

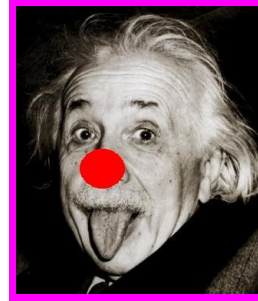
THE BIBLE OF



CLOWNS

Livret d'entrainement au clown activiste
- VERSION 1 -

*« Le clown ne sait pas faire passer de message,
il pose des questions c'est tout. »*



SOMMAIRE

✓	Présentation de la CIRCA et du Clown Activiste	p. 2
✓	Exercices classés par catégories	p. 4
	<ul style="list-style-type: none"> • Prise de contact 	p.
	4	
	• Cohésion de groupe	p.
	5	
	• Écoute	p.
	7	
	• Énergie	p.
	9	
	• Émotions	p.
	10	
	• Occupation de l'espace	p.
	12	
	• Spontanéité & Imagination	p.
	16	
	• Vocale de groupe	p.
	21	
	• Relaxation	p.
	22	
	• Développer son clown	p.
	23	
	• Dans la rue...	p.
	29	
✓	Exemple de déroulé d'ateliers	p. 31
✓	Conseils pour bien préparer une action	p. 32



✓	Expériences de clowns	p. 33
✓	Outils de communication	p. 34
✓	Armes de dérision massive et leur fabrication	p. 36
✓	Les brigades de France	dernière page

- 1 -

PRÉSENTATION DE LA CIRCA

The Clandestine Insurgent Rebel Clown Army

En France comme ailleurs, l'**Armée mondiale Clandestine des Clowns Insurgés et Rebelles** fait revivre aux forces de l'oppression ce qu'elles ne veulent pas mettre au grand jour : l'abîme sans fond de leur propre folie !

Nous sommes clandestin-e-s : Nous refusons le spectacle de la célébrité, car nous montrons que nos mots, rêves, désirs sont plus importants que notre biographie, car nous rejetons la société de surveillance, de contrôles, de records... car nous reconnaissons le pouvoir de nos actes et que nous résistons avec farce.

Nous sommes insurgé-e-s : Nous rions de tout et n'importe où. Les idées peuvent être oubliées ce qui fait que notre imagination est irrésistible. Nous improvisons nos tactiques sur le terrain. Tout est possible !!! Nous proclamons la liberté absolue et immédiate pour tous les êtres vivants. Il suffit de vouloir faire tout ce que l'on veut pour pouvoir faire tout ce qu'on veut.

Nous sommes rebelles : Nous aimons l'amour de la vie, nous ne voulons pas changer le monde, mais « notre » monde. Nous désobéirons et désertions tous ceux/celles qui, abusent et accumulent du pouvoir et détruisent la vie. Nous transformons tout : notre façon de vivre, créer, aimer, manger, rire, jouer, apprendre, écouter, penser et tous ce qui fait que l'on est rebelle.

Nous sommes clowns : Ce que nous faisons est idiotement intelligent, nous créons de la cohérence avec de la confusion, nous développons le clown qui est

en nous, oui !!! Celui qui permet de toujours dire oui, car nous pouvons avancer avec n'importe quoi et qui, et aller vers tout.

Nous sommes une armée : Nous vivons sur une planète en guerre permanente (guerre de l'argent contre le vivant, du progrès contre le futur). Le combat requiert de la solidarité. Notre guerre est absurde car nous, les clowns, sommes pathétiques et que en groupe nous sommes une force dangereuse.



<http://www.clownarmy.org/>

- 2 -

La CIRCA a été impulsé par les activistes de Reclaims the street, groupe militant anglais très imaginaire. Avec en partie à sa tête, le colonel Klepto, alias John Jordan. Le premier communiqué date du 13 novembre 2003, soutenu par le **sous commandant Marcios** et donc l'EZLN. Il appelait à manifester contre la venue de Bush « d'égout » au royaume uni ventant les bienfaits de la guerre en Irak. On les a vus aussi au contre sommet du G8 en Écosse.

L'objectif de la CIRCA est de **rétablir la joie de vivre dans le monde** en pratiquant la désobéissance civile non-violente et radicalement grâce à ses plus belles armes d'humour et de dérision massive.

La CIRCA est une force de combat qui se tient entre l'ordre et le désordre, l'obéissance et la désobéissance, la raison et la folie. Nous existons pour résister dans les rues, pour faire de l'action directe et gripper les machines de l'oppression et de la violence.

A la différence de la plupart des armées, nous ne pratiquons ni l'assaut, ni le retrait mais contribuons à partager l'amour de la vie ! Nous ne nous confrontons jamais à l'autorité car celle-ci est entraînée à la confrontation, au lieu du conflit, nous nous formons à la confusion et au plaisir.

Nous fonctionnons **sans chef** ni centralisation mais sous forme de



« **troupeaux affinitaires** » appelés brigades, ce qui nous permet d'avoir une autonomie plus large. Nous préconisons les contacts et les rapprochements entre les légions françaises et étrangères ainsi que l'organisation commune de rassemblements et d'actions.

Pour cela de nombreux entraînements sont nécessaires. En effet, dévoiler le clown qui se cache en nous est un travail difficile. Trouver son propre clown, c'est apprendre à cultiver une façon d'être plutôt qu'une technique. On devient clown avec tout son cœur et ses pieds, l'on joue avec tout et avec chacun. Jouer nécessite de s'abandonner à la spontanéité, d'abandonner toute expectation de succès, de renoncer à la compulsion d'être intelligent ...

- 3 -



EXERCICES POUR ENTRAINEMENT



Ces exercices sont destinés aux entraînements des clowns activistes lors d'ateliers de groupe. Une majorité d'entre eux sont inspirés du théâtre d'improvisation. Ils peuvent aussi être repris et adaptés pour une réappropriation de l'espace public et lors d'action.

• **Prise de contact:**

Massages : - en cercle, masser la personne d'à côté qui masse la personne d'à côté...
- massages 2 par 2 en faisant sortir des sons.

Rencontres : - le groupe déambule dans toutes les directions quand les personnes se croisent elles établissent un contact visuel puis se présentent : « bonjour je m'appelle ... »
- puis les personnes se retrouvent comme si elles ne s'étaient pas vues depuis très longtemps.
- puis quand les personnes se rencontrent l'une se comporte comme si l'autre était son idole.

Chat Calin : Pour se protéger du chat on se réfugie dans les bras de la personne la plus proche.

Chat figé dans la boue : les personnes qui sont touchées restent immobiles les jambes écartées. Pour les libérer il faut plonger entre leurs jambes. Pour se protéger du chat on peut rester allongé entre les jambes d'un prisonnier. Préférable de commencer avec 3 chats.

Corde des prénoms: jeu qui consiste à s'envoyer les prénoms de plein de façons, en chantant, avec un geste, une émotion... afin de les retenir, à 22 ça ne marche pas du premier coup!

Prénom-touche : (connaissance - contact) [en cercle] La règle de cet exercice est : "quand on m'appelle, je touche, quand on me touche, j'appelle" Un participant en appelle un second par son prénom sans le toucher. Celui-ci doit en toucher un autre pour l'appeler sans le nommer. Celui qui est touché appelle à son tour un prénom et ainsi de suite en maintenant l'alternance entre

contact et prénom. Subtilité : importance du rythme et de la rapidité ; l'animateur peut d'ailleurs imposer un rythme en comptant ou frappant dans ses mains.

Balle-prénom: (*Dynamique - contact*) [en cercle] matériel : une balle. Un participant lance la balle à un autre participant, en donnant le prénom d'un troisième. Il échange alors sa place avec celle du participant qu'il a appelé (en courant, toujours à l'extérieur du cercle). Le participant qui a reçu la balle ne change pas de place : il la lance à son tour à un autre, en appelant un troisième, et alors change de place avec ce dernier...ainsi de suite. Subtilité : insister sur la rapidité.

Présentation avec gestes (*groupe - attention*) [en cercle] . L'intervenant donne son prénom et y associe un geste. Son voisin répète le prénom et geste de l'intervenant, puis donne son prénom, avec un autre geste. Le suivant répète les attributs de l'intervenant, du deuxième, puis donne les siens, etc... Subtilités : - insister sur le regard : on regarde un par un les joueurs que l'on imite. - à la fin, on peut demander au hasard à l'un des participants les attributs d'un autre.

- 4 -

1.2.3 Soleil en faisant circuler un objet qui doit passer entre toutes les mains sans que celui qui s'y colle le voit.

Le Lavomatique: deux lignes face à face, bien serrées, avec juste le passage d'une personne au milieu. A tour de rôle, un participant présente qu'elle voiture il est avant de passer au lavomatique. Le but est que chacun puisse dire comment il se sent physiquement (rouillé, fragile, moteur turbo) et que le groupe l'aide soit à se détendre, soit à se dynamiser, le but est également de se toucher, créer une proximité physique dans le groupe.

Le modeleur équipe de trois, on désigne le sculpteur, la statue et la pâte à modeler. La statue adopte une position, le sculpteur doit reproduire cette position avec la pâte à modeler. On peut demander au sculpteur d'avoir les yeux bandés pour ajouter de la difficulté à l'exercice et de favoriser les contacts entre les élèves

La danse pour l'autre: une musique entraînante, par duo et tout le groupe en même temps. Il faut comme son nom l'indique danser pour l'autre, on doit l'étonner, l'intriguer... tout faire pour avoir son attention. On inverse quand le danseur touche son partenaire. Ce jeu est intéressant pour la connexion par les regards, même en étant très éloignés dans la salle les "binômes" ne doivent pas se quitter des yeux.

- **Cohésion de groupe:**

Confiance au groupe:

Bouteille : [en petit cercle] , une personne est au centre et se raidie, les autres le pousse et la font tourner, la bouteille doit rester raide jambes collées.

Course contre le mur : Les acteurs forme 2 lignes face à face espacé de 6 mètres, l'acteur qui fait l'exercice se bande les yeux et court d'une ligne à l'autre de plus en plus vite, ses coéquipiers doivent le rattraper et le tourner sans le blesser...

Le Mur de clown: un mur de clown, un clown cherche à passer, tout mettre en œuvre pour se faufiler. Un mur de clown est plus facile à passer qu'un mur de CRS, les clowns étant plus joueurs!

Le porté: Un chanceux se bande les yeux et enlève ses chaussures, il commence à prendre appui dans le vide les autres doivent se placer sous ses appuis et le porter tout en le laissant libre de ses mouvements.

Wanadoo : L'acteur tombe en arrière, rigide en croix, de +ou-haut et est rattrapé par ses amis.

Passage d'énergie: En cercle, on fait circuler l'énergie par contact visuel et en tapant dans ses mains dans la direction de son voisin. Si l'énergie passe bien le rythme sonore circule fluidement. On peut alors inverser le mouvement à volonté. Puis envoyer l'énergie dans toutes les directions du cercle. On peut aussi bloquer l'énergie en levant les bras au ciel et en émettant un dzoiiongiiong sonore. L'énergie repart à l'envoyeur.

Les statues de groupe On divise le groupe en équipe de 4. Le premier groupe fait une statue avec le deuxième groupe. Le deuxième sur le troisième...

