



CONTACTS

ADMINISTRATION

CIE ZINZOLINE
LA CACHARDE
AVENUE LOUIS FRÉDÉRIC DUCROS
07130 SAINT-PÉRAY

T — 04 75 81 01 20
M — CONTACT@CIEZINZOLINE.ORG
W — WWW.CIEZINZOLINE.ORG

DIRECTION ARTISTIQUE

PHILIPPE PHÉNIEUX
P — 06 09 32 76 63

**LECTEUR,
AS-TU
UN
CORPS ?**



CAHIER

CIE ZINZOLINE

PÉDAGOGIQUE

LECTEUR, AS-TU UN CORPS ?

FORMATION

NOTRE DÉMARCHÉ

Depuis plusieurs années, la compagnie propose des formations au théâtre gestuel en milieu scolaire. Au fil des séances nous avons constaté que les enfants sont très réceptifs à ce mode d'expression et qu'ils s'investissent énormément dans cette activité artistique.

Univers magique et silencieux où les gestes parlent souvent plus que les mots, redécouverte du corps expressif, de cet instrument que l'on utilise chaque jour sans forcément bien le connaître.

Les enfants, à travers cet art, prennent conscience de leurs membres et de leurs possibilités de mouvement, action réfléchie, « je fais ce geste qui va traduire ma pensée, servir ce que je veux dire ». Maîtriser le geste pour donner le meilleur de soi dans l'action de jeu.

Notre démarche de travail est de faire en sorte que l'enfant, soit le plus possible acteur de sa formation. L'animateur intervient pour aiguiller, donner des éléments pour trouver la solution juste si c'est nécessaire. Il faut que la technique du mime soit au service du jeu, de la création de l'acteur. Pour des enfants qui rencontrent des difficultés, à l'oral ou dans d'autres domaines, cette discipline est un moyen de s'exprimer différemment. Ils prennent confiance en eux, se découvrent, s'épanouissent. Cette activité peut provoquer des déblocages scolaires et personnels.

Espace théâtral avec ses propres règles où les enfants peuvent exprimer leurs idées, leurs émotions, leur vécu, entrer en relation avec d'autres...

— OBJECTIFS (À PARTIR DE 3 ANS) —

- ACQUÉRIR UNE BASE D'ÉCHAUFFEMENT CORPOREL.
- DÉCOUVRIR UNE TECHNIQUE D'EXPRESSION.
- DÉCOUVRIR SON SCHÉMA CORPOREL POUR UN MIEUX-ÊTRE.
- S'ACCEPTER CORPORELLEMENT.
- OPTIMISER SA RELATION À AUTRUI EN DÉVELOPPANT LA CONCENTRATION ET L'ÉCOUTE.
- APPRENDRE À MAÎTRISER SES ÉMOTIONS EN SITUATION DE COMMUNICATION.
- DÉVELOPPER SA CRÉATIVITÉ À TRAVERS L'IMAGINAIRE ET LE JEU CORPOREL.

« LE MIME C'EST L'IMMOBILITÉ. »

ÉTIENNE DECROUX

LECTEUR, AS-TU UN CORPS ?

FICHE DE JEUX

SOUVIENS-TOI DES MIMODRAMES DU SPECTACLE

1 — LA BIBLIOTHÈQUE

Phil entre dans la bibliothèque et découvre des livres. Un livre l'entraîne dans différentes directions, il suit le livre dans l'espace, il fait une lecture renversante !

JEU A

Toi aussi fais bouger ton corps dans tous les sens : vers le haut, le bas, vers l'avant, vers l'arrière... à droite à gauche comme si tu étais tiré par quelqu'un !

JEU B

Par 2 : maintenant bloque tout ton corps comme un pantin. Ton copain énumère une partie du corps et toi tu ne bouges que cette partie en gardant le reste figé. Cherche toutes les possibilités de mouvement...

JEU C

Maintenant tu figes une partie de ton corps dans l'espace et le reste du corps se déplace autour.

