



FEUILLETS DE FORMATION

GIE ZINZOLINE

FORMATION

LECTURE EN MOUVEMENT

OBJECTIFS

Se questionner sur notre manière de lire, adapter notre posture physique en fonction des personnes pour qui nous lisons et en expérimenter de nouvelles, se constituer une boîte à outils (rituels de lecture, technique gestuelle et orale), mieux maîtriser ses gestes et exprimer des émotions au service de la lecture, captiver son auditoire.

Travailler la voix au service de la lecture, rendre sa lecture vivante en utilisant les outils du théâtre.

Gérer la mise en espace, s'appropriier un endroit pas forcément propice et confortable pour lire, mettre en scène des livres.

Le travail prendra appui sur différents livres fournis par l'intervenant ou les organisateurs.

CONTENU

— Technique du mime

Notions sur la construction du personnage, le rythme, les points fixes, l'émotion, l'illusion.

— Technique théâtrale

Mise en voix, jeux sur la ponctuation, le volume, le débit, le ton, l'accentuation.

— Mise en situation

Créer son espace de lecture, lire un livre que l'on connaît bien. Expérimenter des formes de lectures différentes.

— Retour et bilan

Mettre en avant ses points fort et travailler sur ses difficultés pour progresser dans sa pratique.

— Nombre de participants

Journée de formation pour lecteurs et animateurs : 12 personnes maximum.

— Intervenant

PHILIPPE PHÉNIEUX

— comédien

— mime

— metteur en scène

— formateur

— directeur artistique de la Compagnie Zinzoline



FORMATION

COMMUNICATION NON VERBALE ET EXPRESSION ORALE

OBJECTIFS

En vue de la préparation à un examen oral, un entretien d'embauche, la prise de parole en public. Session de formation proposée pour des séminaires d'intégration, pour favoriser la constitution d'un groupe.

Acquérir une meilleure connaissance de sa capacité à s'exprimer oralement et progresser. Découvrir l'importance de la communication non verbale dans la relation, par la pratique d'exercices spécifiques.

Être en situation d'évaluation par un groupe afin de prendre conscience de ses points faibles et forts en communication et de savoir révéler qui on est.

— Durée de la formation

3 modules de 2 heures soit 8 heures :

- Communication non verbale (2 heures)
- Expression orale (3 heures)
- Mise en situation et évaluation des acquis (3 heures)

— Références

- Lycée Jérémy Delarue / Charlieu (42)
- Lycée polyvalent tertiaire / Valence (26)
- École Saint Joseph / Sallanches (74)
- Lycée Charles Baudelaire / Cran Gevrier (74)
- Lycée Pierre & Marie Curie / Échirolles (38)
- Pôle Emploi / Valence (26)
- Lycée Vincent d'Indy / Privas (07)
- Mission locale / Nord Ardèche (07)
- Lycée hôtelier / Tain l'Hermitage (07)
- Lycée professionnel / Chomérac (07)
- Lycée agricole du Val de Drôme / Montéluçon (26)

— Intervenant

PHILIPPE PHÉNIEUX

- comédien
- mime
- metteur en scène
- formateur
- directeur artistique de la Compagnie Zinzoline

LA COMMUNICATION

55 % DU MESSAGE PASSE PAR LE CORPS
38 % PAR NOTRE MANIÈRE DE FAIRE VIVRE NOTRE DISCOURS
7 % PAR LE SENS DES MOTS

CONTENU

COMMUNICATION NON VERBALE

- Prise de conscience de son schéma corporel pour une meilleure assise intérieure, un mieux-être.
- Travailler sa pensée en lien avec le geste et gagner en simplicité et précision pour une meilleure communication.
- Se situer corporellement face à un groupe, envisager un auditoire et rayonner dans l'espace.
- Prendre conscience de l'image que l'on donne.
- Favoriser la maîtrise de soi et la relation à autrui.
- Acquérir des techniques pour maintenir l'attention du public.
- Décrypter les messages liés au comportement non verbal.
- Utiliser son corps pour faire vivre son discours.

