



# Théâtre Pluralité - ÉLODIL

Manuel de formation  
Atelier d'expression créative



V- Volet pratique

figent\* quelques secondes, comme s'ils étaient dans une photo de groupe. Après quelques photos, d'autres jeunes volontaires sont invités à remplacer les premiers au centre.

#### VARIANTE 3 (5 MINUTES)

*Cette variante est l'inverse de la précédente.*

Le meneur de jeu invite les jeunes à former un grand cercle, à se mettre de dos (chacun dans sa bulle) et à revoir dans leur tête, les yeux fermés, pendant quelques minutes, les moments de l'atelier.

Les jeunes se retournent vers l'intérieur du cercle et quelques volontaires sont invités au centre (au moins trois). L'un après l'autre, les jeunes du centre disent ce qu'ils retiennent de l'atelier, puis les jeunes du cercle reflètent en même temps l'un ou l'autre des éléments mentionnés. Les jeunes qui forment le cercle figent quelques secondes, comme s'ils étaient dans une photo de groupe. Après quelques photos, d'autres jeunes volontaires sont invités à remplacer les premiers au centre.

#### VARIANTE 4 (10 MINUTES)

Le meneur de jeu invite les jeunes à former un grand cercle, à se mettre de dos (chacun dans sa bulle) et à revoir dans leur tête, les yeux fermés, pendant quelques minutes, les moments de l'atelier.

Le meneur de jeu invite les jeunes à se retourner vers l'intérieur du cercle et à ouvrir les yeux. Il demande à une personne de dire ce qu'elle a retenu de l'activité et à la personne placée à sa droite de refléter avec un son et un mouvement ce qui a été dit. À son tour, cette deuxième personne se tourne vers la personne qui est placée à sa droite et dit ce qu'elle retient de l'atelier. L'autre jeune reflète également par un son ou un mouvement ce qui vient d'être dit, et ainsi de suite.


## 2. Les jeux et les réchauffements

### LES JEUX

En principe, cette étape de l'atelier se situe après le rituel d'ouverture et avant les réchauffements. Le jeu permet aux jeunes d'être ensemble dans le plaisir, en s'amusant tout simplement. C'est un moment de l'atelier qui demande un peu de concentration, de la patience envers les autres, mais surtout qui amène les jeunes à retrouver l'enfant en eux, celui qui aimait rire et s'amuser en toute innocence. C'est souvent un pur bonheur pour les jeunes de se permettre de vivre cela.

Cette étape est rassembleuse et amusante, et elle permet de construire la confiance en soi et en l'autre. Les activités ludiques menées durant cette période permettent de créer des souvenirs communs qui marqueront le point de départ d'une nouvelle dynamique de groupe.

Afin de mettre le jeu en place, il faut vérifier si les jeunes le connaissent. Il existe parfois plusieurs versions d'un même jeu, et les jeunes, en général, aiment pouvoir expliquer à leurs pairs le fonctionnement de la version qu'ils connaissent. Les jeunes et le meneur de jeu décident alors de la version qui sera jouée ce jour-là. Afin que le jeu soit bien compris par tous, il est recommandé de faire un essai. On demandera alors à des volontaires de jouer et ainsi, il sera possible d'ajuster ce qui n'était pas clair. Place au jeu!

TITRE	LA CHAISE MUSICALE <i>Tourner autour des chaises et s'asseoir au signal</i>
DURÉE	10 minutes
CATÉGORIE	Jeu
DIFFICULTÉ	
OBJECTIFS	
Individuel	Mobiliser l'énergie
Groupe	S'amuser ensemble, reconnecter avec le plaisir de jouer et favoriser l'émergence d'une identité du groupe

#### DESCRIPTION


Des chaises sont placées en cercle, le dossier vers l'intérieur. Il y a deux chaises de moins qu'il n'y a de participants. Le meneur de jeu est invité à utiliser un instrument de musique pour marquer le temps. Les jeunes marchent en cercle autour des chaises en respectant le tempo donné par le meneur de jeu et lorsque la musique s'arrête, tous doivent s'asseoir. Les personnes qui n'ont pas pu s'asseoir sont éliminées. L'un d'eux prend la place du meneur de jeu et donne à son tour le tempo à l'aide d'un instrument de musique de son choix. Deux autres chaises sont retirées chaque fois que l'exercice recommence, jusqu'à ce qu'il ne reste qu'une dernière personne.

#### REMARQUES

Ce jeu universellement connu est très apprécié pour sa simplicité et son effet dynamisant.

Le choix de retirer deux chaises et non une comme dans la version la plus populaire évite le sentiment d'exclusion. Le meneur de jeu s'assure que les jeunes sont assez éloignés des chaises et qu'ils gardent une distance suffisante entre eux (il est possible d'utiliser la longueur du bras pour marquer la distance minimale requise entre deux joueurs). Lorsqu'il ne reste plus que deux ou trois joueurs, il est suggéré à la personne qui marque le temps de ne pas regarder les joueurs afin de ne pas favoriser l'un d'entre eux.

Parfois, un jeune ne se fera pas confiance pour marquer le temps, il aura besoin d'un peu d'encouragement.

TITRE	UN, DEUX, TROIS, SOLEIL <i>S'approcher du but sans se faire remarquer</i>
DURÉE	10 minutes
CATÉGORIE	Jeu
DIFFICULTÉ	
OBJECTIFS	
Individuel	Mobiliser l'énergie
Groupe	S'amuser ensemble, reconnecter avec le plaisir de jouer, favoriser l'émergence d'une identité de groupe et s'ouvrir à la diversité linguistique

#### DESCRIPTION


Une personne est choisie dans le groupe pour être le gardien. Celui-ci se place à une extrémité du local, le reste du groupe est sur une ligne à l'autre extrémité. Le gardien tourne le dos aux autres et, pendant qu'il dit la phrase : « un, deux, trois soleil » dans la langue de son choix, les autres se rapprochent de lui afin de lui toucher l'épaule. Une fois la phrase prononcée, le gardien se retourne et toute personne surprise en mouvement devra retourner à la ligne de départ. Une fois qu'un jeune aura touché l'épaule du gardien, il prendra sa place et deviendra le nouveau gardien et ainsi, le jeu continu.

#### VARIANTE

Il est intéressant de faire cet exercice au ralenti afin d'augmenter le niveau de contrôle de soi et donc le niveau de difficulté du jeu.

#### REMARQUE

Ce jeu est très simple et mobilisateur et peut être utilisé dans les premières séances de travail pour installer une dynamique de groupe positive lors des activités de théâtre.

<b>TITRE</b>	DÉMASQUER LE CHEF <i>Tous imitent le chef, deux jeunes le démasquent</i>
<b>DURÉE</b>	15 minutes
<b>CATÉGORIE</b>	Jeu
<b>DIFFICULTÉ</b>	
<b>OBJECTIFS</b>	
<b>Individuel</b>	Développer l'écoute et l'observation
<b>Groupe</b>	Favoriser l'émergence d'une identité de groupe, développer la complicité et la cohésion du groupe

#### DESCRIPTION

Deux jeunes sortent du local. Puis, le groupe resté à l'intérieur du local se place en cercle et choisit un chef. Celui-ci est invité à exécuter un mouvement de façon répétitive (balancer les bras, bouger les pieds, etc.) que tous les jeunes reproduiront. Il est conseillé au chef de faire des mouvements simples afin de s'assurer que les autres jeunes suivent et exécutent le même mouvement.


Les jeunes à l'extérieur entrent dans le local et, en observant le groupe, ils essaient de trouver le chef. Le chef varie ses mouvements et le groupe le copie le plus fidèlement possible. C'est souvent lors de ces changements de mouvements que le chef est démasqué.