2 — LE LIVRE À ÉMOTIONS

Le personnage éprouve une foule de sentiments en tournant les pages de ce livre ; on peut ressentir l'étonnement, la colère, la tristesse, la joie, la méchanceté, la peur, la timidité, et l'amour.

JEU D

Fais deviner à tes copains les sentiments avec ton visage, tes pieds, tout ton corps. Le sceau à grimaces : attrape une grimace et met la sur ton visage, enlève la et donne ta grimace à ton voisin qui doit la reproduire le plus fidèlement possible, puis il fait passer.

3 — LE LIVRE DES TRANSFORMATIONS : LA MÉTAMORPHOSE DU SORCIER

Phil découvre un livre d'anatomie qui s'enflamme et le transforme en sorcier.

Il prépare une potion magique à partir d'un livre : il met les ingrédients dans un chaudron : de l'eau, un serpent, une araignée, des vers, de la farine de chacal qui pue, des herbes qu'il coupe avec un ciseau, il dit une formule magique et donne un coup de baguette magique, la potion est prête et il boit. Il se métamorphose, se transforme, en se tordant dans tous les sens en toutes sortes d'animaux : une grenouille, un lézard, un chien, un serpent, un singe, un lion, un éléphant, un cerf, un rhinocéros, un taureau, un crocodile, un ours, une autruche, un aigle, il s'envole dans le ciel... La potion cesse de faire effet et il tombe sur le canapé.

JEU E

Par 2 : un sorcier et son aide : le sorcier jette un sort à son aide qui se transforme en ce qui a été demandé : « Abracadabroc je te transforme en dinosaure. » L'aide se contorsionne et devient un dinosaure en mettant en jeu tout son corps. ASTUCE — Pour bien marquer la transformation : tourne sur toi-même, lorsque tu es de dos, devient la chose ou l'animal ou le personnage.

« LA TENSION CRÉE L'ILLUSION. »

LECTEUR, AS-TU UN CORPS ?

FICHE DE JEUX

SOUVIENS-TOI DES MIMODRAMES DU SPECTACLE

4 — LE CANAPÉ ET LES LIVRES DANS LES LIVRES

L'histoire de Jacques Cartier (1491-1557), est un navigateur et explorateur français. Auteur de cartes ayant permis l'apparition du golfe et du fleuve Saint-Laurent sur les représentations du globe, Cartier de part ses relations est le premier Européen à décrire et nommer ces eaux, leurs rives et le territoire visité qu'il nomme Canada.

Le roi François I^{er} mandate Jacques Cartier « découvrir certaines ysles et pays où l'on dit qu'il se doit trouver grant quantité d'or et autres riches choses. »

Après seulement vingt jours de traversée, (20 avril 1554 au 10 mai), Cartier atteint Terre-Neuve, avec ses deux navires et un équipage de 61 hommes. Il explore minutieusement le golfe du Saint-Laurent.

JEU F

Par le jeu du mime, essayer de recréer la vie sur un bateau à voile, les différents métiers de la mer. Le capitaine, les soldats, les matelots, les pêcheurs...

« ON NE PEUT RÉUSSIR CORRECTEMENT
CE QUI NE VIENT PAS DU CŒUR. »

GROCK

5 — LE LIVRE ET LA TABLE VOLANTE : LES LIVRES ENFANTINS

Phil choisit un livre sur l'étagère et prend appuis sur la table absorbé par sa lecture, la table commence à s'élever dans les airs, il se laisse entraîner dans l'univers magique de la table volante qu'il entraîne dans une chorégraphie endiablée. Ensuite il découvre plusieurs livres pour les petits enfants...

6 — LE LIVRE DE JAMES BOND ET DU CAMBRIOLEUR

Phil découvre un livre en braille qui raconte les aventures du grand agent secret James Bond.