L'objectif de ce module est de faire prendre conscience aux participants de l'importance de leurs gestes et attitudes lors de situations de communication. Comment se tenir, quelle marche et démarche, quels gestes pour appuyer et donner plus de force à ce qui est dit. Décrypter les postures de repli ou d'engagement et s'en servir pour être plus performant. Travail debout ou assis en fonction de la situation. Cette approche est novatrice pour les jeunes qui ont un corps qu'ils connaissent peu, qu'ils subissent souvent, sans avoir conscience de ce qu'ils mettent en jeu lors d'un face à face avec un employeur ou pour un examen. Analyse de situations, les stagiaires réagissent en fonction de leur perception des situations.

EXPRESSION ORALE

- Analyser les différents éléments qui interviennent dans la manière de dire les mots.
- Travailler la façon d'articuler, d'accentuer, de moduler l'intensité, l'intonation, le débit, sur la manière de respirer ce qui est dit, d'utiliser ralentissements et accélérations et d'oser les silences afin de relancer le dynamisme du discours.
- Favoriser la prise de conscience de tout ce qui parle à notre insu tout ce qui au-delà des mots, dit quelque chose de nous, de notre dynamisme, de notre désir, de notre intérêt.

MISE EN SITUATION

- Trouver ses points forts et les développer.
- Améliorer sa communication lors de face à face avec une ou plusieurs personnes.
- Chercher la meilleure manière de communiquer notre allant, notre dynamisme, pour rendre notre discours le plus vivant possible.
- Travailler sur la confiance en soi en choisissant des sujets qui nous passionnent pour faire des exercices de communication individuelle face au groupe. S'appuyer sur ce que l'on aime pour trouver l'énergie positive qui permet de se dépasser et développer une communication vivante pour l'auditoire.
- Apprendre à oser, plus les stagiaires osent et plus ils prennent de l'assurance dans leur communication.
- Travailler sur des textes d'auteurs pour mettre en application les outils travaillés sous forme d'exercices. Mise en situation par petits groupes de paroles. Mise en situation collective.
- Communiquer en face à face avec l'intervenant : mise en situation individuelle pour un entretien d'embauche. Mettre en application les outils vus pendant les deux journées de formation dans le cadre de cet exercice.

FORMATION SCOLAIRE

THÉÂTRE GESTUEL

OBJECTIFS

Depuis plusieurs années (1990), 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.

Mimer est beaucoup plus qu'imiter ; non pas reproduire un comportement observé, mais reproduire une apparence à la fois superficielle, profonde, exacte.

Les enfants, à travers cet art, prennent conscience de leur corps et de leur voix. 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. L'enfant doit trouver la voix qu'il faut pour son rôle, quelle est l'intention de jeu et réutiliser les outils dont il dispose pour pouvoir exprimer ce que son personnage doit dire et faire.

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 et du théâtre soit au service du jeu, de la création de l'acteur. Il est important qu'il s'approprie ces techniques pour lui permettre d'enrichir sa palette d'expressions et qu'il puisse se servir de ces outils dans son quotidien.

Certains enfants rencontrent des difficultés, à l'oral ou dans d'autres domaines. Cette discipline est un moyen de s'exprimer différemment. Ils reprennent 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 les autres.

CONTENU

1 — ART DU MIME ET DU GESTE

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.
- 5 — Marches stylisées.

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, tenir l'équilibre.
- 4 — Manipulation d'objets.
- 5 — Construction d'un personnage.

E — PRISE DE CONSCIENCE DE L'ESPACE SCÉNIQUE, 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. 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 : IMPROVISATION, 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 — Relâcher des tensions musculaires.

I — BILAN DE LA SÉANCE — 1

Les enfants s'expriment sur le vécu des séances.

FORMATION SCOLAIRE

THÉÂTRE GESTUEL

CONTENU

2 — ATELIER D'EXPRESSION THÉÂTRALE

A — PRISE DE CONSCIENCE DES DIFFÉRENTES PARTIES DE SON CORPS

- 1 — Échauffement de toutes les parties du corps.
- 2 — Chaque partie bouge indépendamment du reste du corps.

B — LES DÉPLACEMENTS

- 1 — La marche normale, sur place, de caractère.
- 2 — Les différents moteurs de la marche.
- 3 — Le rythme lié aux différentes marches.