#### REMARQUES

Il est possible de faire sortir jusqu'à trois jeunes à la fois, mais il n'est pas recommandé d'en faire sortir un seul. En effet, on permet ainsi la collaboration et on évite une possible position d'échec.

Le meneur de jeu met l'accent sur deux défis : celui du groupe, qui est de cacher le chef, et celui des jeunes sortis, qui est de le repérer.

C'est en assurant la précision dans le mouvement que le groupe protège le chef.

<b>TITRE</b>	LE CHASSEUR ET LE CHASSÉ (« LA TAG ») <i>Une variante du jeu du chat et de la souris</i>
<b>DURÉE</b>	10 minutes
<b>CATÉGORIE</b>	Jeu
<b>DIFFICULTÉ</b>	
<b>OBJECTIFS</b>	
<b>Individuel</b>	Mobiliser l'énergie et l'attention
<b>Groupe</b>	S'amuser ensemble, développer la complicité du groupe, reconnecter avec le plaisir de jouer

#### DESCRIPTION

Un volontaire est invité à devenir un chasseur, tandis qu'un autre volontaire sera le chassé. Le chassé doit éviter d'être touché par le chasseur et court dans tout l'espace jeu pour se sauver. Si le chassé est touché, il devient le chasseur.

Le reste des jeunes sont placés deux par deux, bras dessus, bras dessous, debout, et ils occupent l'espace jeu.

Pour éviter le chasseur, en plus de courir pour se sauver, le chassé peut « s'accrocher » à un duo (il prend le bras d'une des deux personnes du duo formant ainsi un trio). Le chassé est ainsi protégé, mais la troisième personne, celle qui est située à l'extrémité de ce nouveau trio, doit se détacher et devient alors le nouveau chassé. Elle doit se sauver du chasseur à son tour et peut se raccrocher à un autre duo pour se protéger. Et le jeu continue ainsi. Plus le jeu devient chaotique, plus il y a de plaisir!

#### REMARQUES

Étant donné que seules deux personnes courent à la fois, cette version du jeu de « la tag » peut se jouer dans un espace relativement restreint.

Avec des groupes plus turbulents, et si l'espace le permet, il est recommandé de placer les duos en cercle.

En plus de travailler l'éveil physique, les jeunes développent également leur attention, car ils peuvent devenir le chassé à n'importe quel moment. Il est possible que les jeunes se sentent mal à l'aise avec la proximité physique qu'implique ce jeu. Il est donc important de les encourager à participer et à trouver une autre façon leur permettant de jouer avec les autres, comme le fait de se tenir à proximité au lieu de se prendre par le bras.

Il serait plus facile pour la compréhension du jeu de le modéliser avec une première chasse.

TITRE	LE TÉLÉPHONE <i>Murmurer une courte phrase qui pourra se transformer</i>
DURÉE	10 minutes
CATÉGORIE	Jeu
DIFFICULTÉ	🔷 à 🔷🔷
OBJECTIFS	
Individuel	Développer l'écoute et mobiliser l'attention
Groupe	Développer la complicité et s'ouvrir à la diversité linguistique

#### DESCRIPTION

Le meneur de jeu place les jeunes en cercle et propose une situation pour le jeu. Exemples de situations : dans la rue, un soir, au magasin, etc.

Un jeune volontaire, appelé « la source du message », prononce à voix basse et à l'oreille de son voisin de gauche, appelé « le messenger », un message secret dans la langue de son choix : c'est une courte phrase portant sur la situation proposée par le meneur de jeu. Le messenger répète ce message secret comme il le perçoit à l'oreille de son voisin et ainsi de suite, jusqu'à ce que ce message arrive au jeune qui est situé en face de la source du message dans le cercle. Ce dernier messenger s'avance alors vers la source et prononce à voix haute le message secret qu'on lui a transmis. La source du message répète à son tour et à voix haute le message secret de départ et propose une traduction si nécessaire.

L'activité se poursuit avec le jeune qui est à la gauche de la personne qui a dévoilé le message secret. Ce dernier devient la nouvelle source.

TITRE	L'ÉVOLUTION <i>Un mouvement est créé et peut se transformer</i>
DURÉE	10 minutes
CATÉGORIE	Jeu
DIFFICULTÉ	🔷 à 🔷🔷
OBJECTIFS	
Individuel	Développer l'écoute et l'observation et mobiliser l'attention
Groupe	S'amuser ensemble, développer la complicité et la cohésion du groupe

#### DESCRIPTION

Tout le monde est en cercle. Une personne fait un seul mouvement et s'arrête, son voisin refait le même mouvement. Le troisième imite le mouvement du deuxième (sans vouloir répéter le mouvement du premier) et ainsi de suite : le mouvement se propage tout autour du cercle.

Si le meneur de jeu le souhaite, et avant de commencer un nouveau tour, le mouvement original peut être repris par tout le groupe, comme dans un grand miroir.

#### REMARQUES

Le mouvement sera inévitablement modifié puisque chacun bouge différemment. L'objectif n'est pas de chercher à transformer volontairement le mouvement : il est au contraire axé sur la reproduction du mouvement fait par la personne qui nous précède. La transformation s'opérera naturellement.

#### VARIANTES

- > Il est aussi possible de demander que le mouvement soit accompagné d'un son et que la répétition soit autant du mouvement que du son.
- > Les jeunes sont placés en cercle. Une personne fait un seul mouvement et s'arrête, son voisin refait ce même mouvement et en ajoute un second. Un troisième joueur imite les deux premiers mouvements et en ajoute un troisième et ainsi de suite jusqu'à cinq joueurs. Puis, le jeu recommence avec de nouveaux mouvements jusqu'à ce que tous aient joué.

De semaine en semaine, il est possible de complexifier le jeu en ajoutant des joueurs.

TITRE	COURSE À LA CHAISE <i>Tous veulent s'asseoir, mais il manque deux chaises</i>
DURÉE	10 à 15 minutes
CATÉGORIE	Jeu
DIFFICULTÉ	●●
OBJECTIFS	
Individuel	Mobiliser l'énergie et l'attention
Groupe	S'amuser ensemble, reconnecter avec le plaisir de jouer, développer la complicité et la cohésion du groupe

#### DESCRIPTION

Les jeunes sont placés en grand cercle et assis sur leur chaise. Le meneur de jeu explique que l'objectif du jeu est de traverser le cercle pour rejoindre la chaise face à eux sans toucher ou bousculer les autres joueurs. Il précise ainsi qu'ils ne peuvent pas prendre les places à côté d'eux. Ensuite, deux volontaires sont invités à se placer au centre du groupe. Leurs chaises sont retirées du cercle et au signal de ces derniers, « 1, 2, 3, course à la chaise! », tous les joueurs changent de chaise. Les volontaires qui sont debout et sans chaise essaieront également d'en prendre une. Les deux nouveaux jeunes restés sans chaise seront ceux qui recommenceront le jeu.

L'exercice est répété jusqu'à ce que la plupart des jeunes soient passés au centre.

#### VARIANTES

*Les variantes suivantes sont suggérées, surtout si les jeunes se bousculent lors du jeu.*

- > Le jeu peut aussi se faire au ralenti afin d'augmenter le niveau de concentration et de conscience de soi.
- > Pendant que les jeunes tentent de rejoindre la chaise face à eux, le meneur de jeu peut interrompre le jeu par un « stop ». Les jeunes figent (VOIR GLOSSAIRE) et sont invités à observer leur entourage. Cela permet de prendre conscience de leurs mouvements et de ceux des autres.