Il court dans la nuit son arme à la main, il vise puis range son pistolet pour grimper à une échelle. Arrivé sur le toit de la maison, il sort une corde avec un grappin le lance et grimpe à la corde, il se balance et saute sur un mur, il dérape et se rattrape de justesse. Il arrive devant la fenêtre de l'appartement ouvre et pénètre à l'intérieur. Il cherche le coffre, pousse une armoire et le trouve. Pour l'ouvrir il allume un chalumeau, découvre des bijoux, il est joyeux, il prend un bracelet, un collier, vole l'argent lorsqu'il entend les sirènes de police. Il fuit, tire, refait le chemin inverse, il a peur, il tire, il est touché par une balle qui le fait tomber. Les policiers arrivent et le font prisonnier. Ils l'emmènent en prison. Il se retrouve derrière les barreaux, il est triste et désespéré. Fin de l'histoire !

JEU G

LES VERBES D'ACTION — reproduire les verbes en mime : courir, sauter, grimper...

VISITE DU MUSÉE — chaque enfant réalise une statue qui exprime un verbe d'action.

Dans l'histoire du cambrioleur chercher les verbes d'actions et les donner à voir.

LECTEUR, AS-TU UN CORPS ?

FICHE DE JEUX

7 — LE LIVRE D'HISTOIRE

Un vieux monsieur lit un livre d'Histoire, il cherche ses lunettes et finit par les trouver dans son tiroir magique. Dans le grand livre, il lit et raconte l'histoire de John Wilkinson (1728-1808) un ingénieur et industriel anglais, sidérurgiste, constructeur de machines-outils, de ponts en fer et de matériel de guerre. 1790 : l'ingénieur John Wilkinson invente la machine outil, une foreuse à translation magnétique pour favoriser un travail plus humain et accroître la productivité.

L'apparition de l'acier au creuset, au milieu du XVIII^e siècle et des machines-outils pour le métal, en particulier la machine à aléser de John Wilkinson, les machines à fileter (pour les vis et les écrous), les machines à raboter, ouvrirent définitivement la voie à la machine de métal.

— les revendications syndicales

La vague de grèves contre l'exploitation des ouvriers qui déferla sur la France en 1936 est sans doute la plus importante, la plus marquante qu'aie connu le pays.

— 7 juin 1936, congés payés et semaine de 40 heures

Dans la nuit du 7 au 8 juin, à l'hôtel Matignon à Paris, sont signés les accords entre le nouveau président du Conseil, Léon Blum, la Confédération générale du patronat français (CGPF) et la Confédération générale du travail (CGT).

Consécutifs à l'arrivée au pouvoir du gouvernement du Front populaire, ces accords prévoient la généralisation des conventions collectives, la création des délégués du personnel et une augmentation de 12% des salaires. Mais on retiendra surtout l'instauration de la semaine de 40 heures et l'octroi de 15 jours de congés payés.

— Les ouvriers français partent en vacances !

JEU H

CRÉATION D'UNE MACHINE À PLUSIEURS

Chaque enfant choisit un geste et le refait à plusieurs reprise, un autre enfant fait de même, puis un autre et l'ensemble des gestes forment une grande machine. On peut associer à chaque geste une expression du visage.

« JE FERAI LE CLOWN DE MON MIEUX.
ET PEUT-ÊTRE AINSI
JE PARVIENDRAI À FAIRE L'HOMME,
AU NOM DE TOUS. »

MICHEL QUINT

« LE MIME MONTRE LE POTENTIAL,
LA RÉALITÉ CACHÉE. »

ÉTIENNE DECROUX

LECTEUR, AS-TU UN CORPS ?

FICHE DE JEUX

SOUVIENS-TOI DES MIMODRAMES DU SPECTACLE

« LE CIRQUE EST CAPABLE
EN UN INSTANT,
DE RAMENER LES ADULTES
À L'ÂGE DES ENFANTS ;
LES ARTISTES DE CIRQUE NE SEMBLANT
JAMAIS VIEILLIR,
SOUVENT EN DÉPIT DES RIDES,
ILS GARDENT LEUR ÂME
DE VINGT ANS. »

ALFRED COURT

8 — LE LIVRE DE LA FÊTE FORAINE

Parmi une pile de livre Phil découvre un livre étonnant qui le fait entrer dans le tourbillon de la fête foraine.

