

## Temps théâtral lors du marché des connaissances

Mercredi soir, lors du marché de connaissances, Sophie a proposé une petite approche du jeu théâtral, avec quelques parents et enfants.

Nous avons commencé par un petit exercice qui associait trois objectifs : se relaxer, reprendre conscience de son corps et entrer en confiance avec un partenaire. L'exercice se fait par binôme : le premier comédien a les yeux fermés, le deuxième pose la paume de sa main en appui chaleureux sur un endroit du corps de son partenaire. Lorsque l'on a les yeux fermés, on voyage mentalement là où l'on ressent la chaleur de la paume de son partenaire ; on se laisse aller à la chaleur de ce contact qui parcourt à intervalles réguliers notre corps. Si on est un peu stressé au départ, on apprend à se détendre et à faire confiance à son partenaire.



Nous avons ensuite fait quelques exercices plus dynamiques pour construire l'identité du groupe : des marches où à un « stop » il s'agissait de répondre rapidement à une consigne en échangeant avec les autres et en s'organisant pour se placer dans un certain ordre. (Par exemple « se placer par ordre alphabétique selon son plat préféré » ; « ceux qui ont un frère, à droite » etc.).



Nous en sommes ensuite venus à un exercice difficile autour des émotions : chaque comédien a dû lire de façon expressive un petit passage de recette (« la soupe aux épinards »), texte totalement neutre, et le dire selon une émotion qui lui avait été donnée (timide, angoissé, fier, etc.) et que le reste du groupe ignore et doit deviner.

Pour revenir à un moment plus rapide, on a poursuivi avec un exercice de mimes : un comédien mime une activité ( passer la tondeuse ; sauter à la corde ; casser des œufs, par ex), lorsqu'un autre comédien lui demande à brûle pourpoint : « Mais, qu'est-ce que tu fais ? », le premier comédien répond alors de façon fantaisiste et absurde (« Ben, tu vois, je me rase », par ex) . Son

interlocuteur doit alors prendre sa place et mimer le « rasage » jusqu'à l'intervention suivante. Cet exercice est joyeux, déclenche facilement le rire car il y a écart entre ce qui est joué et ce qui est dit.

Nous avons fini notre heure théâtrale par le jeu des sculptures : deux sculpteurs ont pris possession des blocs de glaise que représentaient les autres comédiens et les ont sculptés à leur guise. Des photos sont prises pour finaliser l'activité.

Le théâtre est une activité complète qui me paraît fondamentale auprès des enfants comme des plus grands : il allie jeu, coopération, travail sur le corps, les émotions, sur nos représentations. Il favorise l'imaginaire et la joie de devenir un/e autre.

Après plusieurs séances d'exercices qui mettent en confiance, on peut proposer de petites improvisations et peu à peu construire des scènes à partir de ce qui se joue et se donne à voir sur le plateau, en méthode naturelle.