#### REMARQUES

Il est conseillé de retirer deux chaises et ainsi de placer deux jeunes au centre. On évite ainsi qu'un jeune, seul, se sente sous le regard de tous et qu'il se trouve dans une possible position d'échec.

TITRE	LE CLIN D'ŒIL (ASSASSIN) <i>Démasquer celui qui élimine par un clin d'œil</i>
DURÉE	10 minutes
CATÉGORIE	Jeu
DIFFICULTÉ	● à ●●●
OBJECTIFS	
Individuel	Développer l'observation
Groupe	S'amuser ensemble et développer la complicité du groupe

#### DESCRIPTION


Les jeunes, placés en cercle, ferment les yeux. Le meneur de jeu désigne secrètement une personne (l'espion) en lui posant la main sur l'épaule. Au signal, tout le monde ouvre les yeux et commence à se déplacer dans l'espace. L'espion doit essayer d'éliminer des joueurs. Pour ce faire, il doit croiser le regard de quelqu'un et lui faire un clin d'œil sans se faire repérer. La personne visée par le clin d'œil sort du jeu.

Si un participant qui n'a pas encore été éliminé soupçonne quelqu'un d'être l'espion, il lève le bras et l'accuse en disant : « Je pense que c'est... ».

S'il a raison, l'espion est démasqué et le jeu peut recommencer.

S'il a tort, c'est l'accusateur qui est éliminé et qui doit quitter le jeu.

Le but de l'espion est évidemment d'éliminer le plus de joueurs possible avant de se faire repérer.

TITRE	LES NŒUDS
	<i>Les jeunes se tiennent par la main et s'entremêlent, deux autres essaient de les démanteler</i>
DURÉE	10 à 15 minutes
CATÉGORIE	Jeu
DIFFICULTÉ	
OBJECTIFS	
Individuel	Développer l'observation et mobiliser l'attention
Groupe	S'amuser ensemble, favoriser l'émergence d'une identité de groupe et développer la complicité


#### DESCRIPTION

Les jeunes sont placés en cercle et se tiennent par la main. Deux volontaires sont invités à sortir de la classe. Les jeunes restés à l'intérieur de la classe ouvrent le cercle et deviennent les maillons d'une chaîne. Ceux qui sont placés aux extrémités sont invités à se mêler aux autres, se faufilant entre chaque maillon (les jeunes). Comme ces maillons doivent rester attachés les uns aux autres, il est important que les jeunes se tiennent la main tout au long de l'activité. Le passage des extrémités au travers des maillons permet de créer un nœud. Une fois que les jeunes sont « entremêlés », les deux volontaires entrent dans l'espace jeu et essaient de défaire les nœuds de la chaîne sans en briser les maillons. Il est important de faire attention à ce que les jeunes ne se fassent pas mal.

#### REMARQUES

Cet exercice est bon pour opérer un rapprochement des jeunes. Alors que le contact physique peut être difficile au début, les jeunes oublient vite cette barrière parce qu'ils sont en train de résoudre un problème collectivement.

Il est souvent préférable que deux volontaires sortent de la classe afin de permettre la collaboration et d'éviter qu'un éventuel échec ou des difficultés dans le démantèlement des nœuds ne soit pas la responsabilité d'une seule personne.

TITRE	COMPTER JUSQU'À 5, 10 OU 20
	<i>Le groupe doit compter jusqu'à 5, 10 ou 20 sans que deux jeunes ne comptent en même temps</i>
DURÉE	5 à 10 minutes
CATÉGORIE	jeux
DIFFICULTÉ	 Cet exercice exige une bonne concentration
OBJECTIFS	
Individuel	Favoriser l'écoute et la concentration
Groupe	Développer la collaboration et la cohésion du groupe, s'ouvrir à la diversité linguistique

#### DESCRIPTION

Le groupe est placé en cercle. Le but est d'arriver à compter de 1 à 5 (ou à 10 ou même 20 en fonction des compétences linguistiques et de l'intérêt du groupe). De façon aléatoire, les jeunes comptent un par un, jusqu'à 5, 10 ou même 20 et dans la langue de leur choix. Ainsi, un premier nombre peut être énoncé en français, un second en arabe, en hindi ou dans toutes autres langues du choix des jeunes.

Si plus d'un jeune parle en même temps, le jeu recommence à 1.

#### REMARQUES

Atteindre le chiffre donné n'est pas le but le plus important. Il s'agit plutôt de développer l'écoute et la concentration. Il est important de le spécifier pour ne pas créer un sentiment d'échec.

Au début, les jeunes risquent de vouloir se rendre rapidement au bout, ce qui ne fonctionne pas forcément : ralentir et faire confiance aux autres devient un moyen plus sûr. Il se peut que certains tentent d'établir des stratégies (seulement deux jeunes comptent par exemple). C'est astucieux, mais ce n'est pas l'objectif de cet exercice.



TITRE LE MÉMO DES LANGUES

*Une version grandeur nature et parlante du jeu de mémo*

DURÉE 10 minutes

CATÉGORIE Jeu

DIFFICULTÉ 

OBJECTIFS

Individuel Découvrir des langues et développer l'écoute

Groupe S'amuser ensemble et s'ouvrir à la diversité linguistique

#### DESCRIPTION

Les jeunes se placent en cercle. Le meneur de jeu demande à deux jeunes volontaires de sortir du local, ils seront nommés « des joueurs ». Par la suite, le meneur de jeu forme des équipes de deux jeunes et demande à chaque paire de choisir un mot dans la langue de leur choix. Il est important de mentionner aux jeunes de bien mémoriser ce mot, car ce dernier permettra aux joueurs de les replacer en paires.

Quand les jeunes ont choisi leur mot, le meneur de jeu leur demande de s'asseoir aléatoirement sur des chaises préalablement placées en rangées et dans le même sens et ce, afin de recréer le jeu du mémo en « grandeur nature ».

Ensuite, les deux joueurs qui étaient à l'extérieur du local entrent dans l'espace jeu. Ils sont invités à jumeler les jeunes du mémo en fonction du mot qu'ils ont en commun. Pour ce faire, chacun des joueurs choisit un jeune qu'il invite à se lever afin d'énoncer son mot. Ainsi, deux jeunes du mémo sont invités à se lever et à énoncer l'un après l'autre leur mot. Lorsque deux jeunes sont debout et que leur mot est identique, ils sont invités à se retirer de l'espace jeu. Si les deux mots des jeunes debout ne sont pas identiques, ils se rassoient. Le jeu se poursuit jusqu'à ce que les joueurs aient jumelé tous les jeunes.

#### REMARQUES

Il est possible que les consignes soient plus difficiles à comprendre si les jeunes ne sont pas familiers avec le jeu du mémo.

Le meneur de jeu s'assure que les chaises sont placées à une distance permettant aux joueurs de circuler entre les rangées.

Ce jeu peut être proposé dès les premières séances. Il permet au groupe de créer un espace ludique où les langues se côtoient et où les jeunes peuvent partager leurs connaissances linguistiques.

Il est très important de ne pas imposer une langue à un groupe de jeunes et de les laisser choisir un mot dans la langue de leur choix.

TITRE LE CRI DES ANIMAUX

*Émettre le cri d'un animal dans la langue de son choix*

DURÉE 10 minutes

CATÉGORIE Jeu

DIFFICULTÉ 

OBJECTIFS

Individuel Découvrir des langues et développer l'écoute et la capacité d'attention

Groupe S'amuser ensemble et s'ouvrir à la diversité linguistique et culturelle

#### DESCRIPTION

Les jeunes se placent en cercle. Le meneur de jeu donne le nom d'un animal. Son voisin de gauche imite le cri de cet animal dans la langue de son choix. À son tour, le jeune placé à sa gauche imite ce même animal, dans la langue de son choix (c'est-à-dire, soit en reprenant le cri déjà énoncé, soit en choisissant un nouveau). Et ainsi de suite jusqu'à ce que le meneur de jeu frappe dans ses mains. À ce moment, le jeune qui devait émettre le cri de l'animal prend le rôle de meneur de jeu et propose un nouvel animal dont le cri sera émis par son voisin de gauche et ainsi de suite le jeu continue.

