

Séance Dizeux 3 juin 2024

But de la séance : ne pas commenter, ne pas rire, rester concentré, même quand on se trompe, ne pas le montrer.

Échauffement :

- le tigre et ramasser de l'eau

- bouger seulement Main D, puis G, puis pied, bassin, etc.

Ensuite commencer par main D, + g + coude+ épaule + l'autre épaule, coude + main G + tronc + bassin + jambes + tout le corps.

Réactivité

- déplacement marche dispersion

hop : se figer

clap : un saut

2 clap : 1/2 tour

- en cercle, lancer le mot

Balancer tout ensemble, en rythme le bras de bas en haut

le meneur lance un mot quand le bras est en haut. Le suivant ajoute un mot (en relation, ou en relation avec la dernière syllabe, ou la première)

- Ich Kiki, Ich Ich Ich Kiki

d'abord tous ensemble

puis A fait Ich Kiki, B fait Ich Ich Ich Kiki

puis chacun une syllabe.

Impros

- l'animal. Choisir un animal

Ensemble lister tous les qualificatifs de cet animal (forme, attitude, comportement, bruits)
puis, en dispersion, faire la marche ou les mimiques de cet animal.

- un après l'autre, mimer l'animal.

Puis, adapter son comportement à un humain

- Impro : chacun tire au sort deux animaux.

À la manière des fables de La Fontaine, raconter une histoire qui fait intervenir ces deux animaux, leur donner un corps, une voix, une façon de se mouvoir. Et pour finir, trouver une morale.

Crocodile, héron, moustique, girafe, hyène, éléphant, souris, serpent, lion, mouton, tortue, singe, chameau, chat, tourterelle.