



Mimes et expression

Un jeu de mise en éveil : La circulation de l'énergie

Debout en cercle. L' "énergie" est envoyée d'un joueur à l'autre en tapant les mains l'une contre l'autre et en établissant le contact visuel avec le destinataire. D'abord à son voisin immédiat, puis librement.

Variante : supprimer le jeu des mains pour ne garder que les yeux et divers autres mouvements du corps pour évoquer un lancer.

Jeu de l'objet dans la malle

Assis en cercle. Au milieu, se trouve une malle virtuelle. Un joueur va fouiller dans la malle et prend un objet qu'il va ensuite apporter à un autre joueur. Grâce au mime, on trouvera de quel objet il s'agira. Le joueur receveur ira déposer l'objet dans la malle et en reprendra un autre.

Jeu des balles de couleur

En cercle, on se passe une (puis plusieurs) balle(s) imaginaire(s) de couleur. Nommer la couleur de la balle à la réception et en la lançant.

Marcher et traverser à la manière de...

Se déplacer par deux, face à face, et éventuellement se saluer, à la manière des policiers, des enfants de 3 ans, des agents secrets, ...

Mise en jeu du corps pour une approche de la création de personnages crédibles.

Ali Baba et les 40 voleurs

En cercle, répéter la phrase plusieurs fois afin de donner du rythme. Le meneur ajoute ensuite des gestes toujours en disant la phrase. Le but étant de regarder le meneur et de reproduire le geste sur la phrase suivante, ainsi de suite. Par groupe, le meneur fait un geste, ensuite le second le répète, puis le troisième, ...



Kiki la cocotte

Exercice d'élocution d'une phrase difficile : « Kiki la cocotte a conquis coco le concasseur de cacao ». Deux groupes qui se font face.

Devant chaque groupe se place le leader, qui a en face de lui le leader de l'autre groupe. Les deux groupes vont se livrer une sorte de « démonstration-défit » : qui va faire le mieux, qui va le plus étonner l'autre. Le leader, d'une voix forte, scande un fragment de la phrase en l'accompagnant de gestes qu'il improvise. Toute l'équipe qu'il a dans son dos reprend et imite exactement son jeu. Le leader prend alors la suite de la phrase... Lorsque le premier groupe a terminé, c'est le second qui se lance en essayant de faire aussi bien, voir mieux.

Le jeu du cow-boy

Debout en cercle. Le meneur de jeu appelle successivement les joueurs, qui à l'appel de leur prénom doivent immédiatement s'accroupir. Les deux joueurs placés respectivement, l'un à gauche, l'autre à droite du joueur appelé doivent faire semblant de se tirer dessus. Trois cas de figure sont alors possible :

1. Les trois ont réagis, personne n'est éliminé.
2. Le joueur appelé n'a pas réagi, il va donc se faire tirer dessus. Il est éliminé.
3. Le joueur appelé s'accroupit, mais un des joueurs placé à côté ne tire pas, il essuie donc le coup de l'autre. Il est éliminé.

Les machines

Par groupe, construire une machine qui bouge et qui fait du bruit : machine à emballer le chocolat, faire les yogourts, coudre les robes, ...

Faire une machine collective, le meneur du jeu appelle chaque comédien l'un après l'autre. Chacun exécute un mouvement simple et répétitif accompagné d'un son. Le suivant doit compléter ce premier geste et ce premier son. Attention au respect du rythme.

La course au ralenti

Faire une course en trois pas très lents. On ne doit pas avoir les deux pieds par terre en même temps et le pied en l'air doit toujours avancer, même très lentement. Le dernier à finir son troisième pas a gagné.



Le mur

Un mur composé de plusieurs joueurs est formé en se tenant côte à côte. Un joueur va courir en direction du mur et s'arrêter le plus près possible de ce mur. Il devra le faire avec les yeux fermés. Les constituants du mur ne doivent émettre aucun son.

Variante : le mur peut être sonore. Plus le joueur se rapproche, plus le son augmente...

Effectuer plusieurs fois de suite l'exercice afin d'arriver le plus près possible du mur.

Le tai-chi

En essaim, le groupe observe un leader qui, devant le groupe, fait des gestes très lents et très amples. Le groupe les imite en temps réel. Après quelques enchaînements de mouvements, chacun pivote d'un quart de tour et le groupe imite un deuxième leader. Et ainsi de suite.