Phase de retour : les jeunes conservent leur positionnement en cercle et le meneur de jeu fait remarquer les différences entre les divers cris d'animaux prononcés par les jeunes de la classe selon les langues d'origine.

#### VARIANTE

Le jeu peut également s'effectuer sur le modèle du réchauffement « passer la claque » (voir p.63). Dans ce cas, la claque est remplacée par le cri d'un animal. Ainsi, les jeunes sont placés en cercle. Le meneur de jeu se tourne vers son voisin et donne le nom d'un animal. Son voisin émet le cri de l'animal proposé par le meneur de jeu en se tournant vers son autre voisin. Ce dernier émet également le cri de l'animal en se tournant vers son autre voisin ou choisit de changer d'animal. Dans ce cas, le jeu repart dans le sens inverse. Ainsi, les jeunes reproduisent un à un le cri de l'animal proposé, dans la langue de leur choix, jusqu'à ce qu'un nouvel animal soit proposé rompant ainsi le sens du jeu pour repartir dans le sens inverse.

Phase de retour : les jeunes conservent leur positionnement en cercle et le meneur de jeu fait remarquer les différences entre les divers cris d'animaux prononcés par les jeunes de la classe selon les langues d'origine.

#### REMARQUES

Si les jeunes le désirent, ils peuvent aussi mimer l'animal proposé.

Un sentiment de gêne peut s'installer chez certains jeunes, qui doivent parler devant le groupe et en même temps faire le son d'un animal. Il est alors important de leur indiquer que ce sentiment les limite et les empêche d'agir et que c'est lorsque l'on dépasse la peur du ridicule que la confiance et la spontanéité s'installent.

À titre d'exemple, voici quelques représentations de cris d'animaux dans différentes langues

(source : [www.elodil.com](http://www.elodil.com), *Le cri des animaux*) :

- > Le coq : o'o (vietnamien), kikiriki (espagnol), hi'hi hi hi (arabe), cock-a-doodle-doo (anglais), kickeriki (allemand)
- > Le chien : haw haw (arabe), wau wau (allemand), ruff ruff (anglais), wouaf wouaf (français), qu â'u qu â'u (vietnamien)
- > La grenouille : quaak quaak (allemand), gar gar (arabe), ribbit ribbit (anglais), vêch vêch (vietnamien), croac croac (espagnol)

## Les réchauffements

Cette étape de l'atelier se situe après les jeux et avant les exercices. Les activités de réchauffement permettent aux jeunes de créer des liens et de coopérer durant une tâche commune, tout en étant à l'écoute de ses propres émotions. Elles requièrent de la concentration, de l'écoute, du respect de soi et des autres. Elles aident également à développer l'imaginaire et la capacité d'appivoiser le travail corporel. Cette étape permet aux jeunes de se centrer sur eux-mêmes en mobilisant leur énergie différemment, c'est-à-dire de s'enraciner dans le présent afin de pouvoir exercer leur imagination en toute sécurité.

Durant cette étape, le meneur de jeu doit rester vigilant et permettre l'instauration d'un climat de respect, notamment en ce qui concerne le rapport à la proximité physique des participants comme dans les réchauffements du « miroir » ou du « collier de perles ».

<b>TITRE</b>	ENVOYER LA BALLE <i>Lancer une balle imaginaire</i>
<b>DURÉE</b>	10 minutes
<b>CATÉGORIE</b>	Réchauffement
<b>DIFFICULTÉ</b>	À faire dès le début du premier atelier
<b>OBJECTIFS</b>	
<b>Individuel</b>	Développer l'écoute, l'observation et mobiliser l'attention
<b>Groupe</b>	Développer la complicité, la cohésion du groupe et s'ouvrir à la diversité linguistique

#### DESCRIPTION

Les jeunes se placent en cercle. Dans un premier temps, le meneur de jeu a une balle imaginaire; il se nomme avant de la lancer à un autre jeune de son choix. Ce dernier reçoit la balle, est invité à donner également son nom, puis la lance à un autre jeune de son choix. Le réchauffement se poursuit ainsi jusqu'à ce que tous se soient nommés au moins une fois.

Dans un deuxième temps, le jeune qui lance la balle imaginaire, nomme cette fois la personne à qui la balle est destinée. Le jeu continue jusqu'à ce que tous les jeunes aient participé au moins une fois.

#### VARIANTES

Pour continuer le réchauffement, le meneur de jeu peut demander aux jeunes de partager d'autres informations avant de lancer la balle à une autre personne, soit de se dire bonjour dans la langue de leur choix, de nommer leur pays d'origine, l'une des langues qu'ils connaissent, une activité qui les caractérise, qu'ils aiment ou qu'ils n'aiment pas, une situation ou une chose qui les calme ou qui les stresse...

#### REMARQUES

Ce réchauffement est souvent le premier à être utilisé dans les ateliers afin d'initier les jeunes à cette nouvelle démarche.

Lorsqu'il y a des adultes qui ne connaissent pas les jeunes de la classe, cette activité est une façon d'apprendre les noms de tous et de mieux les connaître.

<b>TITRE</b>	LA MAPPEMONDE <i>Se regrouper dans l'espace en fonction de pays choisis</i>
<b>DURÉE</b>	10 minutes
<b>CATÉGORIE</b>	Réchauffement
<b>DIFFICULTÉ</b>	● À ●●
<b>OBJECTIFS</b>	
<b>Individuel</b>	Développer l'écoute et l'observation
<b>Groupe</b>	Développer la complicité et la cohésion du groupe et s'ouvrir à la diversité linguistique

#### DESCRIPTION

Le meneur de jeu propose d'imaginer une mappemonde sur le sol. Il définit les points cardinaux et un point de départ pour débiter. Ce point de départ peut être le Québec ou un autre lieu. Tous se positionnent sur ce même point de départ.

Par la suite, le meneur de jeu demande aux jeunes de se déplacer l'un après l'autre vers un pays de leur choix. Ainsi, l'espace classe devient une représentation en 3D de la planète. Les jeunes sont invités à donner la raison pour laquelle ils ont choisi ce pays et, s'ils le veulent, à dire quelque chose dans la langue de ce pays.

Si plusieurs jeunes voyagent vers le même pays, ils peuvent également se placer selon le positionnement des villes et villages du pays qu'ils visitent.

#### VARIANTES

Les jeunes peuvent faire un second voyage et donner encore les raisons de ce changement.

Il est possible de demander aux jeunes quels moyens de transport ils peuvent utiliser pour voyager, s'ils parlent les langues du pays qu'ils veulent visiter et comment le voyage peut se dérouler (agréable ou non, souhaité ou non).

TITRE	SOULEVER LA ROCHE <i>Unir le groupe dans un effort commun</i>
DURÉE	10 minutes
CATÉGORIE	Réchauffement
DIFFICULTÉ	●
OBJECTIFS	
Individuel	Mobiliser l'énergie
Groupe	Développer la complicité et la cohésion du groupe

#### DESCRIPTION

Les jeunes sont placés en cercle. Le meneur de jeu demande aux jeunes d'imaginer qu'au centre du cercle, il y a une immense roche qu'ils vont déplacer ensemble vers un autre coin de l'espace jeu. Le meneur de jeu explique alors que la roche est lourde, très lourde, et que pourtant, il faut la lever. Il invite donc les jeunes, par un signal, à monter la roche le plus haut possible, du bout de leurs bras. Le meneur de jeu explique que le groupe ne peut pas laisser tomber ce poids; il doit être uni pour accomplir cet effort.

