

# Parcours d'accompagnement personnalisé Training d'acteur & métier d'élève

## COMPETENCES DEVELOPPEES

- Se concentrer, placer son corps dans l'espace, sa voix, trouver une énergie, une intention, être à l'écoute et prendre la parole, connaître ses limites et ses capacités, travailler l'expression, la communication. Développer la pratique expérimentale, avec des élèves sujets et acteurs de leurs expérimentations. Donner du sens.
- Permettre aux élèves de s'impliquer dans un projet et laisser place à leur créativité, à leur prise d'initiative.
- Développer l'autonomie, la confiance et l'estime de soi. Allier savoir-être et savoir-faire.

## OBJECTIFS DE FORMATION

### Champs disciplinaires mobilisés :

transdisciplinaire : théâtre, expression d'art dramatique.

### Type d'activité :

Diagnostic

Remédiation / Soutien

Méthodologie

Approfondissement

## CONTEXTE ET PROPOSITION DE MISE EN OEUVRE

Ce parcours d'accompagnement personnalisé ( **5 séances de 2 heures** hebdomadaires) permet une approche diversifiée du théâtre à travers la pratique d'exercices autour du corps, du mouvement, de l'occupation de l'espace, de l'improvisation mais aussi un travail sur le chœur, la langue et l'approche des textes. Ces séances sont aussi le moyen de souder les élèves autour d'un projet commun car le théâtre est l'art du partage et du collectif (ce qui n'empêche pas les individualités de progresser et de s'épanouir) : les élèves explorent ensemble et prennent confiance en eux. Toutes les qualités développées au cours de ces séances trouvent leur prolongation en classe : prise de parole plus aisée, réflexion sur la « mise en scène » des exposés, etc ... Ce travail doit être considéré comme une initiation, qui allie une certaine exigence – et non l'excellence- au plaisir. On rappellera aux participants que l'on ne portera pas de jugement mais qu'on échangera sans cesse sur des ressentis, des difficultés et/ ou des réussites, collectives ou individuelles. Il s'agit aussi de donner une autre image du lycée, de provoquer une rencontre avec le spectacle vivant et de développer l'estime de soi.

**Nombre de participants : 15 élèves maximum**

**Durée : 10 h**

## DESCRIPTION DES ACTIVITES

### Préparation, échauffement      **20 minutes environ à chaque début de séance**

Former une ronde avec les élèves qui se tiennent à une petite toise de distance (envergure des bras)

- **Posture et équilibre** : (Position de base) genoux déverrouillés, écartement des jambes : hanches et pieds sont parallèles

- Travailler la **respiration** abdominale : une main sur le ventre que l'on gonfle à mesure que l'on inspire puis on le rétracte à l'aide des muscles abdominaux lors de l'expiration. Ce travail peut s'effectuer sur le sol pour en faciliter l'appréhension.

- Travailler le **souffle** : ramasser une fleur, la sentir ; ramasser un caillou, le soupeser puis en se relevant doucement le lancer derrière soi avec un grand « ah ! » - les élèves travaillent tous ensemble en suivant le mouvement; souffler sur une bougie sans vouloir l'éteindre, puis une ou deux bougies (souffles brefs) , 5 bougies (souffle plus long), souffler pour enlever le sable que l'on a sur les mains, etc.

- Placer **la voix** : dire « Bonjour » à des hauteurs et intensités diverses. Rires : ho ho ho, ha ha ha , hi hi hi

- Echauffement physique et étirement des **muscles du visage** – en ouvrant la bouche, en bâillant de façon sonore, en se massant les maxillaires, le front, les arêtes du nez, les pommettes. Faire claquer la langue lentement et vite (bruit du sabot au pas, au trot, au galop). Faire le ménage dans sa bouche avec la langue.

- Mobilisation de toutes les **articulations** par de petites rotations : chevilles, bassin, poignets, doigts, épaules, cou (mouvements du *oui-non*). Se frictionner tout le corps comme s'il faisait froid puis s'étirer comme un chat, essayer de toucher le plafond, de pousser les murs. Aller doucement et lentement, ne pas forcer. Respecter un ordre pour ne rien oublier, par exemple du bas vers le haut.

