

# Formation COMETE : quelques outils pour démarrer

PREMIERE JOURNEE : 4 heures

- Nous avons insisté sur l'achat indispensable du DVD « du jeu au théâtre » par Jean Bauné et Dany Porché  
Editions SCEREN  
D'autres livres de méthodologie ont été montrés : voir autour de la pratique du jeu (site) dont « dramaturgies de l'atelier théâtre » Bernard Grosgean éd. Lansman
- Le premier trimestre doit insister sur la constitution du groupe et doit être un travail essentiellement collectif pour assurer la motivation, la concentration, et l'acquisition d'une « grammaire de base » : une attitude scénique correcte bannissant les gestes parasites, un travail sur le corps de l'acteur avant la mémorisation d'un texte. On peut considérer aussi qu'il faut casser la primauté du texte

**Enfin se rappeler au préalable aussi que les élèves sont là pour le plaisir du jeu.**

**Comment démarrer la répétition ?** Il faut rappeler la nécessité du SAS : il faut quitter une personne : soi-même (et ses soucis) pour entrer dans un ailleurs, cela ne peut pas se faire facilement.

Un exercice de concentration est nécessaire : les lycéens préféreraient la relaxation, voire la relaxation au sol. Nous la ferons quant à nous le dimanche matin.

Pour les collégiens, il est préférable de recourir à des exercices de marche, et à l'équilibre du plateau

Aller toujours ( si possible) à chaque moment vers une **mini petite forme** qui va satisfaire les élèves dans leur envie de représentation,

**Présentation de la méthodologie : un exercice de base est à chaque fois expérimenté, et celui-ci pourra être décliné au cours de l'année**

## 1 L'EQUILIBRAGE DU PLATEAU ET L'APPREHENSION DE L'ESPACE

Avoir un bâton de M.Loyal ou claquer des mains pour l'animateur

### 1. Exercice de base :

- Marcher en évitant de tourner en rond (un enseignant avait mis des marques au sol dans son atelier)

Au stop voir si le plateau est équilibré : pas de trou

Au stop se sourire regarder tout le monde

Au stop se méfier de tout le monde

Au stop on peut faire un exercice de présentation : désigner une personne, aller vers elle et dire « je m'appelle....et toi... ».....

**Cet exercice de présentation n'est pas anecdotique, c'est .....la première phrase théâtrale**

**Attention au regard, aller de plus en plus vite**

### 2. A partir de cet exercice de base, on décline à l'infini au cours de l'année en fonction du projet

**On veillera toujours à la qualité du regard, ne pas se débarrasser de sa phrase : regarder dans les yeux quelques secondes avant de parler mais au début, pas de paroles, peut-être un attouchement léger**

**Mettre en place la première petite forme**

- Aller d'un coin de l'espace à un autre bien visualiser le coin ( tourner la tête avant de repartir, c'est la tête qui entraîne
- Marcher, l'un s'arrête les autres doivent le sentir et s'arrêter aussi ( écoute du partenaire)
- Ne pas hésiter à aller à la course, s'éviter
- S'exercer à des exercices de freinage : aller vers un point et s'arrêter juste avant
- A un arrêt regarder un point fixe avec une intention
- L'un marche devant, se retourne brusquement : blocage du second

PREMIERE PETITE FORME

**1. Venir un par un avec sa chaise en regardant le « secret » et prendre un appui par rapport à la chaise : veiller à l'occupation de l'espace**

2. **Faire un déplacement après avoir regardé un point dans l'espace ou sur le mur en incorporant le travail du « frein » avant l'arrivée**
3. **Retour à la chaise en prenant un appui sur la chaise puis regard vers le secret, regard neutre**  
**Puis on y mettra une intention (plaisir, tristesse) ou un mot ou une phrase**

### 3. Les marches très rapides ou lentes :

- Avec 1 handicap voir 2
- Fesses en arrière, pubis en avant (commedia), pointe des pieds, sur talon, intérieur des pieds, extérieur.
- Les marches animalières : et si j'étais ballou l'ours, un héron, un félin etc.