- 5 -

Intervillage (*Amusement - groupe - contact physique*) Position de départ : Par groupes dont le nombre de participants est fixé par l'intervenant Le participant prépare un parcours dans la salle avec des obstacles (tables, chaises...). Chaque groupe se voit remettre des feuilles de papier que les participants vont devoir maintenir entre eux, sans l'aide des mains, sur un endroit du corps fixé par l'intervenant (par exemple entre les coudes). Ensuite, l'exercice consiste en une course avec obstacle (passer sous une table ou franchir un mur de chaises) que chaque groupe doit franchir sans jamais faire tomber les feuilles qui relient les participants.

Le trou: Une personne démarre à quatre patte au sol, l'index bouchant un trou ; il ne pourra sortir de l'impro que s'il parvient se faire remplacer dans sa tâche. Quelqu'un doit rentrer alors dans l'air de jeu. Objectifs : Donner signification à un geste. Le trou peut en effet devenir autre chose selon la situation. Développer une situation véritable. Exemple : Le trou devient un trou de serrure derrière lequel un superbe et hilarant spectacle est entrain de se dérouler. L'autre cherche à voir...Il cherche son piège si l'autre veut bien partager. Mises en garde : Comme pour de nombreuses consignes d'impro, les positions systématiques de refus bloquent les situations. Le contact est souvent refusé et empêche un développement, une invention corporelle véritable

En un Partenaire :

L'aveugle et son guide: l'un guide l'autre (qui ferme les yeux) en le poussant tirant etc...

L'aveugle et son guide 2: La moitié des acteurs se bande les yeux et se mettent en ligne, l'autre moitié vont choisir puis s'approcher d'un aveugle et lui faire un sons, l'aveugle va suivre se son et le guide va tenter de lui faire comprendre des actions rien qu'avec se sons.

Le Miroir: deux par deux, l'un reproduit les gestes de l'autre, donner de l'importance à l'état, aux sentiments.

Le fil: deux par deux, l'un tire des fils imaginaires qui sont accrochés sur le corps de son partenaire, il initie un mouvement que l'autre suit: mener puis suivre.

La Main : Un acteur positionne sa main ouverte à quelques centimètre du visage d'un autre, la déplace, l'autre doit garder la même distance.

Le sandwich: Pour mettre son nez, 2 personnes servent de rideaux, passage permettant de prendre le temps d'écouter ses émotions quand on met le nez. On ne fait pas le clown, on est clown dès que l'on a "chaussé". Dans le speed des actions c'est pas toujours possible. Sur les passages rideaux on fait attention à l'écoute de son clown, de l'autre clown ou des autres clowns, des gens qui regardent et des éléments extérieurs. On fait aussi attention au fait de ne pas jouer un sentiment mais de vraiment le ressentir, c'est peut-être pas indispensable pour le clown activiste mais c'est la sincérité et l'instinct.

En lui :

Le jeune acteur : Il entre sur scène se présente et sort.

Bizutage : Le joueur va dans un lieu où il a du monde monte sur une table et cris "EST CE QUE QUELQU'UN SAIT POURQUOI... POURQUOI... JE CRIS COMME ÇA..." et s'enfuit.

- 6 -

- **Écoute:**

Balles de couleur Écoute - amusement - groupe Position de départ : En cercle L'intervenant envoie à un participant une balle imaginaire avec une couleur qui restera la même. Au moment où il l'envoie, il annonce cette couleur. Le receveur annonce qu'il a bien reçu la balle en répétant la couleur. Puis il procède de même pour la relancer. L'intervenant peut alors lancer d'autres balles de couleurs différentes et les laisser circuler. Chaque participant doit toujours être prêt à la réception. A son signal, le jeu s'arrête et il procède à l'inventaire des balles. Subtilité : Tant que le receveur n'a pas annoncé qu'il a reçu la balle, le lanceur doit considérer que c'est lui qui la possède toujours. Variante : Les balles peuvent changer de forme, de poids, ou même induire un état. Pour la rapidité du jeu, les balles peuvent être brûlantes, il faut alors s'en débarrasser très vite. Variante : On doit constamment varier notre façon de la lancer, évidemment, l'autre doit l'attraper de la manière qu'elle a été lancée.

La Maison bulgare: un périmètre qui délimite la maison, une porte, chaque invité entre à tour de rôle avec une émotion différente et installe un objet dans la pièce principale. Jeu qui nous entraîne à la fois à proposer au groupe et à prendre et entendre une nouvelle proposition, alors qu'on est déjà en jeu.

Les Objets : Les acteurs se passent des objets imaginaires sans dire ce que c'est.

Les décharges : [assis en cercle, on se donnent les mains derrière le dos] le déchargeur va en même temps serrer les 2 mains, une décharge va partir à sa gauche et à sa droite et être relayée jusqu'à la personne d'en face, le premier coté arrivé a gagné... en mettre plusieurs et faire varier les sens.

Les chiffres : Un acteur dit 1... un autre dit 2... puis encore un dit 3... ainsi de suite... jusqu'à 10 mais il ne faut jamais que deux acteurs donne le même chiffre en même temps.

Tronçonneuse : Un individu sort une tronçonneuse et tente de découper les autres qui saute ou se baisse pour l'éviter...

Épée (défoulement - écoute) Position de départ : groupés. L'intervenant, ou l'un des participants, se place face au groupe. Il dégaine une épée imaginaire avec laquelle il va "frapper" le groupe. A celui-ci de l'esquiver. Exemples: - coup d'épée horizontal au niveau du sol : on saute en l'air. - coup pour couper les têtes : on se baisse. - coup sur le côté : on se penche de l'autre côté. - coup vertical au milieu du groupe : le groupe se sépare en deux. - coup direct au centre du groupe : on se plie en deux (coup dans le ventre). Après chaque esquive, le groupe reprend rapidement sa position initiale. Subtilité : - les participants peuvent émettre des sons et avoir peur.

Ali Baba et les quarante Voleurs : [en cercle] Tout le monde répète "Ali baba et les quarante voleurs", Le premier réalise un geste à chaque début de phrase, le 2eme imite le premier avec un décalage d'une phrase, le 3 imite le 2eme... et ainsi de suite.

Chef d'orchestre : [en cercle] L'entraîneur débute un rythme (avec les mains et les pieds) tout le monde l'imité en tentant d'être le + synchro possible, l'entraîneur complexifie petit à petit le rythme, et ensuite ralenti jusqu'à l'immobilisation totale.

- 7 -

Gestes contagieux : en marche, tout les joueurs inventent un tic (Geste + son), ensuite il peuvent le laisser tomber pour le tic d'un autre , pis encore changer, à la fin il ne doit en rester qu'un.

Le miroir : Il s'agit, en groupes ou en binômes, de reproduire les gestes du meneur comme le fait un miroir. Cet exercice peut aussi se dérouler avec des déplacements.

Président : à 4 : un acteur est le président et marche, a ses cotés et derrière 3 gardes du corps l'imitent, en face le journaliste fait le miroir a reculons.

Les Baguettes : A deux : on place 2 baguettes entre les index de A et les index de B, ils ferme les yeux et se déplace sans faire tomber les tiges.

L'oreille multiple : Deux groupes de même importance se tournent le dos. Dans un groupe, chaque individu choisit un son ou un bruit. Tous les membres du groupe produisent leur son en même temps. L'autre groupe doit écouter et reproduire le son d'ensemble en se répartissant les bruits. Cet exercice est complexe car il demande une grande concentration et une coordination importante. Il faut donc commencer avec des groupes restreints de quatre à cinq élèves.

Le saute mouton géant : soient "A","B","C" trois acteurs. "A" débute une histoire seul. "B" entre ainsi "A" et "B" débutent une nouvelle impro. "C" entre alors "A","B" et "C" débutent une nouvelle impro... "C" sort , "A" et "B" reprennent leur impro ; "B" sort , et "A" fini seul l'impro du début.

Diaporama : Dans une équipe de 3 personnes, deux miment les diapositives et un autre fait la narration. On choisit un thème. Les deux élèves prennent une position. Le narrateur commente : exemple : "voici deux ours polaires qui se disputent un repas. les ours polaires n'ont pas l'habitude de partage, solitaires, ils... Le narrateur dit Beeeep et les 2 acteurs changent de position...

L'auteur Un auteur écrit une pièce. Elle dirige les autres acteurs alors qu'ils jouent ce "work in progress". L'auteur peut aussi réécrire un passage, par exemple : "OK, on va revenir au moment où Cléopâtre entre mais cette fois elle entrera en chantant une chanson" L'auteur peut être assise à une table pour écrire ou debout en train de faire la mise en place de la scène à mesure.

Assis - debout - penché : Les élèves initient une situation improvisée. Contrainte : L'un des trois personnages doit être assis, le second debout et le dernier penché. En restant à l'écoute des autres le changement d'une position de l'autre doit être équilibré par les autres

L'histoire collective: Assis en rond, par terre, les lumières éteintes et les yeux fermés. Le meneur désigne une personne pour commencer une histoire. Ensuite, il touche un autre participant afin de continuer la même histoire et ainsi de suite jusqu'à la conclusion.

Décomposition du mouvement Tout le monde se place un derrière l'autre. On utilise un texte ayant le même nombre de lignes que de participants, chaque participant a une copie de ce texte. Le premier dit la première phrase appuyée d'un geste visible de tous. Ce geste est fait par tous. Le premier s'accroupit et le 2ième joueur lit la deuxième phrase appuyé d'un geste différent et fait en même temps par tous les joueurs. Il s'accroupit et le troisième dit la 3ième etc. jusqu'au dernier.

- 8 -

- **Énergie:**

Passage d'énergie : [en cercle] en frappant dans ses mains de façon circulaire Un clap pour la réception un autre pour l'envoi.

Le cris : [en cercle] , les acteurs ont leurs points serrés contre leur poitrine , il font Mmmmmmm suivit d'un ah ! ou ils tendent leurs bras.

Exo de Base :

Les acteurs envahissent l'espace et marchent avec un rythme soutenu, Il regarde à l'horizon, visage neutre, en tournant la tête avant le corps... Tenter de gérer les espaces entre les acteurs en ralentissant... accélérant.

On associe des mots à des actions : "quand je dirai "Voiture" on frappe dans ses mains..." l'entraîneur donne des actions à réaliser le plus rapidement possible:exemples:- une colonne du plus petit au plus grand- Par groupe de 3 - Une colonne par âge, ordre alphabétique des prénoms... refaire les actions pour que la mise en place dure moins de 4 secondes.

Les acteurs se mettent par groupe de 2 et s'échangent leurs prénoms, puis s'éloignent sans se quitter des yeux. L'entraîneur fait un signal et les deux acteurs se retrouvent en criant le nom de la personne en face.

Les acteurs peuvent s'arrêter, marcher, courir quand bon leur semble et peuvent copier ce que fait un autre(s'il court, se mettre à courir avec lui).

Shouba : [en cercle] Faites vous passer le Shouba : avec le bras droit, pointez celui à votre gauche et dite "Shouba", le receveur fait de même, ensuite ajoutez le "Brique" (points serrés contre son torse) pour inverser le sens et "Whiise" (faire des lunettes avec ses mains) pour que le Shouba saute le tour du suivant)

Les Messagers : [en cercle] Le 1er court et apporter un mot à quelqu'un d'autre en face, celui-ci lui laisse sa place puis court vers quelqu'un d'autre lui apporter une association d'idées.