Par la suite, le meneur de jeu indique au groupe que tous ensemble, ils vont maintenant déposer la roche, très lentement, sur le sol. Un signal donné par le meneur de jeu permet de commencer la tâche en étant assuré de l'attention de tous. Les jeunes sont remerciés pour leur effort commun.

TITRE	PASSER LA CLAQUE <i>Frapper des mains chacun son tour en conservant le tempo</i>
DURÉE	10 minutes
CATÉGORIE	Réchauffement
DIFFICULTÉ	● à ●●●
OBJECTIFS	
Individuel	Développer l'écoute, l'observation et mobiliser l'attention
Groupe	S'amuser ensemble, développer la complicité et la cohésion du groupe

#### DESCRIPTION

Les jeunes sont placés en cercle. Le meneur de jeu frappe dans ses mains une fois, produisant ainsi une claque. Cette claque est passée à son voisin qu'il regarde dans les yeux, pour marquer le passage de la claque. Ce dernier la reçoit et, à son tour, frappe une fois dans ses mains en se tournant vers son autre voisin, et ainsi de suite. L'objectif est de conserver la cadence.

#### VARIANTES


Chaque fois qu'une étape est réussie, on peut ajouter une difficulté supplémentaire :

- > On peut changer de direction, en renvoyant la claque d'où elle provient.
- > On décide d'un parcours en zigzag. La claque doit suivre ce parcours prédéterminé.
- > On peut envoyer la claque où l'on veut.
- > Il peut y avoir deux claques qui circulent en même temps.
- > Le meneur de jeu propose un tempo qu'il faudra conserver tout au long du jeu.

#### REMARQUES

Le regard est important et aide à comprendre la direction que prend la claque. Ainsi, les jeunes doivent être concentrés pendant le réchauffement et suivre les déplacements des claques.

Grâce aux variantes, on peut faire de ce réchauffement une routine qui revient au début de chaque atelier. Le groupe peut mesurer sa progression au fur et à mesure qu'il réussit à franchir un nouveau niveau de difficulté.

TITRE	ESQUIVER <i>Se déplacer dans l'espace en évitant les autres</i>
DURÉE	10 – 15 minutes
CATÉGORIE	Réchauffement
DIFFICULTÉ	
OBJECTIFS	
Individuel	Mobiliser l'énergie, l'attention et développer l'observation
Groupe	Développer la complicité et la cohésion de groupe

#### DESCRIPTION

Le meneur de jeu utilise un instrument de musique afin de marquer un tempo. Les jeunes sont invités à marcher, sans courir, de façon aléatoire, sans se toucher les uns les autres, en respectant le tempo proposé et en occupant au maximum l'espace jeu. Lorsque le meneur de jeu interrompt le tempo, les jeunes figent\* (c'est-à-dire qu'ils conservent leur position sans bouger, telle une statue). Par la suite, le meneur de jeu marque à nouveau le tempo (rapide, au ralenti, de façon saccadée...), et ainsi la marche reprend.

#### VARIANTES

- > Quand le meneur de jeu suspend le tempo, il peut varier la consigne (figer\*) et demander aux jeunes :
  - de sauter et de crier un mot dans la langue de leur choix;
  - de s'asseoir et de rire;
  - de se déplacer de façon à devenir le plus grand possible et à occuper le plus d'espace possible;
  - de devenir le plus petit possible en utilisant le moins d'espace possible, etc.
- > Des émotions et/ou des attitudes peuvent être ajoutées à la marche, par exemple : se déplacer en étant timide, colérique, apeuré, content, fâché ou encore, comme s'ils étaient une personne forte, petite/grande, rêveuse...
- > Quand le meneur de jeu suspend le tempo, il donne un chiffre et tous forment le plus vite possible des groupes respectant le chiffre donné.
- > Quand le meneur de jeu suspend le tempo, les jeunes se regardent et soutiennent le regard de la personne qui est la plus proche d'eux.

#### REMARQUES

Dans ce réchauffement, l'énergie se mobilise rapidement. Même les jeunes les plus passifs finiront par s'engager.

*Esquiver est une composante significative de l'exercice. Le but est d'éviter le contact physique (la collision) avec les autres.*

TITRE	EXPLORATION DE MARCHES <i>Marcher avec une émotion ou dans un contexte spécifique</i>
DURÉE	10 minutes
CATÉGORIE	Réchauffement
DIFFICULTÉ	
OBJECTIFS	
Individuel	Mobiliser l'attention, l'énergie et développer l'imagination
Groupe	Développer la complicité et s'ouvrir à la diversité linguistique et culturelle

#### DESCRIPTION

Le meneur de jeu utilise un instrument de musique afin de marquer le tempo. Les jeunes sont invités à marcher, sans courir, de façon aléatoire, sans se toucher les uns les autres, en respectant le tempo proposé et en occupant au maximum l'espace jeu. Ensuite, le meneur de jeu commence une narration dans laquelle les jeunes sont les personnages qui se déplacent dans un lieu, à un moment de la journée, avec une certaine émotion et une certaine attitude.

Par exemple :

- > vous êtes dans une forêt, c'est la nuit, il fait froid, il pleut, vous êtes fatigués, épuisés, vous avancez difficilement, lentement, dans la boue. Vous avez peur...
- > vous êtes à une fête foraine (la Ronde/Disney World/une kermesse...), il y a beaucoup de monde, beaucoup de bruits, des jeux, c'est midi, il y a beaucoup de soleil, il fait chaud, il y a de la musique, vous courez d'un jeu à l'autre en riant. Vous êtes heureux...

Pour terminer le réchauffement, le meneur de jeu invite les jeunes à reprendre une marche régulière comme au début de l'exercice afin de revenir au présent.

#### VARIANTE

Le meneur de jeu invite les jeunes à marcher dans l'espace classe et énonce une situation où une onomatopée peut intervenir (ex : Je me cogne dans une porte, un accident de voiture se produit, je fais tomber un livre, je joue avec un bébé...). Les jeunes sont alors invités à jouer autour de cette situation et à émettre l'onomatopée qui y est associée, dans la langue de leur choix. Afin que les jeunes reprennent

une marche normale, le meneur de jeu frappe deux fois sur un tambourin marquant ainsi la fin de la séquence. C'est alors que les jeunes redeviennent eux-mêmes et marchent normalement. Le meneur de jeu recommence en nommant une nouvelle situation. Après plusieurs reprises, le meneur de jeu peut changer et un jeune peut prendre sa place.

Voici quelques situations qui peuvent être proposées et, à titre d'exemple, les onomatopées associées dans différentes langues :

- > J'entends un oiseau gazouiller/chanter : cui-cui (français), chirp chirp ou tweet tweet (anglais), zeew zeew zeew (arabe), pío, pío (espagnol), cheh cheh (Hindi), twitwittwit (tagalog), koo, koo (tamoul).
- > Je prends une photo : clic ou clic-clac (français), snap, click, chick (anglais), chaeh (Thaï), klik, şlak (turc), klikk (hongrois).
- > J'entends le bruit d'une horloge : tic tac (tagalog, espagnol, français, italien), tik tik (tamoul), tick tock (anglais), tic tic (hindi), chiku taku (チクタク) ou kachikachi (カチカチ) (japonais).

Retour possible : les jeunes sont placés en cercle et le meneur de jeu fait remarquer les différences entre les diverses onomatopées utilisées par les jeunes de la classe selon les langues d'origine.