### Mettre en place la deuxième petite forme DEUXIEME PETITE FORME

1. **Faire un défilé de mode d'animaux**
2. **Ou la ronde des fous (chacun choisit un handicap) sur musique des arrêts brusques ou regard au public lorsqu'on arrive devant**
3. **Deux animaux se rencontrent**

### Des jeux d'énergie :

- Marcher tomber au ralenti (comme avoir reçu un coup de fusil dans le dos), se relever au ralenti (faire cet exercice contre un mur)
- Jeu du pistolet (forme théâtrale du jeu du bérêt)
- Le jeu de la bombe  
1 acteur choisit sans le dire un autre acteur-bombe et un autre acteur-mur  
Dans la marche le mur doit toujours être entre bombe et moi

Dans « **jeux pour acteurs et non acteurs** » de Augusto Boal on peut trouver des jeux d'énergie  
Attention à ces jeux avec des très jeunes ! Sentir quand il y a fatigue

### TROISIEME PETITE FORME:

autour de la scène 1 du procès de Kafka à partir des démarches sur les animaux mais cela peut se faire pour n'importe quelle scène de conflit ou d'angoisse

### Comment décliner les exercices pour arriver à la scène :

1. **Proposition d'espace angoissant, marcher et rétrécir l'espace**
2. **Gestuelle angoissante : un chœur en file indienne (3 pers) développe une démarche surréaliste en labyrinthe, s'inspirer des démarches travaillées : Attention aux angles : un tracé au sol est le mieux, trouver une musique**  
**( Il aurait fallut développer la marche synchrone à 3 avant et la démarche dans un labyrinthe. Avec des collégiens : démarche dans un carré autour de la chaise centrale suffit peut être**
3. **Un au centre aura une réplique : « que voulez-vous ? »**  
**Le chœur s'arrête « nous venons vous arrêter »**

## II LA PRESENCE SCENIQUE

Il est important de faire comprendre que le théâtre ce sont aussi des images scéniques : Eux sont dans l'image, ils ne voient pas, mais les spectateurs voient.

- **Entrer dans l'aire de jeu un par un**, prendre une position fixe en équilibrant l'espace  
Regard à l'horizon, on est au-dessus de la falaise : se grandir, pas de geste parasite,  
Matérialiser par un scotch le point à regarder (le secret de B.Grosgean) on est beau  
Veiller à ce que le regard vers le secret se fasse dès l'entrée dans l'aire de jeu.

## III L'EQUILIBRAGE DU PLATEAU PAR DEUX CHŒURS : INITIATION A LA NOTION DE CORYPHEE

Mettre un objet au centre et faire évoluer deux chœurs face à face, cela peut se faire avec des masques, il faut rester à distance égale par rapport au centre.

Attention : pour des collégiens ce jeu n'est pas facile : tenue du regard, harmonie de la démarche, aller lentement.  
On peut le faire avec des démarches comiques ( les chapeaux contre les foulards) ou des masques blancs ceux ci aident à gommer les gestes parasites

## DEUXIEME JOURNEE : 3h + 3h.

### IV LA RELAXATION SUR MUSIQUE et LE TRAVAIL CORPOREL

Les élèves de lycée réclament de la relaxation pour démarrer la répétition. Pour les collégiens cela semble difficile : commencer alors par une occupation de l'espace active (marches) et les exercices de concentration mais on peut finir par cela.

- Couché : se tourner, voir tous les points d'appui au sol comme si on était un fœtus dans le ventre maternel ( voir pièce de R.Fichet sur les bébés dans Brèves d'auteur)  
Ramper à 4 pattes comme si on était des insectes.  
Comment se relever au ralenti ?  
Exercice des dames chinoises : on se croise : à faire avec précaution pour ne pas relâcher la concentration !
- Assis : imagination  
Les animaux malades de la peste : le pied grossit puis la jambe voir le corps, on se lève comment marcher
- Debout ; expérimenter les déséquilibres pour aller jusqu'à la marche de l'homme ivre

Excellent livre sur la relaxation : « le livre des exercices » de Patrick Pezin, voir bibliographie  
Enfin si vous connaissez quelques mouvements de yoga.....

La relaxation peut être plus longue la veille de Noël, sentir quand il y a de l'agitation dans l'air  
Mais elle doit être aussi associée à des images théâtrales (fœtus, animaux etc)

### V LE THEATRE IMAGE

#### 1. Exercice de base

..... La moitié du groupe ou 8 acteurs dos public face au mur  
Musique pour mettre les acteurs dans un certain état  
Baisser musique  
Ils se retournent, avancent de quelques pas, prennent une pose  
Et disent leur prénom de gauche à droite ou se sont donnés des numéros (pour la présentation de début d'année)  
De la pose, viendra l'interprétation : montrer que la parole .....vient du corps.