Attire-repousse (dynamique - contact) Position de départ : tout le monde marche dans la salle. Cet exercice se découpe en trois phases :- attirer : chacun choisit secrètement une personne. Au

signal de l'intervenant, chacun doit se coller le plus rapidement possible à la personne choisie, sans aucune violence (la personne doit rester libre de ses mouvements). - repousse : idem, mais au signal de l'intervenant, on doit se trouver le plus loin possible de la personne. - attirer/repousse : on choisit une personne qui attire et une autre qui repousse. Au signal, il faut être le plus près possible de celle qui attire, et le plus loin possible de celle qui repousse. Subtilité : - insister sur la rapidité et l'aspect non violent de l'exercice.

Rencontres : Les participants sont placés en équipe de deux et ils se placent à environ 2 mètres l'un de l'autre. Ils feront une série de rencontres dirigées (ils se déplacent l'un vers l'autre, improvisent et retournent à leur point de départ pour attendre la nouvelle consigne. Première consigne : Vous rencontrez un personnage que vous n'avez pas vu depuis 15 ans, sans paroles. Vous reprenez la rencontre mais avec parole. Vous rencontrez quelqu'un que vous n'êtes pas content de voir. Vous rencontrez quelqu'un que vous aimez mais vous êtes trop gêné pour le lui dire. Vous pouvez modifier ces rencontres à l'infini, selon votre créativité..

- 9 -

Ambassadeur : On divise tout le groupe en équipe. Chaque équipe désigne un joueur pour être ambassadeur. Il vont voir l'animateur qui leur donne un des mots de passe. L'ambassadeur va à son équipe et mime le mot de passe. Le joueur qui devine le mot de passe va voir l'animateur qui lui donne un second mot de passe etc... Le mot de passé doit être exact. Exemple de mot de passe: qui dort dîne, se faire tirer les vers du nez, Michel Rivard, Jésus de Montréal etc..

Rubber Chicken (poulet en caoutchouc) : Exercice pour se redynamiser après trop de blabla; Se mettre en cercle et réaliser l'enchaînement à rythme rapide

On lance le bras droit 5 fois en comptant tous ensemble : 1,2,3,4,5
On lance la jambe gauche 5 fois en comptant tous ensemble : 1,2,3,4,5
On lance le bras gauche 5 fois en comptant tous ensemble : 1,2,3,4,5
On lance la jambe droite 5 fois en comptant tous ensemble : 1,2,3,4,5

On lance le bras droit 4 fois en comptant tous ensemble : 1,2,3,4
On lance la jambe gauche 4 fois en comptant tous ensemble : 1,2,3,4
On lance le bras gauche 4 fois en comptant tous ensemble : 1,2,3,4
On lance la jambe droite 4 fois en comptant tous ensemble : 1,2,3,4
Et ainsi de suite

Puis on saute en l'air en étirant tous les membres et en criant: « POULET EN CAOUTCHOUC »

Échauffement: [en cercle] on chauffe chaque partie du corps une par une. Pied, genoux, anche, épaule, coude, main, tête, poumons.

- **Émotions :**

Exo de base: [en cercle] tête baissée on choisie un sentiment... et tout le monde le joue et remonte lentement la tête, en cas de craquage l'acteur doit immédiatement rabaisser la tête.

Crocodile : [en cercle] les acteurs se passent un objet, en récitant le texte "-ceci est un crocodile -Un quoi ? -un crocodile ! -ah, un crocodile ... " avec une émotion choisie au début (pour tout le monde la même)

Ange et démon : tous les acteurs en fond de scène, fond les anges et s'approchent du public et petit à petit se transforment en démon, une fois au devant de scène les acteurs reculent très vite et redeviennent ange.

Je t'aime je te hais. [à 2] Le premier avance vers le 2ème en face et lui fait une déclaration d'amour, arrivé le 2ème part vers celui en face ainsi de suite jusqu'au dernier. Le refaire avec une déclaration de haine.

Le particulier : tous les acteurs marchent dans l'espace, l'entraîneur en choisit un et une émotion. Ex " Paul est déprimé", le joueur joue cette émotion, et les autres jouent leurs réactions envers lui.

Foulards : prendre autant de foulard, de couleur différentes, qu'il y a de joueurs, associez une émotion à chaque foulard. Les joueurs réalisent une impro et jouent l'émotion du foulard, le coach frappe dans ses mains et tout le monde échange ses foulards.

- 10 -

Cercle d'émotions (concentration - émotion) [en cercle] Tous se tiennent la main. L'intervenant donne un état. Chacun essaie de se mettre dans cet état, soit en le jouant, soit en essayant de le ressentir. Puis l'intervenant annonce un autre, idem, puis un autre, etc. Subtilité : attirer l'attention sur le regard : se nourrir du regard des autres. Cet exercice peut être une base de travail sur les émotions et être travaillé dans la finesse, ou au contraire, permettre un moment collectif de caricature des états. Variante : l'intervenant peut demander aux participants de lui parler quand ils croisent son regard.

Les mains et les pieds Cet exercice se fait en trois temps et dure pratiquement une période... Dans la phase exploratoire, les élèves sont debout en position neutre et regardent leurs mains. L'animateur propose différentes émotions à explorer avec leurs mains : Mains nerveuses; contentes; tendues; fatiguées; paresseuses; molles; dures; fâchées; ouvertes; fermées; boudeuses; tristes; gênées... On reprend le même exercice avec les pieds. L'animateur aura disposé d'un grand drap dans lequel il y a trois paires de trous pour faire passer les mains. Dans une boîte, il y a des cartons sur lesquels sont inscrits des émotions. À tour de rôle, les élèves tenteront d'exprimer, en passant les mains à travers les trous, l'émotion du papier. On tente de découvrir l'émotion. Finalement, on demande aux élèves de se regrouper en équipe de trois pour préparer une courte saynète. La seule partie du corps que l'on verra lors de la présentation sera les pieds visibles sous le drap suspendu. Les onomatopées sont permises.

Le jeu des 5 émotions : C'est un jeu d'improvisation dirigée avec deux participants. Avant le début de chaque impro, l'animateur choisira 5 émotions (colère, envie, Mépris, peur, courage, joie...). Il propose ensuite une situation simple. (un couple met les bagages dans une voiture avant de partir en voyage, un enfant amène un bulletin, ...) Les participants commencent leur improvisation. Tout en continuant l'action, l'animateur désigne une à une les émotions choisies au départ et les participants doivent les intégrer dans l'improvisation de manière réaliste. Lorsque les cinq émotions ont été intégrées, les participants font une conclusion rapide à l'improvisation pour la terminer.

Exagération des émotions : Trois participants sont assis face au public. L'animateur propose une émotion (rire, tristesse, colère, ...) Le premier participant donne une interprétation toute simple de l'émotion (prenons le rire par exemple) il pourra faire dans ce cas un petit sourire. Le

deuxième participant, qui regardait le premier donner une version amplifiée de ce rire, rire qui sera amplifié par le troisième, puis le premier, puis le deuxième. L'animateur devra arrêter l'amplification lorsqu'il jugera que les participants ont amplifié au maximum l'émotion. On peut faire cet exercice en mouvement, prendre par exemple un geste banal comme donner quelques coups de marteau sur un clou. Les élèves amplifient le geste jusqu'à ce qu'ils donnent un coup de masse sur un clou géant.

Le jeu des émotions : Le groupe est placé en cercle en position de concertation. Le meneur désigne une personne pour conduire le jeu. Cette personne nomme le nom d'un participant. Ce participant, immédiatement après avoir été nommé, mentionne une émotion (peur, joie, amour, etc.) Le groupe se sépare et vit cette émotion. Spontanément le groupe se reforme et un autre participant est choisi pour nommer une autre émotion. Parlant de variantes et de progression, vous pourriez commencer par faire vivre l'émotion en non verbal, puis avec des sons pour finalement proposer aux participants de créer spontanément des situations de jeu avec d'autres partenaires...

- 11 -

Trois chaises de l'émotion : Avant l'improvisation, on attribue une émotion particulière à 3 chaises placées dans l'aire de jeu (colère, nervosité, maladie souffrante...). Le public propose un thème simple sur lequel une équipe de 3 personnages doit faire une improvisation. Les personnages doivent improviser en tenant compte des émotions sur les chaises. C'est à dire qu'au contact de la chaise de la colère, ils doivent instantanément vivre cette émotion (en modifiant évidemment un peu l'histoire...) Ils doivent bien marquer le changement d'émotions, lorsqu'ils passent d'une chaise à une autre, et le paroxysme de l'émotion plus ils sont, prêts de la chaise: exemple si je suis assis sur la chaise de la colère, l'émotion est très forte, si je suis debout sur la chaise elle est à son paroxysme.

Émotion par le soupir : L'animateur donne une émotion et les participants tournés au mur y réfléchissent. Une fois l'inspiration trouvée, il se tourne et exprime l'émotion seulement avec un soupir sans aucun geste. C'est un exercice exploratoire qui peut amorcer une situation de jeu. On pourrait, par exemple, proposer de faire une scénette en équipe qui intégrerait un certain nombre de ces soupirs

C'est moi : Un participant sort à l'extérieur du local ou de la scène. L'animateur choisit une émotion (repentir, joie, triomphe...) En revenant sur la scène ou dans le local, il doit dire : C'EST MOI, en représentant le plus exactement possible l'émotion choisie.

- **Occupation de l'espace:**

Recherche de démarches : 1 groupe déambule naturellement, l'autre l'observe. Le groupe observateur prend la place du 1er, chacun caricature la personne qu'il/elle était chargé/e d'observer à son insu. La personne caricaturée doit se reconnaître puis apprendre à marcher avec son observateur, puis exagère davantage la caricature. Les groupes échangent leurs fonctions.

Le Clown Fou : Art martial compulsif. Par groupe de 5, chacun propose un mouvement assorti d'un son. Puis le groupe doit réaliser un enchaînement chorégraphique des 5 mouvements devant l'assemblée.

Banc de Poisson : le/la clown de tête avance avec une démarche spécifique, tous les autres font

de même. Quand la personne de tête tourne, la nouvelle personne qui est à l'avant prend le relais avec une nouvelle démarche.

Chaussette : Les clowns forment un groupe très compact, qui va progresser vers sa cible en exprimant une intention générale, un sentiment décidé à l'avance. Les un/es après les autres, les clowns situé/es à l'arrière passent à l'avant en exprimant ce sentiment. Puis une fois parvenu à la cible, le groupe amorce son repli en effectuant le mouvement inverse et en exprimant un autre sentiment général décidé à l'avance.

Le Samouraï de la Rochelle : une personne fait un geste et tout le groupe doit reproduire ce geste instantanément.

Le Dorampé: Ramper sur le dos, pour épater le gardien de la paix, qui ne connaît que le ramper sur le ventre, nous sommes quasi les seuls à utiliser cette technique de déplacement peu commune sur ce type de terrain d'action.

- 12 -

Magicien-Géant-Minus: sur le principe du jeu Pierre-Feuille-Ciseaux : le/la Magicien/ne peut désintégrer le/la Géant/e, le/la Géant/e peut écraser le/la Minus, le/la Minus peut grimper à l'intérieur de la robe du/de la Magicien/ne.