#### REMARQUES

Il est suggéré de faire ce réchauffement à la suite de l'activité « esquiver » (voir p. 64) puisqu'il la complète et la complexifie.

Ce réchauffement cherche à outiller les jeunes dans une certaine démarche théâtrale afin que, par la suite, ils puissent facilement construire leurs improvisations.

**TITRE** MIROIR-BOUGER L'ÉNERGIE EN CERCLE

*Faire un mouvement et l'imiter*

**DURÉE** 5 à 10 minutes (le temps qu'il faut, dépendant de la taille du groupe)

**CATÉGORIE** Réchauffement

**DIFFICULTÉ**  À  dépendant de la timidité des élèves

**OBJECTIFS**  
**Individuel** Mobiliser l'énergie, développer l'écoute et l'observation

**Groupe** Développer la complicité

#### DESCRIPTION

Les jeunes sont placés en cercle. Le meneur de jeu commence à bouger. Les jeunes l'imitent comme s'ils étaient ses miroirs. Ils copient donc tout ce que fait le meneur de jeu : ses mouvements physiques, sa respiration, les sons, les grimaces qu'il fait, etc. Quand le meneur de jeu le décide, il passe son rôle de meneur, en l'offrant avec ses mains à quelqu'un d'autre. Chacun, à tour de rôle, devient meneur de jeu tandis que les autres l'imitent.

#### REMARQUES

Un sentiment de gêne peut s'installer chez certains jeunes, qu'ils soient meneurs de jeu ou qu'ils soient en train de l'imiter. Il est alors important de leur indiquer que ce sentiment les limite et les empêche d'agir et que c'est lorsque l'on dépasse la peur du ridicule que la confiance et la spontanéité s'installent.

**TITRE** UN SON, UN MOUVEMENT

*Émettre un son et un mouvement pour exprimer une émotion reprise par tous*

**DURÉE** 10 minutes

**CATÉGORIE** Réchauffement

**DIFFICULTÉ** 

**OBJECTIFS**

**Individuel** Développer l'écoute et l'observation

**Groupe** Développer l'empathie, la complicité et la cohésion du groupe et s'ouvrir à la diversité linguistique

### DESCRIPTION

Les jeunes sont placés en cercle. Le meneur de jeu demande à un volontaire d'exprimer avec un son et un mouvement ce qu'il ressent en ce moment. Ce geste est repris par tous comme s'ils étaient des miroirs, et ce, en respectant l'intensité utilisée par le volontaire. Le mouvement et le son sont reproduits trois fois par tous afin de permettre le développement de l'empathie et donc de se rapprocher de l'émotion suggérée.

Il est recommandé qu'entre cinq et dix personnes puissent proposer des sons et des mouvements.

### VARIANTES

Les jeunes (à tour de rôle) font un geste, accompagné d'un son ou d'un mot dans la langue de leur choix, qui illustre la façon dont ils se sentent. Le geste et le son sont alors repris par tout le groupe, en même temps.

On peut aussi construire progressivement une succession de sons et/ou de gestes. Un premier jeune fait un geste, propose un son ou un mot dans la langue de son choix pour exprimer ce qu'il ressent. Il fait son action en regardant un autre jeune du cercle. Celui-ci l'observe, puis répond par un geste et un son, ou un autre mot dans la langue de son choix, qu'il dirige vers un troisième jeune et ainsi de suite. Il y a alors une suite de sons et de mouvements qui se font les uns à la suite des autres.

### REMARQUES

En raison de la complexité des consignes, ce réchauffement peut sembler difficile. Des mots tels que « faire pareil » peuvent alors être utilisés pour illustrer le concept de miroir.

Ce réchauffement peut faire suite à « Miroir-Bouger l'énergie en cercle » (voir p.67) puisqu'il le complète et le complexifie.

Il est important d'exprimer ce que l'on ressent de façon physique sans donner d'explications. Cette technique est utilisée à d'autres moments tels que lors du kaléidoscope. Il est donc conseillé de familiariser les jeunes rapidement avec cette notion.

**TITRE** CERCLE DE SÉCURITÉ

*Visualiser une situation pour développer l'imagination*

**DURÉE** 15 minutes

**CATÉGORIE** Réchauffement

**DIFFICULTÉ** 

**OBJECTIFS**

**Individuel** Développer l'écoute, l'imagination et mobiliser l'attention

**Groupe** Se recueillir

### DESCRIPTION

Les lumières de la pièce sont éteintes ou tamisées. Des chaises sont placées en cercle et les dossiers sont tournés vers l'intérieur, de sorte que les jeunes assis regardent vers l'extérieur du cercle.

Le meneur de jeu, d'une voix posée et en prenant son temps, entreprend la narration :

« Créez autour de vous une bulle dans laquelle vous êtes seul et à l'aise, et pour ceux qui le souhaitent, vous pouvez fermer les yeux.

Maintenant, respirez profondément et en silence.

(Donner ici une minute afin d'établir un climat de tranquillité.)

Imaginez un tout petit point lumineux devant vous qui se rapproche en grossissant, jusqu'à ce que vous soyez dans une lumière chaude et confortable.

#### Pause

Maintenant, imaginez un endroit dans lequel vous vous retrouvez seul et en parfaite sécurité... Personne ne peut venir vous déranger, vous êtes en paix et en sécurité; cet endroit vous appartient, il est à vous et vous en faites ce que vous voulez. Il peut être à l'extérieur, en plein air ou encore à l'intérieur.

C'est un endroit où il n'y a personne d'autre que vous; dans cet endroit, rien de méchant ou de terrible ne peut vous arriver... Tout est calme et rassurant.

#### Pause

Je vais vous demander d'imaginer que vous marchez : comment est le sol, comment est l'air autour de vous? Quel temps fait-il? L'air est posé, calme...

Quelles sont les couleurs, la lumière autour de vous? Est-ce le jour, le soir, la nuit?

Quelles sont les odeurs présentes? Y a-t-il de la nature autour ? Comment est-elle?

Y a-t-il de la musique? Laquelle? Puisque cet endroit vous appartient, vous pouvez imaginer ce que vous voulez, ce qui vous fait le plus plaisir.

Y a-t-il de la nourriture? Vos plats préférés?

#### Pause

Cet endroit est assez grand pour que vous puissiez vous étendre par terre, vous étirer, marcher et peut-être courir.

Il peut y avoir un animal avec vous... qui est votre ami... qui vous aime... Comment est-il? Quelles sont ses couleurs?

#### Pause

Bientôt vous allez quitter cet endroit... mais vous savez comment y revenir, vous en connaissez le chemin magique.

Nous allons maintenant revenir au point de départ.

Prenez trois respirations profondes et ressentez la chaleur agréable de la lumière. Lentement, elle devient un point lumineux devant vous, ce point s'éloigne et devient de plus en plus petit, jusqu'à disparaître. Vous savez que vous pouvez le retrouver quand vous le voulez, il est toujours là pour vous et vous attend.

#### Pause

Respirez normalement, étirez-vous. »

Les lumières sont rallumées.

#### VARIANTES

1-On peut utiliser de la musique en fond.

2-Il est possible d'ajouter différents thèmes à la narration (les cérémonies, les voyages, etc.).

#### REMARQUES

Parler lentement et éteindre les lumières sont des éléments permettant l'établissement d'un climat de détente et de recueillement.

Le meneur de jeu devrait porter attention au confort émotionnel des jeunes. Si la respiration d'un jeune devient plus agitée, il peut déposer une main protectrice sur son épaule. Si l'inconfort persiste, le jeune peut ouvrir les yeux.