C — L'ÉMOTION

- 1 — Expression des sentiments de base avec le visage.
- 2 — Les sentiments sont exprimés par tout le corps.
- 3 — Changement et évolution des sentiments de base : la joie, la timidité, la colère, la tristesse.
- 4 — Du geste à la parole, lieu de l'émotion.

D — TECHNIQUE THÉÂTRALE

- 1 — Les points fixes, jeu de regards.
- 2 — Travail sur les différentes sensations.
- 3 — Notion de poids, tirer, pousser, porter.
- 4 — Mémorisation textuelle et gestuelle.

E — TECHNIQUE DE LA VOIX

- 1 — La respiration.
- 2 — Le volume : l'intensité de la phrase, du murmure à l'acclamation.
- 3 — Le débit : lentur, rapidité.
- 4 — L'articulation : délimitation des syllabes.
- 5 — L'accentuation : faire ressortir des mots dans des phrases.
- 6 — Gestion des mots parasites.
- 7 — La diction : les différentes façon de dire une phrase ; l'intonation.

F — CRÉATIVITÉ : IMPROVISATION, CONSTRUCTION D'UN PERSONNAGE

- 1 — Faire vivre ses personnages dans des actions.
- 2 — Laisser libre cours à sa propre créativité.
- 3 — Créer son personnage en fonction de l'exercice demandé sur un thème libre ou imposé.
- 4 — Construire une histoire à plusieurs : concentration, élaboration, écoute, réalisation.
- 5 — Présentation au groupe qui devient spectateur.
- 6 — Retour du groupe, analyse, comment on peut l'améliorer ?
- 7 — Apport de la technique du théâtre pour aller plus loin.
- 8 — Jeu avec les sentiments.
- 9 — Poétisation du geste, de la parole et amplification.
- 10 — Mouvement dansé, travail sur la danse contact, improvisation.
- 11 — Corps résonance des mots.
- 12 — Création d'histoires à partir de différents supports : conte, chanson, texte théâtral, textes inventés par les enfants, musiques.

G — CONSCIENCE DE L'ESPACE SCÉNIQUE, DES PARTENAIRES

- 1 — La scène et ses limites : les entrées et les sorties, moment où naît le personnage.
- 2 — Concentration et écoute de l'autre ; respect du jeu, donc des autres et de son partenaire.
- 3 — Choisir ses options de mise en scène et les justifier.
- 4 — Positionnement sur la scène.
- 5 — Exercices de lâcher prise, de confiance.

H — LE RYTHME

- 1 — Variation sur la vitesse du rythme.
- 2 — Variation sur l'exécution d'une action.

I — RELAXATION, CONCENTRATION

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

J — BILAN DE LA SÉANCE — 2

Les enfants s'expriment sur le vécu des séances.