Il est dans un manège qui tourne, il est joyeux, puis malade, le manège s'arrête il a envie de vomir. La tête lui tourne, il titube. Il voit un jeu de massacre, il fait le malin, première balle il touche les boites qui tombent, la deuxième pareil, la troisième, déséquilibré, elle part dans la vitre du stand et la casse, le personnage à peur il fuit... il s'arrête devant un stand de barbe à papa, il mange avec envie... Il va ensuite tirer à la carabine des ballons, il vise 3 fois et gagne un lapin en peluche.

Il part et entre dans le palais des glaces. Il se trouve face à des glaces déformantes, grossissantes, amaigrissantes, il place ses mains contre la vitre, celle-ci s'ouvre et il pénètre dans le palais. La porte se referme, il a peur. Il cherche son chemin, se cogne, pousse les vitres, il est perdu, il s'affole, se tape le nez, il voit son amie à l'extérieur qui lui fait signe de le retrouver. Il cherche son chemin dans le labyrinthe et finit par trouver la sortie. Il retrouve son amie qui lui offre le livre de l'imaginaire qu'il découvre, il fait apparaître les dessins de son imagination.

JEU I

LE JEU DU MIROIR

Face à face l'un reproduit les gestes et mimiques de l'autre, le plus fidèlement possible.

Comment positionner ses mains pour créer l'illusion d'un mur ou d'une glace ?

ASTUCE — La main doit être plate, les doigts écartés. À chaque fois que la main se pose sur le mur imaginaire, bloquer la main dans l'espace en créant une tension, puis poser la seconde main au même niveau. Laisser les deux mains sur le mur, elles sont fixes, bouger son corps, comme pour essayer de voir au delà. Pour se déplacer le long du mur décoller une main après l'autre. (Lorsque l'on retire la main ne pas traverser le mur que l'on vient de faire exister, décoller la main par la paume). Même technique pour porter ou pousser un objet.

Ne pas mettre ses mains devant son visage lorsque l'on joue, sinon on ne voit plus son visage pour les expressions.

LECTEUR, AS-TU UN CORPS ?

FICHE DE JEUX

9 – LE BALLET DES LIVRES ET LA PRÉSENTATION FINALE

Mise en espace et en mouvements des livres : on peut voir apparaître un livre accordéon danseur, un journal déchiré et reconstitué, des pop-up, un livre géant gloutons, une quêtuse à apparition de livres de tailles différentes, le papiers symbole de transmission ! Le livre découpé au laser pour découvrir des décors et des histoires fantastiques.

JEU J

À partir du spectacle les enfants rejouent les actions des mimodrames.

JEU K

À partir du spectacle les enfants inventent une autre fin ou une suite aux différents mimodrames.

JEU L

Construction de sculptures collectives à partir d'un thème : un élève se place devant le groupe et fait une statue qui exprime le thème, les autres viennent compléter la première proposition pour créer un tableau.

CONSEILS SUR LA CONSTRUCTION DU PERSONNAGE

Qu'est ce que l'on veut dire, comment définir le personnage qui va jouer : jeune, vieux, grand, petit, fort, maigre, gros...

Dans l'ordre il faut inventer :

1 — la forme 2 — l'expression 3 — la marche 4 — l'action

« ON NE PEUT PAS
COMPRENDRE LE MIME,
MAIS DÈS QU'ON LE COMPREND,
ON LE PREND AVEC SOI. »

ÉTIENNE DECROUX

« ÊTRE UN BON CLOWN,
C'EST AVOIR L'AMOUR DU MÉTIER
ET SAVOIR AIMER LES AUTRES. »

MARCEL FAUCHER

LECTEUR, AS-TU UN CORPS ?

ATELIER DE PRATIQUE ARTISTIQUE

CONTENU DE L'ANIMATION

A — PRISE DE CONSCIENCE DES DIFFÉRENTES PARTIES DE SON CORPS

- 1 — Échauffement rituel segmentaire.
- 2 — Chaque partie bouge indépendamment du reste du corps.