**TITRE** COLLIER DE PERLES

*Se tenir par la main pour renforcer les liens*

**DURÉE** 5 minutes

**CATÉGORIE** Réchauffement

**DIFFICULTÉ** 

**OBJECTIFS**

**Individuel** Mobiliser l'énergie

**Groupe** Développer la complicité et la cohésion de groupe

#### DESCRIPTION

Les jeunes sont placés en cercle et se prennent par la main. Ils sont les perles d'un collier dont les bras sont la chaîne de ce collier. Le meneur de jeu invite les jeunes à étirer le collier au maximum. La sensation du collier qui va casser est ressentie, mais le collier ne doit pas se briser. Après quelques secondes, le meneur de jeu demande aux jeunes de se rapprocher, puis l'exercice recommence.

Ensuite, le meneur de jeu invite un volontaire à descendre vers le sol. Le fil risque alors de casser. Ainsi, les autres jeunes aident à remonter la perle pour éviter que le collier ne se brise.


#### VARIANTE

Pour les grands groupes, il est possible de faire le même exercice avec deux colliers de perles, l'un à l'intérieur de l'autre.

#### REMARQUES

Ce réchauffement mobilise l'attention et l'énergie collective. Le meneur de jeu doit rappeler que l'objectif est de garder le collier intact. C'est un travail d'équipe. Tous les jeunes deviennent conscients du fait que chacun d'entre eux est important pour que le groupe réussisse à atteindre l'objectif du réchauffement, qui est de rester uni.



<b>TITRE</b>	<b>SE RECONNAÎTRE (LE CRI DES ANIMAUX 2)</b> <i>Se regrouper au moyen du cri d'un animal</i>
<b>DURÉE</b>	10 minutes
<b>CATÉGORIE</b>	Réchauffement
<b>DIFFICULTÉ</b>	
<b>OBJECTIFS</b>	
<b>Individuel</b>	Développer l'écoute, l'observation et mobiliser l'attention
<b>Groupe</b>	Développer la complicité de groupe, reconnecter avec le plaisir de jouer et s'ouvrir à la diversité linguistique et culturelle.

#### DESCRIPTION


Les jeunes sont placés en cercle. Secrètement, le meneur de jeu propose à l'oreille de chacun des joueurs le nom d'un animal. Au total, quatre ou cinq animaux pourront être proposés. Il est conseillé de reprendre les animaux déjà évoqués dans le jeu « le cri des animaux » (voir p.57). Ensuite, les jeunes marchent dans l'espace et sont invités à prononcer le cri de l'animal qui leur a été attribué, dans la langue de leur choix. Ils devront alors se retrouver en fonction de l'animal qui leur a été attribué afin de former des groupes. Ainsi, des cris différents sont susceptibles d'être émis correspondant à un même animal. C'est en fonction de l'animal que les jeunes sont invités à se regrouper.

Phase de retour possible : les jeunes se placent en cercle et le meneur de jeu aborde les différences entre les divers cris d'animaux prononcés par les jeunes de la classe selon les langues d'origine.

#### REMARQUES

Il est conseillé d'avoir réalisé auparavant le jeu « le cri des animaux » (voir p.57)

Ce réchauffement est assez difficile à réaliser avec lorsque les jeunes sont timides ou lorsqu'il n'y pas beaucoup de confiance entre les jeunes. Il est donc préférable de l'utiliser seulement après plusieurs semaines d'activités.

<b>TITRE</b>	<b>LE CADAVRE EXQUIS</b> <i>Inventer une histoire en ajoutant un mot à la fois</i>
<b>DURÉE</b>	10-15 minutes
<b>CATÉGORIE</b>	Réchauffement
<b>DIFFICULTÉ</b>	
<b>OBJECTIFS</b>	
<b>Individuel</b>	Développer l'écoute et l'imagination
<b>Groupe</b>	S'amuser ensemble, développer la complicité, la cohésion du groupe et s'ouvrir à la diversité linguistique

#### DESCRIPTION

Les jeunes sont placés en cercle. Le meneur de jeu explique que le but de l'activité est de construire ensemble une histoire.

Dans un premier temps, le meneur de jeu propose un mot que son voisin reprend en y ajoutant un mot supplémentaire qui complète le mot précédent. Ensuite, son voisin reprend ces mots et ajoute à son tour un nouveau mot complémentaire, et ainsi de suite jusqu'à l'obtention d'une phrase/histoire et jusqu'à ce que tous les jeunes aient participé.

Dans un deuxième temps, le meneur de jeu complexifie l'activité et propose un mot. Cette fois, son voisin ne répète pas le mot du meneur de jeu, il doit s'en souvenir et en proposer un nouveau qui le complète. Son voisin fait de même et c'est ainsi que le jeu continue. Ainsi, une histoire se construit en se basant sur le souvenir des mots proposés et non sur la répétition de ceux-ci.

Finalement, le meneur de jeu demande si quelqu'un peut raconter l'histoire qu'il a entendue.


#### VARIANTES

Au lieu d'un seul mot, chaque personne ajoute une phrase. Le but, dans la deuxième étape, est d'être capable de construire l'histoire sans répéter les phrases précédentes.

Il est aussi possible de donner un thème à l'histoire qui devra être racontée.

#### REMARQUES

Chacun entend l'histoire qu'il veut bien entendre. Ce qui est amusant, c'est d'accepter et d'écouter toutes les versions, ce qui nous apprend qu'il n'y a pas qu'une seule façon de percevoir les choses.

<b>TITRE</b>	NOTRE HISTOIRE PLURILINGUE (LE CADAVRE EXQUIS 2) <i>Créer une histoire en plusieurs langues</i>
<b>DURÉE</b>	10–15 minutes
<b>CATÉGORIE</b>	Réchauffement
<b>DIFFICULTÉ</b>	
<b>OBJECTIFS</b>	
<b>Individuel</b>	Développer l'écoute et l'imagination
<b>Groupe</b>	S'amuser ensemble, développer la complicité, la cohésion de groupe et s'ouvrir à la diversité linguistique et culturelle

#### DESCRIPTION


Les jeunes sont placés en cercle. Le meneur de jeu explique que le but de l'activité est de construire ensemble une histoire en plusieurs langues.

Dans un premier temps, le meneur de jeu propose un mot, dans la langue de son choix, que son voisin reprend en y ajoutant un mot supplémentaire, également dans la langue de son choix et qui complète le mot précédent. À chaque ajout de mot, une traduction dans la langue commune est possible pour permettre la compréhension de tous. Il faut trouver un équilibre entre conserver le rythme du jeu et les besoins de compréhension.

Ainsi de suite, chaque joueur ajoute un mot, dans la langue de son choix, aux mots déjà proposés jusqu'à l'obtention d'une phrase/histoire plurilingue.

#### REMARQUE

Il est recommandé de réaliser préalablement le réchauffement « cadavre exquis » (voir p.73).

<b>TITRE</b>	DÉSObÉISSANCE <i>Faire le contraire de ce qu'annonce le meneur de jeu</i>
<b>DURÉE</b>	10 minutes
<b>CATÉGORIE</b>	Réchauffement
<b>DIFFICULTÉ</b>	
<b>OBJECTIFS</b>	
<b>Individuel</b>	Mobiliser l'attention et développer l'écoute
<b>Groupe</b>	S'amuser ensemble et développer la complicité de groupe

#### DESCRIPTION

Les jeunes sont placés en cercle. Le meneur de jeu donne des « ordres », par exemple : « restez immobile », « faites le plus de bruit possible », « éloignez-vous les uns des autres », « parlez uniquement en français »... Les jeunes sont invités à faire le contraire de ce qui est demandé. Les ordres peuvent s'adresser au groupe entier ou bien à une partie seulement.