## SEANCE 1 « Faire connaissance, prendre ses marques dans le groupe »

### Exercice 1 Travail sur l'écoute, l'encaissement, la concentration 30 minutes environ

Toujours dans le cercle d'élèves :

► 1<sup>er</sup> temps : les élèves, sans parler, vont se lancer une balle imaginaire. Il s'agit donc de se préparer à donner en captant le regard d'un autre participant qui se prépare alors à recevoir: l'émetteur doit ancrer son regard dans celui du récepteur qui se rend disponible. Au second tour, celui qui lance va changer la dimension, le poids, la matière etc.. de sa balle imaginaire ; le récepteur devra s'adapter à ces nouvelles données puis en inventer d'autres...

► 2<sup>e</sup> temps : on ajoute la parole

Elève A sur sa droite « *c'est pas moi !* Encaissement, à l'élève B sur sa gauche « *c'est toi ?* »

Elève B sur sa droite « *c'est pas moi !* Encaissement, à l'élève C sur sa gauche « *c'est toi ?* » etc etc...

L'enseignant donne ensuite des consignes de volume sonore : chuchoter, articuler, parler fort, parler lentement, en écho, crier, hurler... La voix est forte mais doit être maîtrisée pour ne pas se blesser les cordes vocales. L'élève devra faire attention au regard de l'autre, l'encaisser, prendre le temps d'y répondre puis on lui demandera d'ajouter un état : énervé, furieux, accusateur, amusé, apeuré, suppliant, triste, etc....

### Exercice 2 Travail sur le corps, l'écoute, et l'encaissement : faisons les présentations ! 30 minutes environ

► 1<sup>er</sup> temps : les participants sont en cercle. Une personne tape dans ses mains en direction d'une autre personne en disant son prénom. Rapidement, cette personne fait de même et ainsi de suite.

► 2<sup>e</sup> temps : les élèves s'écartent un peu plus (un pas en arrière) et devront se présenter. Dans un premier temps, chacun donne son prénom. Le plus rapidement possible, on inverse et chacun doit donner le prénom de l'autre. Puis chacun fait tout le cercle en donnant tous les prénoms exacts.

► 3<sup>e</sup> temps : les élèves - en évoluant dans le cercle- donnent leur prénom et y associe un adjectif qui commence par la première lettre de ce prénom – adjectif qu'ils devront jouer (en mimer le sens). Il s'agit aussi de trouver une sortie – retrouver sa place initiale sans perdre cet état. Les gestes de l'élève devront être « nettoyés » : les autres participants sont censés pouvoir l'imiter. Il faut donc de la précision et de la concision.

## SEANCE 2 « S'approprier le plateau et s'initier à l'improvisation »

### Exercice 3 Occuper l'espace, être à l'écoute, rester concentré 15 minutes environ

► 1<sup>er</sup> temps : marcher dans la salle avec la volonté d'équilibrer le plateau et fixer un point (dans la salle, sur le mur, la fenêtre etc.) ; se déplacer avec l'intention de rejoindre ce point pour travailler le regard et l'intention.

► 2<sup>e</sup> temps : le groupe continue à marcher mais cette fois l'élève va encaisser le regard de l'autre et dire « Bonjour ! » à chaque fois qu'il rencontre quelqu'un. La marche est dynamique ; il y a un ralentissement lors du salut puis une reprise de la marche dynamique. On peut ensuite ajouter un état, marquer l'étonnement, l'impatience, la colère, la déception, le désir, la joie, le dégoût etc.. avec une interjection (« ah », « oh »...) à chaque rencontre.

### Exercice 4 Occuper l'espace, être à l'écoute, rester concentré, prendre des initiatives 30 minutes env.

► 1<sup>er</sup> temps : marcher dans la salle avec la volonté d'équilibrer le plateau, le regard droit devant, concentré. L'enseignant ajoute des éléments de consignes : « *il se met à pleuvoir, doucement au début, le pas se fait plus pressant ; la pluie redouble de violence et devient neige ; les flocons gênent la circulation et le pas est lourd, appesanti ; puis le soleil fait fondre cette neige, et le sol devient glissant ; petit à petit l'endroit se transforme en plage paradisiaque; il fait chaud sur le sable fin : quelle joie de marcher dans les vagues ; il fait très chaud, le sol est brûlant ; le bitume fond : le danger est grand ; la température redevient supportable, mais une immense fatigue se fait sentir : il est impossible de se tenir debout, il faut ramper jusqu'à l'épuisement et rester immobile* ».