B — LES DÉPLACEMENTS

- 1 — La marche normale.
- 2 — Les différentes façons de poser le pied pour se déplacer.
- 3 — Marches de caractères : les différents moteurs de la marche.
- 4 — Le rythme lié aux différentes marches.

C — L'ÉMOTION

- 1 — Expression des sentiments de base avec le visage.
- 2 — Comment enrichir sa palette d'expressions d'un même sentiment.
- 3 — Les sentiments sont exprimés par tout le corps.

D — TECHNIQUE DU MIME

- 1 — Les points fixes : jeu de regard, de tête.
- 2 — Les transformations, changements de personnages.
- 3 — Notion de poids, tirer, pousser, porter... équilibre.
- 4 — Manipulation d'objets.
- 5 — Construction du personnage.

E — PRISE DE CONSCIENCE DE L'ESPACE SCÉNIQUE ET DU PUBLIC

- 1 — Choisir un espace dans la salle face à l'animateur, afin de situer ses actions face à un public.
- 2 — Utilisation de l'espace scénique, attention aux personnes qui se trouvent tout autour.
- 3 — Délimiter sa place et y rester.

F — LE RYTHME

- 1 — Variations sur la vitesse de déplacement (marche de caractère).
- 2 — Variation dans l'exécution d'une action.

G — CRÉATIVITÉ - IMPROVISATIONS - CRÉATION DE MIMODRAMES

- 1 — Faire vivre ses personnages dans des actions.
- 2 — Créer ses mimodrames en fonction de l'exercice demandé sur un thème libre ou imposé.
- 3 — Présentation au groupe qui devient spectateur.

H — RELAXATION - CONCENTRATION

- 1 — Retour au calme, travail sur la respiration.
- 2 — Lâcher des tensions musculaires.

I — BILAN DE SÉANCE

Les enfants s'expriment sur le vécu des séances.

LECTEUR, AS-TU UN CORPS ?

ANNEXE

LES EXPRESSIONS LIÉES À LA LECTURE

Rester indemne à la lecture de quelque chose.
Tirer profit de ses lectures.
Varier ses lectures.

Lecture silencieuse, rapide, enrichissante, plurielle.
Lecture lente, saccadée, objective, globale, synthétique.
Lecture syllabique, optique.
Lecture personnelle
Lecture d'épreuves, de manuscrits.
Lecture d'un texte,
Lecture d'un livre, d'un roman, d'un auteur, d'un écrivain.
Lecture d'une carte, d'un schéma, d'un graphique.
Lecture d'un ouvrage, d'un journal, d'un verdict.
Lecture d'un événement, d'un acte.
Lecture d'une proclamation, d'un projet de loi.
Lecture des résultats, des informations, des données.
Lecture à voix haute.
Lecture en diagonale.
Lectures pour la jeunesse.
Lecture qui ennuie, endort, fait bâiller, délasse, passionne.
Lecture qui enthousiasme, excite.
Lecture qui enrichit, nourrit, forme l'esprit.
Mauvaises, bonnes lectures.
Temps de lecture.
Goût, apprentissage de la lecture.
Abondance des lectures de quelqu'un.
Livre de bibliothèque en lecture.
Quelles ont été vos lectures ces six derniers mois ?
Aimer la lecture.
Apporter de la lecture à quelqu'un.
Changer de lectures.
Choisir ses lectures.
Conseiller la lecture d'un ouvrage.
Continuer sa lecture.
Digérer une lecture.
Diversifier ses lectures.
Donner lecture de quelque chose.
Donner le goût de la lecture à quelqu'un.
Être altéré, assoiffé de lecture.
Être compréhensible à la lecture.
Être absorbé, plongé dans sa lecture.
Être passionné, empoigné par une lecture.
Faire la lecture à un malade, à un non-voyant.
Faire de la lecture avec des élèves.
Faire une lecture marxiste, moderne d'un auteur.
Infliger la lecture de quelque chose à quelqu'un.
Maîtriser la lecture.
Proposer une lecture contemporaine, personnelle d'un auteur.
Réagir à la lecture de quelque chose.
Recommander la lecture d'un ouvrage.