Lorsque le meneur de jeu frappe trois fois des mains, le réchauffement s'arrête.

#### REMARQUES

Ce réchauffement permet de créer un climat de complicité entre les jeunes. La désobéissance est acceptée et même encouragée. Cela brise le cadre habituel des rapports jeunes/adultes pendant la durée du jeu.

Il n'est pas si facile de désobéir. Beaucoup de jeunes auront naturellement tendance à obéir.

<b>TITRE</b>	<b>CONNEXION</b> <i>Se déplacer deux par deux en gardant un point de contact corporel</i>
<b>DURÉE</b>	10 minutes
<b>CATÉGORIE</b>	Réchauffement
<b>DIFFICULTÉ</b>	● À ●●●
<b>OBJECTIFS</b>	
<b>Individuel</b>	Mobiliser l'énergie et l'attention, développer l'écoute et l'observation
<b>Groupe</b>	S'amuser ensemble et développer la complicité et la cohésion du groupe

### DESCRIPTION

Le meneur de jeu invite les jeunes à se mettre deux par deux et il leur demande de se déplacer dans l'espace jeu, en respectant le tempo qu'il donnera, tout en restant connecté l'un à l'autre par une partie du corps. Ainsi, pour commencer l'activité, le meneur de jeu propose une partie du corps (la tête, le dos, les coudes, les hanches, les genoux...) avec laquelle les jeunes sont invités à se connecter les uns aux autres. Ils marchent selon la cadence proposée par le meneur de jeu et à l'annonce d'une nouvelle partie du corps, ils changent leur point de contact et ainsi de suite.

### VARIANTES

Lorsque les jeunes ont réussi ce réchauffement, on peut leur donner de nouveaux défis : augmenter la vitesse du mouvement ou jumeler des mouvements (ex. tête et mains, etc.).

Lorsque le meneur de jeu propose une nouvelle partie du corps, les jeunes peuvent changer de partenaire.

### REMARQUES

Ce réchauffement nécessite qu'un sentiment de confiance et de sécurité soit installé entre les jeunes. Aussi, il est recommandé de réaliser ce réchauffement après plusieurs ateliers.

Quand les jeunes se déplacent, il est important qu'ils soient conscients de leur environnement pour ne pas créer d'accident.

Ce réchauffement est amusant et engageant. Il demande de la concentration et de la coopération. En effet, les jeunes synchronisent leur démarche et leurs mouvements avec ceux de leur partenaire, en prenant garde aux changements de temps et de direction.

<b>TITRE</b>	<b>APPLAUDIR UNE PERSONNALITÉ</b> <i>Applaudir la personne qui se présente</i>
<b>DURÉE</b>	10 minutes
<b>CATÉGORIE</b>	Réchauffement
<b>DIFFICULTÉ</b>	●
<b>OBJECTIFS</b>	
<b>Individuel</b>	Développer la confiance en soi
<b>Groupe</b>	Développer la complicité et la cohésion du groupe

### DESCRIPTION

Les jeunes sont placés en demi-cercle. Le meneur de jeu se positionne devant le groupe et met une table à côté de lui. Il explique que les jeunes vont accueillir des personnes très importantes et qu'ils vont être invités à se lever pour les applaudir avec énergie.

Il demande à un jeune volontaire de le rejoindre et le présente : « Mesdames, Messieurs, je vous présente la personnalité du jour. Une personne très importante, voici « nom du jeune ». Le jeune est invité à monter sur la table et les autres se lèvent et l'applaudissent.

Par la suite, le meneur de jeu propose à ce même jeune le rôle de présentateur. Ce dernier présente ainsi un par un les jeunes de la classe comme des personnes très importantes. Pour ce faire, le jeune qui aura pris le rôle de présentateur invite un autre jeune à rejoindre le meneur de jeu. Ces derniers sortent de l'espace jeu.

Le présentateur annonce l'arrivée de la personnalité, celle-ci rentre dans l'espace jeu avec le meneur de jeu, elle est invitée à monter sur la table devant le groupe classe (comme sur les marches d'un podium) et les jeunes se mettent debout afin de l'accueillir chaleureusement (applaudissements, cris de joie, etc.).

Tous les jeunes seront présentés et applaudis les uns à la suite des autres.

### REMARQUES

Mentionner que les salutations ne sont pas pareilles dans toutes les cultures.


Les jeunes peuvent trouver ce réchauffement gênant. Cependant, il cherche à renforcer leur capacité à s'exprimer en public, ainsi qu'à rehausser leur estime d'eux-mêmes.

**TITRE** LE JEU DE COMBAT

*Donner-recevoir-réagir à des coups fictifs*

**DURÉE** 10 minutes

**CATÉGORIE** Réchauffement

**DIFFICULTÉ**  À 

**OBJECTIFS**

**Individuel** Mobiliser l'énergie et l'attention, développer la confiance en soi

**Groupe** Développer la complicité et la cohésion du groupe, respecter les autres

### DESCRIPTION

Les jeunes sont placés en deux lignes parallèles (ligne A et ligne B) à une des extrémités de l'espace jeu. Le meneur de jeu propose de faire un jeu de combat et identifie trois parties du corps (l'épaule gauche, l'épaule droite et l'abdomen) où des coups fictifs peuvent être donnés à l'aide des poings.

Le meneur de jeu marque le tempo avec un tambour et à chaque coup de tambour, les jeunes de la ligne A donnent un coup fictif (au choix parmi les trois cités ci-haut), au ralenti et à celui qui lui fait face, soit ceux de la ligne B. Ces derniers y réagissent en reculant et en recevant le coup (imitation au ralenti d'un geste marquant le coup reçu). Et ainsi de suite jusqu'à l'atteinte de l'autre extrémité de l'espace jeu.

Il est important de souligner aux jeunes que ce sont des coups fictifs, comme au cinéma, et donc que l'on ne touche pas, et ce, en aucun cas, son adversaire.

Puis, les rôles s'inversent.

### VARIANTES

- > Quand l'activité est installée, il est possible de la complexifier :
  - En augmentant le tempo;
  - En permettant d'attaquer son adversaire aux jambes, à la tête, aux bras...;
  - En permettant d'attaquer l'adversaire en utilisant les jambes, les bras...
- > Il est également possible de placer les jeunes deux par deux, dans l'espace jeu, sans respecter le format des lignes parallèles. Les jeunes interagissent ainsi dans un combat fictif tout en respectant le tempo donné par le meneur de jeu.

### REMARQUES

Dans sa consigne, le meneur de jeu souligne que les coups fictifs sont au ralenti et qu'ils doivent être prévisibles pour l'adversaire.

Il est possible que les jeunes aient de la difficulté à exprimer des émotions de douleur, de violence, de rage, etc. dans le réchauffement. Il est alors possible de faire une activité introductive qui travaille l'expression d'émotions comme les jeux « esquiver » ou « l'exploration de marche » (voir p. 64-65).

## 3. Les exercices théâtraux

Le plus souvent, on fait faire aux jeunes les exercices théâtraux après l'étape des jeux et des réchauffements. Les exercices théâtraux se travaillent souvent en grand groupe et aident à développer des outils et une conscience théâtrale nécessaires à la mise en scène des histoires. Ainsi, ils permettent aux jeunes de se doter d'outils techniques tels que : trouver sa place dans l'espace jeu, être conscient du jeu théâtral et de l'impact qu'il peut avoir sur les autres, développer des aptitudes séquentielles afin de jouer les histoires sans confusion et apprendre à montrer par la gestuelle plutôt que de nommer. Les exercices théâtraux aident également les jeunes à apprivoiser leurs émotions, à développer une certaine solidarité pour mieux coopérer et à s'ouvrir à la diversité linguistique et culturelle.