► 2<sup>e</sup> temps : le groupe reprend sa marche dynamique. L'enseignant tape dans les mains et donne des verbes d'action en guise de consigne : au signal, les élèves devront s'immobiliser en mimant ce verbe - par exemple *soulever, gratter, bâiller, arracher, pleurer, crier* etc...sans ajouter de paroles. Ensuite, c'est au tour des élèves de proposer des verbes d'action pour l'ensemble des participants ; en tapant dans ses mains, l'élève immobilisera le groupe et lui soumettra sa suggestion.

**Exercice 5 Improviser, faire varier un état, être à l'écoute de l'autre, utiliser les silences 30 minutes env.**

Sur le plateau face public, par binômes, les élèves n'ont droit qu'à deux répliques – sans ajouter de texte - mais ils doivent faire varier les intentions ; par exemple Elève A « *Il faut qu'on en parle* » Elève B « *pas maintenant* » / Elève A « *C'est impossible* » Elève B « *puisque je te le dis* » / Elève A « *prends* » Elève B « *Donne* » etc...Les participants doivent proposer une entrée et une sortie à leur saynète - qui ne dure que quelques minutes.

**SEANCE 3 « Improviser et faire partie d'un chœur »**

**Exercice 6 Improviser, faire varier les intentions 15 minutes environ**

Toujours dans en cercle :

Un élève pointe l'un de ses camarades en lui lançant une profession imaginaire: "*gratteur de lapin*" ; le pointé lance à son tour : "*briseur de cathédrale*" et pointe un autre élève en inventant une nouvelle profession surréaliste...Il faudra bien marquer les encaissements et faire varier les états : *moquerie, dédain, orgueil, admiration, honte, plaisir...*

**Exercice 7 Improviser, travail de groupe, être à l'écoute 30 minutes environ**

Par groupe de 5, les élèves devront un à un mimer un lieu en apportant leur indice, sans utiliser la parole. Chacun d'entre eux, à tour de rôle mimera un élément de ce lieu, en tenant compte de la proposition de ses camarades puis s'immobilisera sur le plateau en pleine action afin obtenir une "photographie du lieu". Le public devra en deviner la nature. Par exemple, *un concert de rock, un club de gym, un enterrement, la jungle* etc....

**Exercice 8 Travail de chœur, être à l'écoute, rester concentré 30 minutes environ**

Les élèves sont divisés en deux groupes.

► 1<sup>er</sup> temps : Un premier groupe de 8 élèves vont travailler en chœur sur un seul mot « *maman* » en faisant varier les intentions et surtout en travaillant les encaissements, les silences pour tendre la scène, étirer l'émotion - reprenant un motif de Calaferte dans ses *Pièces baroques*(1996) :

- élève 1 : 6 fois « *maman* » chuchoté
- élève 2 : 5 fois « *maman* » plus timbré
- élève 3 : 4 fois « *maman* » impatient
- élève 4 : 3 fois « *maman* » crié
- élève 5 : 1 fois « *maman* » hurlé
- élève 6 : 2 fois « *maman* » déçu
- élève 7 : 5 fois « *maman* » supplié
- élève 8 : 4 fois « *maman* » pleuré
- élève 1 : 8 fois « *maman* » batelé, scandé avec énergie
- élève 2 : 5 fois « *maman* » dans un souffle
- tous ensemble : 1 fois « *maman* » hurlé

► 2<sup>e</sup> temps : Les élèves enregistrent leur position dans le chœur et reprennent l'exercice de manière autonome, en s'efforçant de prendre leur temps.

Les élèves du deuxième groupe - jusque là spectateurs - deviennent acteurs.

Ils échangent enfin sur leurs impressions...

## SEANCE 4 « devenir un souffle, une voix, incarner un texte »

### Exercice 9 Travailler le souffle, réinvestir le travail du chœur 15 minutes environ

Voici dix vers de Victor Hugo « Oceano Nox ». Les élèves - en chœur- vont devoir inspirer et sur le souffle lire un vers le plus lentement possible ; puis répéteront l'exercice avec 2 vers dans un seul souffle puis 3, 4...

Oh ! combien de marins, combien de capitaines  
Qui sont partis joyeux pour des courses lointaines,  
Dans ce morne horizon se sont évanouis !  
Combien ont disparu, dure et triste fortune!  
Dans une mer sans fond, par une nuit sans lune.  
Sous l'aveugle océan à jamais enfouis !  
Combien de patrons morts avec leurs équipages!  
L'ouragan de leur vie a pris toutes les pages  
Et d'un souffle il a tout dispersé sous les flots!  
Nul ne saura leur fin dans l'abîme plongée.

