

« FAITES DES ARTS »  
DÉCOUVRIR LES PERCUSSIONS CORPORELLES ET VOCALES

FORMATION DES ENSEIGNANTS  
KATIA VICHARD/ CLAIRE FOURNIER

Mercredi 8 janvier 2014 - 9h/12h - Trame de la matinée

« Ecoute intérieure ; Ecoute extérieure ; Faire ensemble »

Echauffement Corporel / Verticalité

- . Déplacer le poids du corps, droite, gauche, devant, derrière ; cercles
- . Faire rouler les épaules, faire rouler les chevilles
- . Monter les épaules, lâcher sur un soupir
- . aller-retour épaules sur une expiration sonore

Prise de contact Espace et Environnement

- . Marche dans l'espace, varie les vitesses, « les regards se croisent et se décroisent »
- . Arrêts et Démarrages sur un son proposé ;
- Arrêt d'urgence ? Ou prend le temps de s'arrêter ?
- reste en suspens ou rassemble les pieds ? Garder la verticalité...

Prise de Contact Identité

- . Jeux des prénoms
- Dire son prénom associé à un geste, le groupe reprend en imitation
- Se déplacer vers quelqu'un en donnant son prénom plusieurs fois

Rythme

- . Installer des repères aux pieds, 4 temps,
- « Pas en étoile » (droite devant, gauche, droite derrière, gauche)
- . Nommer les temps avec les chiffres 1-2-3-4
- . Faire un son sur les numéros donnés ou choisis, change à chaque phrase puis met en boucle
- . Son court ; son long

Recherche

- . démarrer assis au sol les yeux fermés
- . se connecter à sa respiration
- . explorer les sons de son propre corps et leurs résonances
- . choisir un son, le mettre en « forme »
- . ouvrir l'écoute sur l'extérieur
- . ouvrir les yeux
- . aller à la rencontre des autres, former duo, trio...
- . se mettre par 5 et construire une forme musicale ensemble

- 1er groupe : on écoute simplement le rendu
- 2ème groupe : travail sur l'écoute en faisant démarrer le son le moins sonore des 5 ; du coup les autres se calent dessus en étant très à l'écoute
- 3ème groupe : Forme « ambiante », propose aux auditeurs de fermer les yeux, à l'écoute de cette ambiance sonore l'imaginaire a pu mieux voyager ...
- 4ème groupe : une rythmique ressort très fort, propose de se mettre en mouvement, d'ajouter les pieds, et propose à tous les autres stagiaires de reprendre un des 5 rythmes proposés.
- 5ème groupe : là aussi une rythmique ressort assez fort, détail pour « caler » certains rythmes de manière plus mesurée

Improvisation

- . Langage imaginaire
- Chacun son tour et le groupe reprend en imitation
- fait des phrases, raconte une histoire en étant convaincu
- . Sur un tempo et 4 temps « Pas en étoile », proposer une boucle
- . 2 boucles en parallèle
- . puis 4 boucles
  
- . Puis 4 boucles sont proposées, une personne joue à arrêter et démarrer son groupe, une autre s'occupe des nuances
- . Ajoute un geste