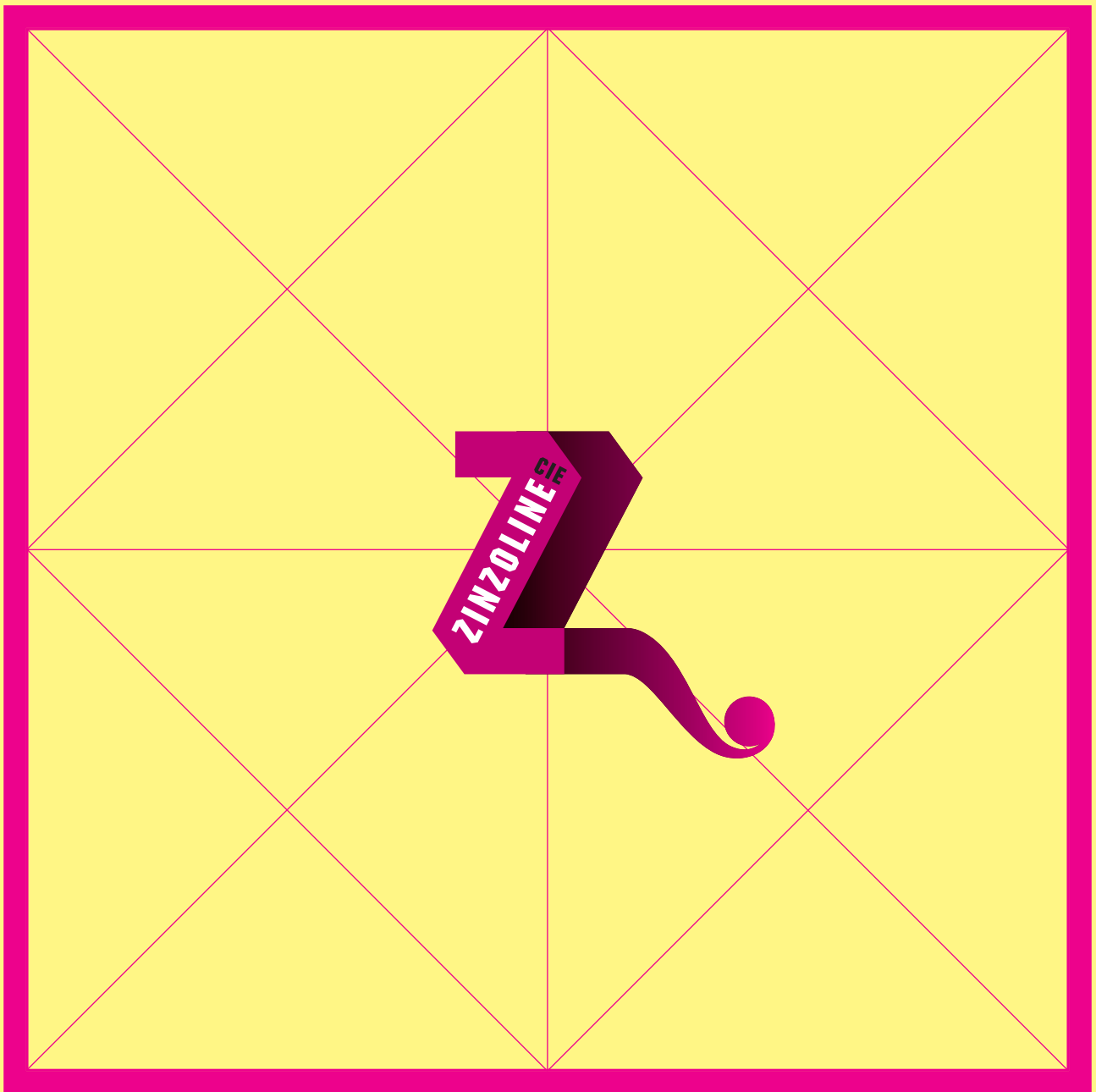
CRITÈRES D'ÉVALUATION

L'enfant sait-il ?

- Faire bouger tout son corps.
- Faire bouger une partie de son corps en gardant les autres fixes.
- Citer les parties de son corps.
- Se déplacer de différentes façons (marches de caractères).
- Se déplacer sur un rythme.
- Exprimer des émotions avec tout son corps.
- Exprimer des émotions avec son visage.
- Représenter un personnage, un animal.
- Modifier la forme de son corps pour exprimer des personnages.
- Réutiliser la technique du mime, du théâtre.
- Se faire comprendre par le mime pour raconter une histoire.
- Occuper l'espace scénique pour jouer son histoire, son improvisation.
- Occuper l'espace scénique ou de la salle sans gêner les autres.
- S'exprimer face à un public.
- Se concentrer avant de jouer.
- S'exprimer de manière différente : diction, volume, débit, articulation...
- Se relaxer, respirer correctement.
- Respecter le travail de l'autre, sa façon "à lui" de faire.
- Analyser ce qu'il fait, ce qu'il voit, dans un but constructif pour lui et pour le groupe.
- Donner des idées pour créer des histoires, des improvisations.
- Être autonome dans son travail de création.

EVALUATION SOUS FORME DE GRILLE : NOTATION DE 1 À 3

- 1 — l'enfant n'a pas fait l'acquisition.
- 2 — l'enfant est en cours d'acquisition.
- 3 — l'enfant a fait l'acquisition.



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