Deux groupes sont constitués, chaque groupe délibère et choisit d'incarner un personnage. Les groupes se font face en 2 lignes, font 3 pas en avant puis expriment l'attitude spécifique du personnage choisit. Le groupe dont le personnage est le plus fort court après l'autre groupe qui s'enfuit pour retourner derrière sa ligne de démarcation. Tou/tes les prisonnier/es passent dans l'autre équipe pour le tour suivant. Si les personnages sont identiques lors de l'affrontement, les 2 groupes se prennent dans les bras.

Le Fishing: les individus avancent ou occupent un espace comme un banc de poisson, l'individu qui est le plus en avant prend l'initiative de lancer un mouvement et/ou un cri. Lorsque l'on est le leader du banc de poisson, on tend à avancer le plus droit possible car tout autre direction prise insinue un changement de chef des poissons, c'est aussi un bon exercice d'écoute dans le groupe et en mouvement si l'on veut.

Le Pilipili: le monstre commence seul en faisant des grands pas lents, tous ces déplacements sont lents, son objectif est de toucher des pilipilis pour les transformer en monstre, cela se joue plutôt dans un espace défini. Les pilipilis eux, doivent éviter et provoquer les monstres tout en disant « pilipilipilipilipilipilipilipilipili » car c'est leur seul moyen de survivre.

Le bruit des bottes: l'idée est de faire résonner le bruit des bottes en ville, pour marquer notre présence sous la forme d'une sécurisation excessive.

La radio: à l'aide d'une radio une chorégraphie libre est proposée pour gagner de l'espace. La radio peut servir à l'action, pour une mission, arriver sur le terrain de jeu avec la musique de mission impossible, ça en jette à fond (piqué aux américains).

Marcher dans l'espace: le(a) meneur(se) conduit les participants dans une histoire où ils vont passer d'une émotion à une autre, d'animal à humain, se rencontrer, s'associer. Bonne mise en train après un repas! (échauffement corporel, entrée dans l'imaginaire...).

La balle au prisonnier: entre policier et terroriste avec un faux pavé ou une fleur ou plusieurs, les policiers vont à l'hôpital et les terroristes en prison ou l'inverse. le principe du jeu étant le même que celui que l'on connaît, toucher, pour mettre en prison, toucher pour se libérer. Il est possible d'inclure des spectateurs dans ce jeu, les forces de l'ordre peuvent faire la ligne quand ils ne veulent pas jouer.

La Touz; la Temporary Orgasmic Urban Zone: toutes barrières détruites, c'est une zone d'orgasme, de plaisir, de désir, de bisous et de câlins, bref une boule d'énergie d'amour.

L'orateur: dans l'action, un clown présentateur de la vie présente, il décrit une action à voix haute en cherchant à se positionner toujours sur le point le plus haut pour pouvoir commenter le plus loin possible et le plus longtemps, il est le seul à comprendre ce qui se passe et il le rend à son public, si les clowns en action ne sont pas d'accord, ils peuvent le lui faire remarquer en envoyant une brigade de rectification de l'information.

- 13 -

La chaise : (*Objectif : Mémorisation physique d'un espace donné. Apprendre à évoluer naturellement dans un espace donné non quotidien. Dvp l'assurance et la confiance en soi.*) Une chaise est placée au centre de l'air de jeu, à environ quatre mètres des participants qui devront, les yeux fermés, sans aucune hésitation, aller à la chaise en faire le tour part la gauche pour finalement s'asseoir. Il faut un temps de mémorisation. Si le participant n'a pas réussi à s'asseoir, le meneur peut lui demander s'il a bien perçu le chemin à parcourir et d'où vient l'erreur.

Occuper l'espace : Il s'agit pour les élèves de marcher dans l'espace théâtral, ensemble, en occupant tout l'espace et sans se toucher ni se parler. La marche doit être régulière et à chaque instant, l'animateur peut arrêter l'exercice pour vérifier la bonne occupation de l'espace. On introduit des consignes de façon progressive : on peut d'abord demander d'adopter une démarche plus typée (personne malade, triste, joyeuse, fatiguée, en colère...), puis rythmer la marche en donnant un tempo. On peut demander des simulations de rencontres muettes et passer à une phase individuelle où les intentions de chaque marcheur seront à deviner par le reste du groupe.

Bouge de là!: Les participants se promènent dans l'espace en faisant des gestes exagérés. Lorsque l'animateur de l'atelier claque des mains, tous les joueurs doivent se figer. L'animateur les nomme ensuite à tour de rôle et chaque joueur doit alors dire la première phrase qui lui passe par la tête et qui lui est inspirée par la position qu'il occupe. Par exemple, s'il s'est arrêté en ayant un bras levé dans les airs, il peut faire semblant d'appeler un taxi sur la rue ou encore d'être un enfant voulant répondre à une question en classe.

Le parcours du combattant : *Espace*: variante de "la chaise" on réalise un parcours d'obstacle avec ce qui se trouve dans la salle: tables, chaises. passer au milieu, autour, dessus, enjamber... et enfin s'asseoir sur une chaise sans la toucher. Les participants ont 10 minutes pour mémoriser l'espace, soit en comptant les pas, soit en ayant une vision globale de l'espace. Ne pas remettre sur le droit chemin se qui part à l'ouest: il est amusant de voir les gens réaliser tout le parcours (alors qu'il n'y a pas d'obstacles) c'est qu'une fois l'exo terminé que le joueur regarde où il est réellement. Bander les yeux est TRÈS conseillé.

La maladie contagieuse : Les participants marchent dans la pièce. Au signal de l'animateur, tout le monde fige (statue). Une personne désignée par l'animateur doit proposer un sentiment (panique, peur, joie intense, curiosité, peine, déprime...) Petit à petit, ce participant touche aux statues dans le local et ces dernières s'animent respectant l'état initié par le premier personnage. Ainsi, les participants sont "infectés" par le premier. La contagion se répand dans le groupe jusqu'au STOP de l'animateur qui demandera à un autre élève de proposer une autre "maladie" Voilà un exercice intéressant à faire pour découvrir le groupe et ses capacités tant en improvisation qu'en jeu. À faire au début de n'importe quel atelier, préférablement dans les premiers.

Les traversées dramatiques : Les élèves se placent d'un côté du local. Ils devront faire des traversées, suivant les consignes de jeu de l'animateur. Voici les variations : Marche normale, Marche pressée, Marche blessure X, C'est le matin de Noël et on ne veut pas réveiller papa/maman, Donjons et dragons (dangers...), Dans la boue, Guerre, dangers constant, Marche mélancolique

- 14 -

La grande fresque : Le meneur donne un thème (un thème très concret ou une émotion). Un à un, les élèves se placent près du mur en adoptant une position originale en fonction du thème. Au signal de l'animateur, les élèves se placent un à un dans cette fresque en adoptant eux aussi une position originale.

Les doubles Les comédiens doivent évoluer en équipes de quatre. Deux des comédiens jouent dans la réalité, les deux autres évoluent dans un monde onirique (le rêve, quoi !). Les deux premiers comédiens vivent une situation x et à partir de celle-ci s'imaginent ce qui arriverait si... Les doubles jouent donc le "Si" imaginé par les deux premiers comédiens. Ex: Paul et Pierre sont victimes d'un accident. Coincés dans la voiture, ils se demandent ce qui arriverait si ils étaient des super héros. Les doubles jouent ce rêve ou cette supposition. Les doubles jouent rapidement (entre 10 et 25 secondes) la situation inspirée par les comédiens au départ. Puis, les comédiens continuent de vivre cette situation en supposant qu'ils mourront et que leurs épouses les regretteront. Les doubles jouent rapidement (entre 10 et 25 secondes) la situation inspirée par les comédiens au départ, en interprétant les épouses par exemple. Le double est d'abord le double de la pensée du comédien de départ... Il peut tout faire, en tout cas tout ce qui passe par la tête du comédien de départ. Le rythme doit être soutenu.

Les planètes en folie Objectif : *Prise de conscience d'un espace en mouvement. Concentration de tout le groupe. Ludisme collectif. Elasticité en mouvement corporelle.* Chaque membre du groupe est une planète qui se déplace dans l'espace. Sur les indications verbales et/ou simplement corporelles (rapprochement des mains) du meneur, les planètes se rapprochent les unes des autres en respectant leur autonomie, c'est à dire en ne se touchant à aucun moment. Les planètes allant de plus en plus vite et l'espace se rétrécissant, on arrive très rapidement à une aire d'évolution très restreinte

Combat en aveugle Deux élèves se placent d'un bout à l'autre de la pièce (il vaut mieux qu'elle soit grande), les yeux bandés. Le but est de toucher l'autre avant d'être touché. Commentaires : gestion de l'espace, concentration et ouverture à "d'autres sens", tout y est, même pour les élèves spectateurs qui doivent observer le silence le plus complet.

Le combat imaginaire Consignes : Par couple (les couples doivent être désignés au dernier

moment par le prof.). Deux personnes entrent sur le plateau (cour- jardin ou avant scène-fond de scène...). Il doivent se " jauger ". Un des deux commencera par porter un coup (imaginaire) à l'autre. Les coups sont toujours bruités par les deux comédiens et plutôt au ralenti. L'autre ne peut pas se dérober au coup de l'autre, il doit au contraire accuser le coup. C'est ensuite à lui de frapper son partenaire de jeu. L'impro. doit progresser. Plus la tension dramatique s'installe, plus les coups se prolongent (un partenaire peut se faire ouvrir en deux et l'autre joue à la corde à sauter avec les boyaux) L'univers doit basculer dans le merveilleux ("l'imaginaire ") et le grotesque (évidemment !). Objectifs : Travailler le rapport au partenaire (crucial !) dans un corps à corps authentique. Ouvrir les situations et dépasser la violence brute. Émission/réception : corps et voix. Sens du tempo. Exemple : les armes fictives (et gestuelles qui les accompagnent) de type bazooka, tronçonneuse sont des appuis de jeu intéressants... Visiter des clichés cartoon dans un univers " Tex Avery " ! Mises en garde : Les élèves vont trop vite. Ils s'esquivent. Énergie mal maîtrisée. Bruitages oubliés. Ils préparent un personnage alors que ce dernier doit venir de lui-même, lors du face à face initial. Imaginaire pauvre si le corps ne " lâche " pas.

- 15 -

Le lieu fait l'histoire : Le groupe est divisé en 5 équipes. 5 coins du local sont déterminés comme étant un lieu.- Un taxi- Un lieu d'accident- Un salon de coiffure- Un salon mortuaire- Une salle d'urgence. Au début, chaque équipe est dans un des lieux. Ils ont environ 2 minutes pour préparer une improvisation d'une trentaine de secondes. Après la présentation des saynètes, les équipes changent de lieu et se préparent à faire une autre improvisation. Et ainsi de suite jusqu'à l'épuisement des possibilités.

• Spontanéité & Imagination:

Allons Enfants ! Chacun son tour une personne propose une action au groupe : « Allons Enfants + Action ! » Le groupe répond : « Oh oui ! faisons 'l'Action en question' et s'exécute jusqu'à ce qu'une autre personne propose une autre action.