### Exercice 10 Travailler l'articulation 40 minutes env.

► 1<sup>er</sup> temps : Les élèves lisent à haute voix ces extraits puis s'auto-évaluent suivant ces critères :

<b>Débit:</b> trop rapide <input type="checkbox"/> trop lent <input type="checkbox"/> correct <input type="checkbox"/>
<b>Articulation:</b> confuse <input type="checkbox"/> peu distincte <input type="checkbox"/> claire <input type="checkbox"/>
<b>Volume:</b> trop faible <input type="checkbox"/> trop fort <input type="checkbox"/> convenable <input type="checkbox"/>

► 2<sup>e</sup> temps : Un groupe d'élèves lisent le texte (en off, dans le public) pendant que d'autres élèves sur le plateau proposent une mise en espace de ces deux extraits, avec entrée et sortie. Ils peuvent réinvestir le travail du chœur.

**Texte 1** Paul Grivollet, *Déclamation école du mécanisme*, 1930, Éd. Albin Michel.

Un ange qui songeait à changer son visage pour donner le change, se vit si changé, que loin de louer ce changement, il jugea que tous les autres anges jureraient que jamais ange ainsi changé ne rechangerait jamais, et jamais plus ange ne songea à se changer.

**Texte 2** Gildas Bourdet, *Le Saperleau*, 1982. Éd. Solin.

APOSTASIE (*au Saperleau*). - Ah cruel barbaguinaire ! la monstracité affrovable me féroce la palpitérine, je sens que je défanouille (*elle s'évanouit*).

LE SAPERLEAU. - La v'là qui s'évamolle, que faire- je ! Que faire-je! Une ambulière ! Un doctérapeute ! À l'essoscousse, hol'un quelqu'aide! Ah la paupite ! À l'helppe, à l'helppe ! Morvianne, concourez me de la décrustasser parafine qu'elle respoumone.

MORVIANNE. - Débrochez-vous toi seul, ça fait trop que j'piégrute. Cuite fois m'encaraplate.

### Exercice 11 Travailler le souffle et l'intention 40 minutes environ

Voici une page de Philippe Minyana, extraite d'*Histoire de Roberta* (2006). **ANNEXE** page 6

► 1<sup>er</sup> temps : 4 élèves – Vieillard, Vieillarde, autre Vieillarde et Roberta – autour d'une table [texte à portée des yeux] mettent en voix l'extrait. Ils effectuent une première lecture neutre pour en comprendre les enjeux : une réunion de famille - où l'on ne se fait pas de cadeaux...en dépit des apparences - qui met en lumière la férocité de la vieillesse et la peur qu'elle inspire.

► 2<sup>e</sup> temps : à un premier groupe de 4 élèves, on donne la consigne suivante : lire le texte dans un état d'euphorie, à la limite de l'hystérie collective, avec un débit rapide. A un deuxième groupe de 4 élèves, au contraire, on impose la lenteur – il faut marquer de très longs temps entre les répliques – et on leur demande d'accentuer l'état de malaise, de rire forcé, de gêne entre les personnages.

Il s'agit enfin pour les élèves – spectateurs et acteurs – de donner leurs impressions sur ces deux tableaux et de justifier leur préférence : quel(s) impact(s) sur l'acteur ? Sur le public ?

Pour la séance suivante, on peut demander aux élèves de choisir et de retenir une réplique du texte de Minyana - pour préparer un travail d'improvisation...

## SEANCE 5 « improviser et réinvestir les acquis »

### Exercice 12 *Improviser, travail de groupe, être à l'écoute* 100 minutes environ

► 1<sup>er</sup> temps : Deux groupes de 4 élèves de part et d'autre du plateau vont l'investir un à un. Les autres élèves seront d'abord spectateurs puis acteurs.

Au centre un banc (ou trois chaises placées côte à côte face public).

Un premier élève investit le plateau avec une intention précise et un état. Il peut ou non utiliser le banc...mais il faut qu'il se crée une identité, une histoire, un objectif.

