose avec (et donne à comprendre au public ce que c'est) : effet de l'objet sur moi. Je repars, changé par ce qui s'est passé avec cet objet (ou par l'objet lui-même : poids, parfum...).

Attention : sans parole bien-sûr !

2- Bonjour, je m'appelle...

Je viens sur scène, et je dis « bonjour » ou « bonjour, je m'appelleon invente un autre prénom ou sinon on dit **Joséphine ou Mario** »

triste, joyeux, en colère, en ayant peur, en étant très très timide, en étant comme le schtroumpf grognon, en étant tout mou, tout dynamique, dans la lune, en ne comprenant rien à ce qui se passe...