Oui et Par deux, côte à côte face publique. Un comédien lance une réplique. Le deuxième répond en commençant forcément par oui je sais même que, c'est à dire qu'il accepte ce que l'autre dit et repropose. C'est la base de la construction en improvisation: accepter et proposer. Ex: Hier, je suis allé à la piscine. Oui, je sais même que l'eau était gelée. Oui, je sais même que j'avais bien fait d'emmener mes patins à glace. Oui, je sais même que ces patins, tu les ramènes de Moscou... La construction est uniquement verbal, il n'y a pas de jeu ni corporel, ni émotionnel

Dessine moi un objet: Déambuler en désignant des objets - Accélérer la cadence en donnant d'autres noms aux objets désignés en inventant des noms : « Djiberish » (langage clown)

Mimer un mensonge : Une personne mime une scène au milieu du cercle, une personne s'avance et lui demande ce qu'elle est en train de mimer. Il/elle donne une réponse complètement différente de ce qu'elle mimait. La 2ème personne doit mimer la réponse qui a été donnée.

La boîte: Sortir des objets imaginaires d'une boîte imaginaire. Une personne demande à l'autre ce qui se trouve dans sa boîte et l'autre sort et décrit ce qu'elle y trouve.

Réponse à une proposition : « Non parce que...+ justifications » « Oui mais...+ négociations » « Oui et...+ propositions »

Bonjour je m'appelle: Un/e clown se lève et marche à reculons vers une chaise. Il/elle s'assied en regardant l'assistance et dit : bonjour je m'appelle « le premier mot qui lui traverse l'esprit »

Rencontre: Déambulation - contact visuel - Ha! Improvisation d'une situation.

Miroir : 2 par 2, face à face les clowns imitent les gestes de l'autre

La fête dans la maison Bulgare : un/e par un/e les invité/es sonnent à la porte de la maison, ils/elles apportent chacun/e une humeur différente qu'ils/elles communiquent à l'ensemble de l'assemblée.

Ping Pong Gestuel : un/e clown fait un geste, l'autre répond instantanément par un autre geste.

Tac au Tac Oral : un/e clown dit un mot, l'autre lui répond instantanément

- 16 -

L'interview : un clown interview un autre clown...

Promo d'un Objet. Parce que la consommation est notre religion !

Yeepee : un ou plusieurs clowns courent vers l'assemblée puis sautent en poussant un cri

Le Gardagnou: une manière de saluer nos complices de jeux de guerre avec détente et humilité. Le gardagnou est dirigé par un orateur qui intime des propositions à la suite d'un garde à vous bête et discipliné, exemple : gardagnou, vous êtes à hawaii puis à nouveau gardagnou, vous faites la sieste bref l'orateur à voix haute fais faire ce qu'il veut aux autres en ligne.

Le Copimachine: le groupe se lancent dans la fabrication d'une machine humaine; un objet volant, roulant, voguant, nettoyant qu'ils a remarqués être amusant. Comme un hélicoptère par exemple.

La marmite: en cercle, à l'aide de grandes cuillères imaginaires on remue une marmite au centre du groupe à tour de rôle on va sortir de la marmite ce qui nous passe par la tête, le groupe doit être si réceptif et synchro que l'on n'ai plus besoin de regarder la personne qui sort l'objet pour l'imiter mais n'importe qu'elle personne du groupe. C'est donc un jeu d'écoute, qui peut être utilisé pour se "connecter" en groupe avant de partir en action.

Les phrases: par trois, quatre ou cinq en ligne dos aux "spectateurs", chacun pense à une phrase, les clowns se retournent et disent leur phrase avec le sentiment ou l'intention demandés par le meneur. Ça permet de travailler sur le thème de l'action au niveau des slogans, des légendes (si photos ou machines, voir plus loin), mais aussi dans la façon de les dire: en ce cachant derrière un arbre, au ralenti...

Les Machines: sur le thème des chaînes (chaînes de supermarché, chaînes de production etc...).

La chaîne des mots Après avoir formé un cercle, il est demandé à un participant de dire une phrase à haute voix. Un deuxième participant doit enchaîner sur une autre phrase en la faisant commencer par le dernier mot de la phrase du premier. ex : je sais que la vie est belle belle-île-en-mer, Marie-Galante, Saint Vincent Vincent, Vincent où es tu ?

Kestufais: un acteur mime une action, un autre lui demande ce qui fait, le 1er annonce une action qui n'a rien à voir avec ce qu'il fait, que le 2em devra mimer et ainsi de suite.

La clappe: 2 débutent une impro, un spectateur frappe, Les acteurs figent, celui qui frappe prend 1 des 2 place et débute une nouvelle impro à partir de la position.

Profession imaginaire : A deux, l'un et l'autre s'impose des profession imaginaire (Gratteur de lapin, briseur de cathédrale, compteur d'autobus...) et démarre un impro.

Le plein la gueule : un joueur réalise une impro, mais le public lui lance des mot si c'est un lieu il se retrouve dedans, pour le reste il doit tenter de l'intégrer à l'histoire.

Histoire a trou : un joueur débute une histoire, mais s'arrête en milieu de phrase, le public lui balance des mots qui n'ont rien à voir, le joueur en sélectionne un et continue l'histoire.

- 17 -

Persuasion : À deux joueurs. Les deux joueurs improvisent une situation et un des deux doit convaincre l'autre de quelque chose. L'autre est automatiquement réfractaire à cette idée. Même si le but du jeu n'est pas de trouver une solution le plus rapidement possible, il se terminera quand une des deux joueurs se rallie à l'idée de l'autre. Thèmes possibles : Deux personnes s'en vont en ski, l'un veut mettre les skis dans l'auto, l'autre sur le toit. Deux personnes ne s'entendent pas sur le film à voir...

Mots-clés : Les improvisateur donne à tour de rôle un mot concept qui fait avancer l'histoire.

Poursuite : Deux improvisateur continuent une impro à partir des gestes laissés par ceux qui ont commencé.

Tournante : A et B réalisent une impro A sort et C y entre... B part D arrive...

Introspection : Un joueur seul, les yeux fermés décrit une scène du point de vu d'un objet témoin passif.

Mot lancé / aka / branlette de mammouth : Debout, les participants forment un cercle relativement serré, de façon à ce que leurs mains puissent presque se toucher s'ils tendent les bras vers le centre. Ensemble, les participants vont faire un mouvement pour avoir un rythme commun au groupe. Ce mouvement consiste à lancer un bras placé le long du corps vers le centre du cercle en montant la main au-dessus de la tête. Cela ne doit être ni trop lent, ni trop rapide mais réellement commun (il ne s'agit pas que l'un ait le bras le long du corps pendant que l'autre ait la main au-dessus de la tête). L'idéal est de désigner un responsable qui imprime le mouvement et que les autres peuvent suivre. Dès lors, le responsable se met à balancer le bras, de bas en haut, tel que décrit plus haut. Tous les participants commencent eux aussi à balancer le bras au même rythme que le responsable, pour créer un mouvement uniforme. Quand le rythme est installé, le responsable peut commencer. Il a pour tâche de lancer un premier mot qui déclenchera une chaîne de mots, donnés un à la fois, et par association d'idées par chacun des participants, à tour de rôle et dans le sens des aiguilles d'une montre. Chaque mot doit être dit au moment où le bras atteint son point le plus haut.

Créations à partir de statues : Un élève va au centre de l'aire de jeu et prend une position intéressante. C'est le joueur A. Un autre élève, s'inspirant de la position du joueur A se place près du premier, en lui touchant afin de créer une image fixe. C'est donc la position de base à l'improvisation. Comme on le ferait avec un magnétoscope, on active l'improvisation en mettant à "play". L'image se met donc en mouvement, l'histoire commence. Ensuite, A s'en va laissant B dans sa posture (il se fige.) et C, un troisième joueur, vient se placer en relation (contact physique et cohérence d'image) avec B afin de créer une nouvelle image, une nouvelle possibilité d'impro. Quand B s'en va, c'est à D de venir se greffer sur la position de C et ainsi de suite. Toutes les deux-trois images, vous pouvez demander à un élève du groupe de faire le commentaire (comme s'il s'agissait de photos souvenirs), ou aux élèves en posture de dire chacun une phrase qui serait un éclaircissement à la situation et le début d'une impro. Attention, dans ce cas, aucune question ne pourra être posée afin de favoriser des répliques affirmatives et diversifiées qui seront plus constructives qu'un ça va? oui et toi?. C'est un exercice semblable à Impro claqué mais cette variante apporte une nouvelle vision à l'exercice

- 18 -

Les mille et une façons : Il s'agit de choisir un mot simple (bonjour, merci...), une expression courante (il fait un temps superbe, quelle heure est-il?...), une situation quotidienne (acheter une baguette de pain, demander son chemin...) et de donner pour consigne de les décliner de toutes façons possibles. Les élèves passent les uns derrière les autres et disent le texte chacun d'une façon différente. Cet exercice peut se révéler très dynamique et il demande aux élèves de s'adapter rapidement. On peut l'appliquer ensuite à une courte réplique d'une pièce étudiée et comparer les effets de sens ainsi suggérés.

Texte multiple : Il faut tout d'abord que l'animateur rassemble des textes de tous horizons (extraits littéraires, recettes de cuisine, modes d'emploi, extraits de règlements...) et qu'il prépare des fiches sur lesquelles il écrira des intentions (plaire, convaincre...), des caractères (joyeux, triste, snob...). Les élèves tirent au sort un texte et une fiche intention/caractère et passent sur scène après un court temps de préparation.

Objet à usages multiples : L'animateur fournit un objet au groupe. Il peut s'agir d'un objet aussi commun qu'une cuillère ou une bouteille d'eau. Un à un, les joueurs doivent prendre l'objet et lui trouver une nouvelle utilité et doivent mimer avec l'objet.

Avalanche d'idées : Tous les participants sont assis en cercle. Un thème est donné. Chaque joueur doit alors penser à une idée d'improvisation qui pourrait être réalisée à partir de ce thème. Les idées sont partagées et aucune ne doit se répéter. Force les joueurs à développer des scénarios originaux. À faire avec les plus vieux en mettant l'accent sur l'originalité et la "folie". Les idées terre à terre seront sans doute systématiquement répétées

Une bonne et une mauvaise nouvelle : Les participants sont assis en cercle et doivent composer une histoire. L'animateur donne un thème pour stimuler l'imagination. Le premier joueur débute l'histoire. Le second joueur doit débiter sa portion de l'histoire en disant «heureusement» ce qui mène l'impro vers une situation positive. Cependant, le troisième joueur doit commencer sa portion avec «malheureusement», ce qui amène un dénouement négatif. Et ainsi de suite, alors que les «heureusement» et «malheureusement» s'enchaînent d'un joueur à l'autre.

Personnage à partir de l'objet : L'animateur de l'atelier fournit à chaque participant un objet.

Ceux-ci doivent alors composer un personnage à partir de cet objet et le présenter au reste du groupe -- soit en parlant de sa journée ou en révélant ses plus grands rêves. Par exemple, un joueur ayant reçu un petit rasoir en plastique Bic pourrait se mettre dans la peau d'un laveur de vitres aux prises avec un trop petit balai.

À quoi penses-tu? Tous les joueurs ont une personne qui fait leur voix intérieure, un peu comme dans les Téléromans. Les joueurs amorcent une situation et les voix extérieures interviennent de temps à autre dans l'action pour signaler leur pensée à voix haute.

La symphonie d'émotions : À un groupe d'élèves, le public propose des émotions. Les élèves prennent ces émotions comme étant leur instrument de musique. Les bruits de ces émotions serviront donc à l'animateur d'éléments pour créer une symphonie

Tableaux : Une personne extérieure balance un thème toute Les 10 secondes et Les acteur doit Les illustrer en arrêt sur image.