#### 2. Cet exercice peut se décliner au cours de l'année

- Constitution d'un corps de personnages : apporter des photos de magazines, de tableaux de peintre ou photocopier les poses des « gens de spectacles » de Daumier.
- Pendant la pose photo, les spectateurs peuvent venir derrière leurs camarades et dire une phrase imaginée comme une bulle de BD.
- On peut pendant la pose faire dire une phrase : se présenter en début d'année ou dire des phrases d'auteur en introduction de la découverte d'une œuvre.  
**Nous avons fait cela avec des phrases tirées du livre apporté par un participant : « le rire de résistance »**
- Les personnages peuvent bouger et se rencontrer (comment marchent-ils avec leur pose intégrée, comment se saluent-ils), une silhouette de quel personnage ?
- Un chœur masqué ( bas ou joues ou nez rouge) peut décrire les poses
- Avec des tableaux de peintres on peut décliner cet exercice, faire improviser des phrases : fixer l' image de départ puis imaginer ce que disent les personnages ? Un tableau du peintre Caravage a été montré sans que l'exercice ait été fait

#### Pause

**Discussion sur les problèmes de groupe, les valises, le répertoire**

### V Retour sur la présence scénique et le travail de chœur

#### 1. Déclinaison à l'infini de l'exercice de la présence scénique

Sans quitter le regard de ce point (le secret),  
Se rassembler en chœur au centre

Avancer et reculer

Disperser le chœur, y revenir

Avancer vers le secret qui semble un dieu bon puis reculer ; un dieu méchant : etc.

Veiller à la tenue du regard et à la chasse aux gestes parasites : ex. : remettre ses cheveux en place, mains dans les poches, etc.

Diviser le groupe en deux si possible pour percevoir l'image scénique.

Avoir un appareil numérique pour faire quelques photos.

QUATRIEME PETITE FORME sur le chœur

Par groupe de 6 ou 10

**1 groupe entre 1 par 1 puis se groupe au centre : une phrase ou un mot**  
**1 groupe se regroupe au centre et se disperse s'arrête : une phrase ou un mot**

**2. Travail avec le masque blanc ( nous avons fini par cet exercice mais je le situe ici car il est dans la prolongation du travail sur le chœur)**

- L'équilibre du plateau
- L'exercice du miroir ( fait devant la glace)
- Les avancées en diagonales

## VI DEUX REPONSES A DES PROJETS DES PARTICIPANTS

- La marionnette humaine : quel corps ? Comment marche t-elle , comment la déplacer ?  
Comment la coucher, se mettre à plusieurs pour coucher un corps raide ( non fait , mais excellent exercice de confiance)
- Comment cadrer les improvisations ? Cadrer le temps. Peut-on laisser l'impro libre ? Oui pour « paraphraser » une scène de théâtre d'auteur par ex ou mimer un rituel ( église, repas etc.)

## VII LA VOIX

A la demande des participants, nous avons donné quelques pistes, mais nous reviendrons davantage sur ces problèmes en février

Il faut que les élèves soient libérés pour libérer leur voix

Là aussi : développer des aspects ludiques

- Echauffement

En cercle

- envoyer un souffle face au partenaire

- Envoyer un A ou Han avec le poing dans le ventre du partenaire sans le toucher

Le ha part du ventre, c'est difficile

- Envoyer un fu , un psii ( serpent)

- Le chœur préhistorique : la guerre du feu

2 élèves au milieu en boule miment le feu

Les autres autour avec un A chauffent le feu, un chef de chœur (vous) fait monter ou descendre le feu

- Le souffle

Avec son souffle on ficelle l'autre

Avec le souffle on fait bouger une feuille (corps couché)

Sur la voix : voir aussi « le livre des exercices » de Patrick Pezin,

Nous reviendrons sur cet aspect en janvier mais au début ne pas trop insister, cela peut être rébarbatif

Au deuxième trimestre nous reviendrons sur le problème du texte et de la mise en scène

## VIII IMPROVISER A PARTIR D'UNE SITUATION THEATRALE EXTRAITE D'UNE SCENE D'UN TEXTE DRAMATIQUE

Ou Comment faire une bande annonce pour faire venir le public par ex

**Ce travail sur la situation à partir des scènes et des pièces en fait une mine inépuisable pour les activités de l'atelier. Il suffit de se pencher sur les textes dramatiques classiques ou contemporains et sur les contes pour en extraire des situations**

- Nous l'avons déjà fait avec la scène 1 du procès de kafka
- Nous l'avons refait avec un extrait de Ball trapp de Xavier Dürringer en s'initiant aussi à la lecture synchrone
- Avec un résumé de l'histoire de ROMEO et JULIETTE ( voir le détail de ce travail plus approfondi dans « dramaturgies de l'atelier théâtre » de Bernard Grosjean ed.Lansman 2009

#### Bilan et cercle de paroles

On revient sur le problème de la difficulté d'un horaire limité ( 1h ) au moment du cercle de paroles , comment déboucher sur une petite forme ? : on peut la préparer la première heure la faire la deuxième heure ou la troisième mais faire comprendre si possible que les exercices vont déboucher quelque part

#### **Donner du sens à ce qu'on fait**

Ne pas éviter un exercice de concentration même si on est obligé de le raccourcir

*Christiane Bauné le 26 octobre 2009*