

- LIMITES - Solo de danse

SYNOPSIS

Une jeune femme navigue dans un espace rempli de règles qui vont progressivement se resserrer sur elle. Consciente ou pas de son enfermement, elle développe un état d'esprit et de corps qui va la porter à dépasser ses propres limites. Un personnage en huit clos, entouré de trois objets, qui deviennent tour à tour décor, partenaires de jeu et base rythmique.



DOSSIER PEDAGOGIQUE

Matières artistiques abordées pendant l'atelier: Danse - percussions corporelles - voix.

L'atelier se développe autour de l'apprentissage de phrases chorégraphiques et de jeux en mouvement. Ce temps de rencontre sera un moment de découverte et de partage pour permettre à chaque élève de développer sa sensibilité et sa capacité d'expression. Nous travaillons le corps comme un outil d'expression incluant le rythme et la voix. Chacun apprend à mieux se connaître ainsi que l'ensemble du groupe. Ils dépassent leurs impressions initiales en observant et en manipulant.



Des temps sont consacrés à des ateliers de création, d'expérimentation corporelle et d'improvisation, seul ou en groupe. A partir du répertoire de *Limites*, les élèves se réapproprient les mouvements d'une chorégraphie en donnant de nouvelles propositions. Au travail du corps vient s'ajouter la pratique du rythme et de l'engagement vocal. La musique et la notion de rythme étant un moteur très présent dans le spectacle, une initiation aux percussions corporelles vient compléter l'atelier. Nous jouons des phrases rythmiques simples amenant le mouvement et la danse par des jeux de frappes de mains sur le corps.

La voix vient compléter cette initiation musicale. Tout d'abord autour d'un travail technique (placement, projection, articulation) puis en détournant le chant par des moyens ludiques. Nous utilisons des intonations toutes particulières comme des onomatopées, le souffle, des rires, amenant ainsi le corps à se joindre à la partition.



La pratique de cet atelier aide à pousser plus loin la réflexion sur le spectacle. Toutes les matières artistiques et les exercices proposés sont en lien avec les thèmes abordés dans **LIMITES**

Thématiques proposées : l'enfermement - la confiance en soi

La notion d'enfermement (cf dossier Limites) peut être abordée de différentes manières grâce à des jeux en mouvements composés :

- de contraintes physiques dans le corps et dans l'espace,
- d'interaction entre danseurs,
- de divers outils musicaux qui détournent les règles du jeu.

Il s'agit à chaque fois de développer une réflexion et une recherche chorégraphique autour de ces contraintes. Avec l'ensemble des exercices fait en amont, les élèves disposent de diverses solutions pour s'exprimer.

La confiance en soi, thème majeur de *Limites*, se développe tout au long de l'atelier. Chacun apprend à danser seul, face aux autres, à présenter un travail personnel, tout en développant leur jugement esthétique. L'élève vit une expérience d'artiste mais aussi de spectateur. Ce temps de travail, multi rythmé, permet une autre appréhension de son propre corps et de ses possibilités afin d'interpréter et de créer à partir de soi.

OBJECTIFS

- **Découvrir son corps**, ses possibilités, être à l'écoute et « lâcher prise »
- **Matérialiser** des intentions avec son corps
- **Développer** sa sensibilité et sa créativité
- **Être** danseur et spectateur
- **Explorer** son intériorité pour partager, improviser et construire avec d'autres

Les différentes actions proposées :

- **Projets scolaires** d'éducation artistique et culturelle nécessitant des ateliers avec une ou plusieurs classes, répartis tout au long de l'année scolaire et en vue d'une restitution (spectacle de fin d'année, présentation d'un travail, ...).
- **Stages intensifs** de pratique artistique au sein d'un établissement (scolaire, écoles de danses, centre d'animations, etc.)
- **Ateliers isolés** et ponctuels pour découvrir une pratique artistique ou dans le cadre d'un projet pluridisciplinaire porté par le théâtre ou les établissements.

vaurillon_cloe@hotmail.fr
Tel : 06 23 84 16 05