- 19 -

Zoom réplique : Former des équipes de quatre personnes. Deux des élèves doivent présenter une scène sur un sujet évoquant un conflit ou un souvenir commun quelconque. L'animateur écoute attentivement l'échange. Lorsqu'une réplique lui semble être une ouverture sur le passé des personnages, il siffle et répète cette réplique. Les deux autres comédiens doivent alors créer une mise en abîme et illustrer cette réplique. EX : Paul : Je sais que ton enfance n'a pas été facile mais ce n'est pas une raison pour en vouloir à toute l'humanité ! Rose : Tu n'a s pas connu ma mère toi, un vraie mégère! Sur cette réplique les deux comédiens disponibles créent la MISE EN ABÎMES. Variante :1. Les équipes décident à l'avance des moments où il y aura un zoom . 2. les élèves peuvent illustrer le futur, leurs craintes. ce qu'ils anticipent.

Association d'idée et de rime... [en cercle] dans le sens des aiguilles d'une montre chacun sont tour on donne un mot aillant un rapport avec le mot du précédant Pareille pour Les rimes... ensuite faite alterner une association... une rime...

Listes : A tour de rôle tout le monde donne une idée. Exemples:"toute Les façons de manger des pâtes", "Les Lieux où il est bon de faire une pizza"...

Ni Non, ni Question : Deux équipe face a face en Ligne. Une discussions s'entame entre Les deux têtes de file, le premier qui pose une question ou qui rejeter la proposition de celui d'en face et éliminé, il retourne a la queue et celui derrière lui prend sa place.

Goaler : Un improvisateur seul est face aux autres, Les autres vont a tour de rôle s'approcher jouer un personnage et lui donner une réplique, il devra y répondre puis puis se remplacer immédiatement.

GangBand : comme le goaler sauf que l'improvisateur garde le même personnage et réalise de vrai impro et Les autre ne sont obligé d'attendre que l'un soit sorti pour entrer.

ABC... : Les têtes de file discutent et chaque phrases doit être dans l'ordre alphabétique... en cas d'erreur il passe a la queue.

Propositions mitraille : (*mise en situation - acceptation*) Position de départ : [en cercle] Les

participants du cercle vont, un par un, très rapidement, entrer dans le cercle et faire des propositions de jeu au participant qui est au centre (situations, personnages...). Celui-ci répond instantanément en jeu à chaque situation proposée. Subtilité : insister sur la rapidité des propositions, ne pas s'installer : sortir dès que la situation est comprise, le personnage vu. Variante : C'est celui qui a proposé qui reste au centre afin de dynamiser l'ensemble et alterner plus rapidement les passages.

Les chaises : Le groupe est sommairement divisé en équipe de 5. Un tas de chaises est disposé sur l'aire de jeu. La première équipe a 10 secondes pour faire une structure avec les chaises. La seconde équipe a 20 secondes pour donner un sens à la structure et préparer une courte improvisation. La même équipe présente son improvisation d'une durée d'environ 30 secondes. Cette seconde équipe place rapidement (10 secondes) les chaises pour la troisième équipe. Ainsi de suite...

- 20 -

Tu es: (mise en situation - écoute - impulsion) Position de départ : Un participant sur scène ; tous les autres lui font face en ligne, hors scène. Le premier participant de la ligne lance une proposition débutant par : "tu es..." suivi d'un objet, d'une situation, d'un personnage ou d'une émotion. A celui qui est sur scène de se mettre immédiatement et complètement en situation. Dès que la situation est clairement exploitée, le suivant de la ligne lance une autre proposition. Et ainsi de suite. On change ensuite de participant sur scène. Subtilité : Les participants en ligne doivent chercher à faire des propositions bien différentes les unes des autres et donc écouter celles qui ont précédé.

Proposition/réaction (acceptation - réaction) Position de départ : 2 lignes face à face. Chaque participant prépare une phrase secrètement. Le premier d'une des lignes s'avance, ainsi que le premier de l'autre ligne. Ils se retrouvent face à face au milieu, s'arrêtent. Le premier dit sa phrase (Ex. "J'ai oublié mes chaussures"). L'autre répond la sienne (Ex. "Il fait beau"). Le premier doit alors trouver une proposition logique qui lie les différents éléments proposés dans les 2 phrases (Ex. "C'est une bonne journée pour marcher pieds nus"). Quand tout le monde est passé, on inverse les rôles. Variante : le second doit trouver une conclusion répondant à la proposition (Ex. "T'as raison, je vais enlever les miennes.").

Gardien de but : Cet exercice se pratique un peu à la manière du réchauffement du gardien de but. C'est comme un bombardement ininterrompu de ballons que le gardien doit arrêter. Ici les ballons et les arrêts sont remplacés par des répliques. La personne faisant office de gardien de but se place debout au centre. Les autres participants défilent un à un devant elle et lui lancent une phrase à laquelle elle doit répondre spontanément en respectant le personnage défini par la réplique lancée. Le gardien de but doit s'adapter immédiatement au personnage et à la situation et répliquer de manière logique, par exemple: Qu'on mande immédiatement le conseil et qu'on prépare l'armée!. Les participants qui défilent doivent lancer leur phrase, recevoir la réplique (importance d'attendre la réponse de la personne) et libérer la place pour laisser la personne suivante donner sa réplique. Après quelques répliques, un autre participant prend le rôle du gardien de but et l'exercice se poursuit jusqu'à ce que tout le monde y soit passé.

L'hésitation : Des participants improvisent une scène. Une fois de temps en temps (ou au signal de l'animateur) un des élèves hésite dans une phrase qu'il veut dire. On arrête la scène juste

assez longtemps pour qu'un élève dans le public puisse finir sa phrase. Avec la proposition de fin de phrase, l'improvisation se poursuit prenant parfois un tout nouveau sens.

- **Vocale de groupe:**

L'orgue humain:

- sans un musicien : [en cercle] celui à gauche débute un sons qu'il joue en boucle, celui à sa droite greffe un sons sur le premier, celui à sa droite de même une fois tout le monde en rythme, le premier s'arrête, puis le second, et le 3eme etc. ...
- Avec un musicien : En demi cercle un bras tendu, avec le musicien au centre, lorsque le musicien presse le bras d'un acteur celui ci émet un sons (1 fois), lorsque le musicien presse la tête d'un acteur celui ci joue son sons en boucle...

- 21 -

La chorale: (Ecoute - groupe - voix) Position de départ : Les participants sont disposés en groupe faisant face à l'intervenant, les grands derrière, les petits devant. L'intervenant établit un code gestuel : A un geste donné de ses mains, le groupe doit faire tel son. Cinq gestes et sons différents semblent être le bon format. Ensuite, il dirige sa chorale tel un chef d'orchestre. A ces gestes vient s'ajouter la notion de volume : Plus les mains sont hautes, plus le volume est élevé. Subtilité : Le groupe peut être scindé en deux parties, l'une suivant la main gauche de l'intervenant et l'autre la main droite.

Impro chantée en rafale : Les participants débute l'improvisation d'une scène. À n'importe quel moment, l'animateur peut crier "Stop" et il choisit un style musical. Un participant doit chanter une chanson improvisée empruntant ce style musical en prenant comme départ (la première ligne de la chanson) la dernière phrase qu'il venait de dire. La scène continue jusqu'au prochain "Stop"

- **Relaxation:**

Méditation pour CRS : Un groupe de Clowns CRS vient se placer en ligne devant une ligne de vrais CRS. Un/Une clown gradé/e fait face à ces 2 lignes et leurs parle d'une voix douce. Par Ex : « Nous allons profiter d'être réuni/es aujourd'hui pour faire une séance de méditation tou/tes ensembles. Fermez les yeux. Respirez profondément, percevez l'air pollué qui vous envahit. Inspirez/expirez. L'espace se déploie entre vos atomes irradiés, vous flottez à présent dans l'azur, les drones papillonnent parmi les nuages polissons qui jouent à saute mouton.

Les paysages mités défilent à l'infini et submergent vos perceptions, vous traversez un arc en ciel publicitaire, ému/e vous vous répandez en fine pluie multicolore sur les rives de la mer des Sarcasmes. A présent vous êtes une petite pousse rose qui s'élève à la surface de ce monde mazouté. Vivez pleinement cette renaissance, débarrassez vous de vos bleus oripeaux, vous devenez un majestueux flamant rose irisé dans la lumière du jour. Maintenant prenez votre collègue dans les bras puis chantez : « quand tu me prends dans tes bras, je vois la vie en rose...et valsez...» »

Allée des Anges : 6 Clowns massent un/e clown allongé/e par terre, puis tous ensemble ils soulèvent le/la clown et le/la portent en marchant.

Le corps Après un échauffement corporel basique , quitter les chaussures et de marcher doucement en posant d'abord la talon, puis lentement tout le pied, en déliant le mouvement jusqu'au doigts de pied, pour que tout le corps repose sur le pied en entier et en transférant tout le poids de son corps sur ce pied là, et on continue avec l'autre pied, en essayant de bien comprendre se qui se passe dans son corps, qu'est-ce qui travaille. quelle partie du corps travaille le plus les jambes, le dos la nuque etc.. Puis dans le mouvement on mime un tirage de corde, on se met par deux et on tire chacun la corde vers soi, attention tout se joue ds les jambes et les pieds, on ne force pas avec les bras , et on est à l'écoute de son partenaire, si l'un tire,l'autre est entraîné vers l'avant, alors il tire à son tour, tout doit se faire en douceur presque au ralenti en se regardant ds les yeux , c'est mieux. un autres exercice pour le corporel A chacun leur donner un nom d animal, soit, un nom d'objet a représenter avec son corps, 2 élèves on le même animal ou objet, ils doivent se reconnaître et se ''marier'' animaux serie 4 pattes: girafe, éléphant, chat chien,ect... Animaux a plumes: rossignol; autruche canard, poule :objet:compas, tasse, bol casserole, ouvre boite.ect....le tout s'en aucun bruitage, juste le corps

- 22 -

Le corps/posture Il est question ici de prendre en compte la prise de conscience de sa masse musculaire. Cet aspect du corps doit être conscientisé à l'aide d'exercice mettant en jeux la désarticulation, la conscience de ses muscles, de ses os, de ses articulations. Un deuxième aspect concerne sont propre fluide, cette chose énergétique qui est difficilement gérable et utilisable. On peut faire un exercice de za zen. Assis dans la position du lotus ou allongé. Ce peut être également assis sur une chaise (pensons aux statuts égyptiennes) la posture est toujours droite, notamment la colonne vertébrale. Essayer de faire passer toute sa "présence" uniquement dans son bras droit, ensuite faire passer toute sa présence uniquement dans sa jambe droite, puis dans sa jambe gauche et enfin dans le bras gauche.(Insister pour l'animateur sur le bras qui va de l'épaule jusqu'au bout des doigts, idem pour la jambe qui va de la cuisse au bout des doigts de pieds. On peut faire de 1 à 7 fois le tour complet, en fonction de la disposition des élèves. Il s'agit dans un premier temps de prendre conscience de son fluide. On peu dans un premier temps imaginer celle-ci. Et petit a petit, au fil des séances, un ressenti particulier apparaît. Un troisième aspect est la prise de conscience de son automaticité. Disposer dans la salle des chaises éparpiller suivant le nombre d'élève? Chacun mettra son manteau, son sac à main ou tout objet personnel sur la chaise. On demande aux élèves de circuler dans l'espace lentement. Les gestes doivent être lent et souple. C'est un peu comme si l'on décortiquait chaque geste. Chacun va aller lentement vers sa chaise, enfiler son vêtement, s'asseoir, utiliser ses effets personnels, se lever et enlever son manteau pour revenir à la disposition de départ. Il est important de faire ces gestes très lentement pour accentuer la découverte de tous les muscles nécessaires pour accomplir ces gestes simples de tous les jours. Cet exercice permet de prendre conscience de sa mécanicité. On s'aperçoit que l'on n'a plus conscience des gestes de tous les jours. Il est important de prendre conscience que la plupart des gestes que nous effectuons dans la vie de tout les jours ne sont absolument pas maîtrisé, mais qu'il font partie de geste mécanique, geste non maîtrisé qui sont à la merci de nos humeur et de notre état d'esprit du moment. Cet exercice doit être suivi de l'explication de l'élève de son ressenti au groupe. Les réflexions sont souvent riches d'enseignement pour connaître sa disposition à maîtriser son personnage.