Un deuxième élève l'investit à son tour, avec une autre intention. La présence du 2<sup>e</sup> devra pousser le 1<sup>er</sup> à quitter la scène pour laisser la place à un 3<sup>e</sup> élève et ainsi de suite...tous les élèves devront passer au moins deux fois et ont pour obligation de changer de personnages. Il peut s'agir de parfaits inconnus, d'amis, d'ennemis, ou encore de parents qui sont invités chez Roberta etc...mais tous devront faire varier les intentions et les états : agacement, joie, dépit amoureux, désir, indifférence, curiosité, peur...

La consigne étant de mêler au dialogue improvisé une réplique de Minyana. Il faut économiser la parole : on privilégiera les regards, les silences, et on nettoiera les gestes. L'élève peut très bien se contenter de la réplique qu'il a apprise, même si la situation perd en cohérence.

► 2<sup>e</sup> temps : chaque élève, afin de clore la séance, en gardant l'état, la gestuelle et le rythme qu'il avait choisis, devra venir saluer en présentant son personnage (parmi ceux qu'il a créés) en donnant son nom, un mot ou une réplique qui pourrait le définir, puis faire une sortie.

### INDICATEURS DE REUSSITE PROPOSES

Sur le plateau, je sais :			
me concentrer			
placer son corps dans l'espace, avoir une gestuelle qui fait sens			
placer ma voix, trouver une énergie, une intention			
être à l'écoute et encaisser, travailler avec l'autre			
prendre l'initiative, rattraper des situations (défaillance d'un partenaire)			
Prendre du plaisir à jouer et à regarder			

*Roberta a organisé une petite réception pour sa famille. Roberta et quelques Vieillards (oncles et tantes) tiennent un verre à la main. Ils ne sourient pas. Plus ou moins off, sur un écran, on peut voir le film de Bergman « Les Fraises sauvages ».*

**VIEILLARDE.**- Je suis assaillie par les souvenirs

**VIEILLARD.**- Bons ou mauvais tes souvenirs

**VIEILLARDE.**- Ça dépend

**AUTRE VIEILLARDE.**- Moi aussi je suis assaillie par les souvenirs le problème c'est qu'ils se superposent et ils m'arrivent alternativement bons ou mauvais

**VIEILLARD.**- Tu devrais dire bons et mauvais

**AUTRE VIEILLARDE.**- Oui bons et mauvais et les mauvais sont plus résistants que les bons

**VIEILLARD.**- Ah moi je sélectionne et quand c'est bon je garde

**VIEILLARDE.**- Et que fais-tu des mauvais

**VIEILLARD.**- Poubelle (je les fous à la poubelle)

*Ils offrent des cadeaux à Roberta pour fêter sa nouvelle installation.*

**ROBERTA.**- Un soliflore

*Elle rit un peu et pose n'importe où le soliflore.*

Une serviette

*Elle rit un peu et pose n'importe où la serviette.*

Qu'est-ce que c'est

**VIEILLARD.**- Un petit bouddha

*Elle rit un peu et pose n'importe où le petit bouddha.*

**ROBERTA.**- Qu'est-ce que c'est

**VIEILLARDE.**- Une rivière de diamants et de tourmaline

*Tous s'exclament.*

**ROBERTA.**- De diamants et de tourmaline

*Pause. Tous écoutent les premières phrases du film de Bergman.*

**VIEILLARD** (*qui répète ce qu'il entend*).- «Fêter mon jubilé dans la cathédrale de Lund»

*Plus ou moins off, le film, toujours. Son faible. Les images, partiellement.*

**VIEILLARDE.**- J'ai toujours été à l'aise dans la vie

*Tous, excepté Roberta: «Tant mieux tant mieux.»*

Et savez-vous pourquoi j'étais une infecte petite bonne femme qui donnait des ordres qui ne pensait qu'à elle

*Tous rient un peu.*

**AUTRE VIEILLARDE.**- Je me souviens tu étais un monstre

*Tous, excepté Roberta, rient un peu.*

**VIEILLARDE.**- Et un jour mon miroir m'a renvoyé mon image je me suis vue telle que j'étais

**AUTRE VIEILLARDE.**- Tu étais un monstre

**VIEILLARD.**- Oui tu te maquillais trop ça te durcissait les traits

**VIEILLARDE** (*à Vieillard*).- Ne me regarde pas avec ces yeux Jean-Paul (ah ces yeux)

*Ils écoutent le film. Certains vont le regarder.*