- **Développer son clown:**

GESTE ET SONS :

Human box: [en cercle] le premier lance un son et un geste puis chacun greffe un son et un geste sur se que les autres on fait de manière à construire une machine musicale.

Machines (*Impulsion - Ecoute - Contact physique*) L'intervenant annonce un nom de machine (ex : La machine à faire des ronds carrés). Les participants se placent sur scène un par un avec un son et un geste répétitifs, complétant au fur et à mesure ce que les précédents ont amené, et s'appuyant sur le rythme déjà existant. Lorsque tous se sont intégrés, l'intervenant fait accélérer ou ralentir la machine selon son gré. Subtilité : Le contact entre les participants facilite un rythme commun et peut donc être annoncé comme une priorité. Variante : La machine, une fois qu'elle est complète peut être dotée d'une émotion annoncée par l'intervenant. Machine musicale : Les consignes sont les mêmes que dans une machine normale. Mais ici, pas de nom de machine : Chacun vient rajouter un bruit d'instrument, et l'ensemble doit évoquer de la musique (Souvent, le premier participant lance un instrument rythmique).

- 23 -

Impro doublage : deux groupes prennent un coach différent, et sans lâcher leurs coach un groupe double l'autre.

L'image secrète Il s'agit au départ de distribuer à chaque participant une image (photo, dessin, peinture, etc...) en lui demandant de la garder pour lui. Les élèves passent à tour de rôle et doivent décrire leur image par le geste et le grommelot.

MIMES :

Course au ralentie: tous les acteurs se place en fond de scène, s'échauffe, lorsqu'un individu donne le départ, tous les joueurs partent au ralentie et se batte pour arriver en avant de scène.

Geste amplifié: tous en ligne direction le fond de scène, le premier frappe l'épaule de celui devant lui et les deux se retourne face publique, le 1er fais en petit geste au 2eme, le 2em appelle le 3eme et lui reflète le geste en exagérant un peu ... ainsi de suite jusqu'au dernier qui l'exagère a fond...

Geste amplifié circulaire : [en cercle] Pareille que ci-dessus mais tout le monde regarde tout le monde.

Le Téléphone a Mime: Un premier mime une histoire a un second qui mime a un troisième(qui n'a rien vu) et ainsi de suite, a la fin le 1 raconte la vraie histoire.

Mouche: Les acteur suivent une mouche des yeux, elle se pose quelque part les acteur s'approche pour l'attraper, mais elle se renvole (faire ça 3 fois de suite)

La porte : chacun son tour les joueurs viennent mimer une porte (geste et sons les + variés possibles)

Le garage : A tour de rôle les improvisateurs, entre sur l'espace de jeu et dépose en mimant un objet de leurs choix, en interagissant avec les objets déjà présent, ensuite il sort.

L'ambassadeur : Deux équipes s'affrontent : chacune envoie un ambassadeur auprès du prof pour recevoir une phrase, titre chanson, films., il devra la faire deviner à son équipe en mime (SANS BRUIT), celui qui trouve apporte la réponse et reçoit une nouvelle phrase.

Jeu du mime objet : Un joueur mime un objet (Il est l'objet) les autres tentent de deviner, celui qui trouve prend sa place et en mime un autre.

Le Quiproquo à table : 2 acteurs sont face à face de chaque côté de la scène, représentant un restaurant, 1 fait des gestes à un ami imaginaire placé derrière 2 qui les prend pour lui et répond. Les gestes s'amplifient, jusqu'à ce que 1 s'approche de 2 et passe à côté sans le regarder.

Réaliti-Bus : Les improvisateurs jouent à tour de rôle, entrent dans un bus, en tenant compte d'une heure donnée par l'entraîneur, en effet on ne joue pas pareil un gars dans un bus à 14Heure et à 3Heure du mat, le bus étant d'être réaliste.

- 24 -

La suite de gestes :[en cercle] assis sur des chaises et chacun, tour à tour, propose un geste qui est repris et enrichi par son voisin. La difficulté réside dans le fait que plus on avance, plus il y a de gestes à reproduire. Cet exercice, qui semble anodin, développe la mémoire gestuelle et prépare de fait la mémorisation des actions et des déplacements imposés par la mise en scène. On doit donc imposer au départ des gestes simples et compliquer l'exercice en introduisant des variations : demander une continuité dans les gestes, effectuer l'exercice debout, en mouvement...

Le "tout sauf ça" : L'animateur donne un objet quelconque et il s'agit pour l'élève de mimer une situation dans laquelle l'objet sera détourné de son utilisation habituelle. L'objet est alors tout ce qu'on veut sauf ce qu'il est réellement. (Une chaise peut servir à bêcher un jardin.)

Bataille du village : Le groupe se sépare en deux. Le meneur désigne un chef des deux côtés et une bataille s'engage. Essayez de développer l'imagination et éviter la violence. La bataille se termine quand tout le monde est mort. Variante : Faire varier les époques, faire des batailles "à la Astérix et Obélix"...

On met la table : Un personnage entre dans une cuisine, seul, et met la table. Il serait évidemment plus intéressant d'avoir tous les accessoires nécessaires. Donc, tout au long de cette improvisation l'élève met la table. Le jeu se termine quand il s'assoit. Au préalable, l'animateur aura assigné une émotion claire ou une mise en situation que le participant devra garder en tête pour l'interpréter. Ce genre d'exercice donne la chance de travailler l'intériorité des personnages, surtout lorsqu'il ne parle pas. Il est très intéressant dans la mesure où vous préparez quelque chose de dramatique ou si vous avez envie d'explorer cette avenue avec les élèves. Bien entendu, les élèves doivent être préparés à cette intériorité et les exercices précédents doivent les amener là. On ne peut pas inscrire cet exercice dans n'importe quelle optique, surtout si les participants ne sont pas des adultes. **VARIANTE** : Le personnage dit une phrase à la fin

Mime parlant : L'animateur donne un thème de saynète à travailler. à deux ou plusieurs participants. Dans un premier temps, ils préparent une saynète qui répond aux exigences du thème, sans autres contraintes. Ensuite, les mêmes élèves doivent refaire l'improvisation sans paroles et

nous faire comprendre et vivre les mêmes émotions par leur gestuelle.

Manipulation d'objets Quelques objets sont placés au centre d'un cercle. Les participants, à tour de rôle, prennent un objet et le manipule, amorçant des propositions de jeu : Façon de tenir l'objet, De le porter, De le donner, De le recevoir. Les participants peuvent répéter le geste d'un participant précédent en apportant des variations

La feuille diabolique Un personnage entre sur scène et trouve une feuille de papier (sur une chaise ou par terre) il se penche, curieux, et la prend. Au moment où il va lire le texte, la feuille devient très lourde et le personnage doit faire des efforts surhumains pour qu'elle ne tombe pas par terre, et pour la ramener vers lui ; puis la feuille semble retrouver son poids normal...le personnage est rassuré, mais soudain, cette feuille capricieuse s'envole et entraîne le personnage qui lutte et tient la feuille le plus solidement possible. Quand la feuille retrouve son poids normal, le personnage décide de remettre la feuille où il l'avait trouvée, et il s'en va, relativement inquiet de cette aventure...

- 25 -

PERSONNAGE :

Poursuite contée. [en cercle] le premier débute une histoire avec au choix un accent ou un personnage, et avance vers celui en face, qui continue l'histoire. Attention il ne faut jamais que deux personnes face le même accent ou le même personnage.

Impro à contrainte : Deux improvisateurs gesticulent l'entraîneur claque, Les improvisateurs constituent un personnage en fonction de leurs positions et créent une impro.

One-man-show : un joueur réalise une impro avec deux personnages qu'il fait alterner en passant derrière un paravent.

Le Tribunal : Un joueur joue un perso et doit répondre aux questions du public.

Les 6 perso : le joueur a un type de perso ayant le même métier et a pour réflexion le temps de faire un tour de chaise.

Les Ombres : suivez Les gens à leurs insu, et Les imitant et en étant le plus proche d'eux possible.

Accents : Le meilleur moyen de posséder un accent c'est d'en choisir un et que tout le monde l'utilise. Une fois maîtrisée par tous passer au suivant

Le jeu des animaux : 4 participants sont désignés. Canevas : Un couple reçoit un autre couple à souper. Durant la soirée les personnages se transforment en animaux. <p>Les participants doivent être conscients de leur corps et proposer très progressivement les caractéristiques des animaux jusqu'à une métamorphose complète. Les caractéristiques sont amenées durant le jeu et ne doivent pas sembler anormale chez les autres participants. C'est un exercice très difficile qui ne fonctionne pas nécessairement dans les groupes faibles, jeunes ou dans lequel une complicité de jeu ne s'est pas installée. Il est donc important de connaître les capacités de votre groupe avant d'introduire ce jeu pour éviter de faire vivre un échec à des participants qui n'étaient pas prêts pour ce genre d'exercices. Une suggestion : amener les participants à travailler la métamorphose

des animaux dans des exercices préalables. On travaillerait les animaux, leur caractéristiques..
Une fois que l'on amènerait l'improvisation, les participants se sentiraient plus en contrôle...

Cinéma : Un petit groupe d'élèves vont s'asseoir sur des chaises installées dans l'aide de jeu qui suggère un cinéma. Ils doivent créer un personnage qui assiste à la projection d'un film. Tout au long de l'improvisation, l'animateur détermine différents styles de films qui feront changer la manière que le personnage réagit face au film. (érotique, western, documentaire, québécois, français, comédie, muet, tragédie etc.) À titre d'exemple, un personnage "snobinard" réagira différemment à un film ou une scène érotique qu'un paysan. Les élèves doivent être dirigés, surtout pour tenir le personnage du début à la fin et réagir en fonction de ce dernier.

L'entrevue des personnages : Un participant a deux minutes pour se créer un personnage. Aussitôt qu'il se met à « habiter » son personnage, les autres participants du groupe l'interrogent sur tous les aspects de sa vie : son métier, ses amours, sa famille, son passé, son avenir. Le participant doit toujours rester dans la peau de son personnage.

- 26 -

Un personnage et un lieu au hasard : Chaque participant écrit un nom de lieu (au bureau de poste, à Percé, sur la plage etc.) et un nom de personnage clair (Fée, un asthmatique, un policier, un politicien véreux, etc.) On place tous les noms de personnages dans un chapeau et tous les lieux dans un autre chapeau. Les élèves se regroupent en équipe de deux et pigent tous des lieux et personnages. On donne finalement quelques minutes pour créer une saynète qui sera présentée ou on fait les présentations en improvisation.

Galerie des portraits : Tous les participants se placent debout, dos au mur. L'animateur annonce un personnage, par exemple : un vieillard. Tous en même temps, les participants doivent alors faire un pas en avant en adoptant le personnage mentionné. L'animateur annonce ensuite un nouveau personnage que les participants doivent rapidement adopter dans un pas. L'animateur de l'atelier peut exiger des participants qu'ils fassent parler leur personnage. Intéressant pour faire entrer les élèves rapidement dans des personnages clairs.

Le banc de parc : Un joueur s'assoit sur ce qui représente un banc de parc. (suggéré simplement par trois chaises...) Les élèves sont assis devant l'aire de jeu. L'animateur suggère aux participants de choisir un personnage clair (un vieillard sourd à la recherche d'amour, un pyromane pressé...) On désigne un élève pour aller s'asseoir sur le banc, avec en tête son personnage. Il reste assis, et un autre élève est désigné pour le rejoindre (toujours avec le personnage en tête). Les deux personnages doivent interagir pendant environ trente secondes. Pour une raison X, le premier personnage quitte l'aire de jeu. Une autre personne sera ensuite désignée pour interagir avec le deuxième élève et ainsi de suite jusqu'à la fin.

Interprétation : L'animateur donne une situation du genre : tu assistes à une partie de hockey. Ton club est en train de perdre mais à la toute fin il gagne. Le participant doit exprimer cette situation le plus exactement possible en ne disant que son numéro de téléphone (ou un texte banal si on ne veut pas nécessairement faire dire les numéros de téléphone... Cet exercice peut aussi être fait à deux. On peut aussi remplacer le numéro de téléphone par un mot ou du gromelot

VOIX :

Le bonjours : Tout le monde se disperse dans l'espace, celui qui fait l'exercice dit bonjours a

tous Les autres en faisant varier sa voix en fonction de la distance...

Le + de mot en 1 minute : en une minute montre en main l'acteur doit débiter le plus de mot possible sans bouger... ce peut être une histoire qui ne veut strictement rien dire ou une suite de mots sans lien... Le public lui dit "plus vite" ou "plus fort".

Articulation : un stylo dans la bouche, essayez de vous faire comprendre.

Les Abrutis : L'acteur doit conter une histoire comme s'il s'entretenait a des abrutis.

Frère de phrase : on distribue des phrases, sachant qu'elles sont en deux exemplaires, le but est de trouver son frère juste en bougeant Les lèvres.

Exercices pour la voix : Prononcer d'une voix blanche, puis murmurer, et dire de plus en plus fort une phrase courte. Idem avec une personne en face de soi : s'échanger des mots doux .

- 27 -

La bobine de fil : Il s'agit de souffler doucement et le plus longtemps possible en faisant le geste de sortir un fil de sa bouche. Il est important de dire aux élèves que cet exercice, comme tout ceux qui concernent la voix, est là pour exercer et entraîner les cordes vocales et donc qu'il ne faut jamais aller jusqu'aux limites de l'asphyxie. Cet exercice de la bobine peut déboucher sur un travail de lecture oralisée d'un texte, où le principe sera d'aller le plus loin sans reprendre son souffle. C'est une activité intéressante si on travaille sur un monologue où le personnage se met en colère...

Le chef d'orchestre : Il s'agit de répartir les élèves en quatre à cinq groupes et de leur attribuer un son, qui sera continu ou à intervalles réguliers. Le chef d'orchestre (l'animateur ou un élève) se place en face des groupes et sollicite les « instruments ». Il doit faire varier les combinaisons et le niveau sonore de chaque groupe dans le but de trouver une harmonie satisfaisante

Le ping pong vocal : Par groupe ou par binôme, il s'agit de se faire face et de répondre à une sollicitation vocale (bruits, vocalises... mais pas de paroles) par une imitation la plus exacte possible ou par une relance afin de créer une « conversation ». On peut d'ailleurs combiner l'imitation et la relance dans un même exercice.

La voix qui marche : Il s'agit d'apprendre à gérer le niveau sonore et le débit de sa voix en fonction d'une activité physique. En parcourant une distance de quelques mètres, on demande d'amener sa voix du simple murmure au niveau sonore le plus important qu'il puisse atteindre. La fin du trajet doit coïncider avec l'apogée des décibels et la phase de montée en puissance doit se faire de façon régulière. On introduit des variations en demandant de lire ou de déclamer un texte et en remplaçant la simple marche par une activité plus complexe (ranger des affaires, faire le ménage...)

L'articulation : Il faut articuler pour que le public entende au fond de la salle. Répéter plusieurs fois les sons suivants : chachechichochu - tratretritrotu - mlamlemlimlomlu - blableblibliu .

Phrases pour la diction : Je veux et j'exige un paroxysme spasmodique et d'exquises excuses . Trois petites truites cuites ; rois petites truites crues . Que lit Lili sous ces lilas là , Lili lit

l'Iliade .Je vais chez ce cher Serge si sage et si chaste

L'oreille multiple : Deux groupes de même importance se tournent le dos. Dans un groupe, chaque individu choisit un son ou un bruit. Tous les membres du groupe produisent leur son en même temps. L'autre groupe doit écouter et reproduire le son d'ensemble en se répartissant les bruits.

CONCENTRATION :

Statue : [seul face à une ligne] Un acteur reste immobile, les autres l'observent, si il bouge ils avance d'un pas et a la fin le gifle.

L'ours de Poitiers : l'ours arrive tout le monde se jette au sol et reste immobile yeux ouvert (l'ours ne mange pas les cadavres). L'ours tente de faire rire les joueurs, qui deviennent ours jusqu'au dernier.

- 28 -

Le Multitâche : Un acteur doit simultanément répondre a un bombardement de question sur lui et sur les maths, tout en faisant l'exo du miroir.

Cercle de questions : (*concentration - acceptation - réaction*) Position de départ : en cercle, un participant au centre, Les participants du cercle posent un flot de questions à celui qui est au centre, en laissant un court temps de réponse. Celui-ci doit répondre précisément à chacune. Les questions doivent être ouvertes, c'est à dire ne pas contenir la réponse ou ne pas appeler un simple oui ou non. Exemple de question ouverte : "Que penses-tu de l'improvisation ?" - "Comment tu fais la purée ?" Exemples de questions fermées : "Tu préfères l'improvisation ou la purée ?" (2 choix) ou "Tu aimes l'improvisation ?" (Oui ou non). Subtilité : - on peut en même temps jouer des états que le participant répondant devra singer immédiatement.

Conteur perturbé (*mise en situation - écoute - acceptation*) Position de départ : un sur scène, les autres prêts à rentrer, L'un des participants , sur scène, raconte une histoire (peu importe laquelle, connue ou non). Les autres viennent le "perturber" : lui faire des propositions de jeu, le mettre dans des situations qui n'ont rien à voir avec l'histoire. Ils viennent un par un, ou plusieurs en même temps. Le conteur doit tout accepter, tout en continuant à raconter son histoire, dès qu'il le peut. Subtilité : le conteur peut, au choix de l'intervenant, se servir ou non des éléments amenés par les autres pour illustrer ou modifier son histoire. Les perturbateurs doivent aussi s'écouter entre eux : attention à la cacophonie sur scène.

Les 4 yeux : Par deux, ils ne doivent pas se quitter des yeux et se déplacer dans l'espace.

Observation à 2 : Deux par deux. On demande, sans préciser le but, aux participants de se regarder attentivement pendant un certain temps. On demande ensuite aux élèves de s'asseoir par terre dos à dos. Les élèves doivent ensuite décrire l'habillement de l'autre le plus exactement possible...

- **DANS LA RUE :**

Les démons du dos : suivez une personne dans la rue, et lorsqu'elle est de dos, faite les démons

et quand elle se retourne, faite Les anges...

Les statues : prenez une pose dans un coin de rue (en hauteur et avec un costume adéquat et un pot devant vous). restez immobile. Ne changez de pose que si on vous lance une pièce.

Les Ombres : suivez Les gens à leur insu, en les imitant et en étant le plus proche d'eux possible.

Abordez Les gens !! prenez de préférence des touristes et tentez de leur faire faire une action (très simple) comme imiter Batman... faite lui refaire jusqu'à ce qu'il se prenne au jeux, ensuite greffez lui des accessoires: masque, cape...

Jouez des Les magasins !!! entrez dans une boutique au hasard (Salons de Coiffure, fruits et légumes...) et improvisez quelque chose : un hold-up de pommes de terre, de préservatifs, l'arrestation d'un extraterrestre déguisé en coiffeuse. Un conseil : n'attaquez pas tout de suite en rentrant, laissez le temps aux personnes à l'intérieur de vous remarquer puis de s'habituer à votre présence et faite quelques blagues en attendant le moment opurtun...

- 29 -

Le contrôle des sourires: une voiture de police ou officiel arrive vers vous, vous décidez avec vos collègues de faire un contrôle des sourires, voir si tous se passe bien dans cette voiture, qui peut être louche. Alors vous intimez l'ordre de s'arrêter, vous prenez pour cela place sur la chaussée, pour évitez tout départ dangereux, vous allongez deux collègues au sol devant la voiture, derrière c'est plus chaud, ou vous faites un cercle, à travailler.. Puis un des agents de contrôle, indique qu'il faut baisser le carreau, vous demandez de bien vouloir présentez son sourire au conducteur. Le contrôle des sourires peut s'effectuer dans la rue, vous êtes libres de contrôler quiconque, c'est votre droit mais méfiance, certains ne sourient pas toujours facilement, aller chercher le contrôle avec vos yeux.

La barricade: quand des amis à vous font des barricades pour jouer avec les forces de l'ordre, servez vous en, et jouez, observez bien la manière de les construire, repérer les matériaux, car peut être devrez vous en fabriquez une sous peu, avec peu, pour montrer votre souhait de ne pas reculer ou être envahi, une feuille de papier journal en feu fais un bon barrage éphémère, ou encore un collègue allongé transformé en mur de pierre cimenté.

Le traducteur Une personne est désignée. Elle doit se présenter à une assemblée afin de lui conter une histoire (extraordinaire ou tout à fait banale). Le problème est qu'elle s'exprime dans un langage "imaginaire" et incompréhensible. Mais heureusement, un traducteur l'accompagne et peut révéler l'aventure au public. Objectifs : Ne pas résister aux glossolalies. Prendre conscience des constituants rythmiques d'un récit. Pour le traducteur, donner le change d'un récit construit en s'appuyant sur des intonations et des gestes qui ne sont pas signifiant par eux-mêmes et ne le deviennent que par le partenaire. Mises en gardes : L'élève qui parle dans le langage imaginaire doit suivre sa propre histoire même si elle n'est pas comprise. Il ne doit pas se laisser influencer par la traduction et réciproquement. Variante : essayer en traduction simultanée

SCENETTES:

Le clown se réveille et découvre le lieu et les personnes qui l'entourent.

Le clown musical version « tuyau charmeur de clown »: Un charmeur de clown envoûte les autre



et leur montre ce qu'ils doivent admirer.

Le clown découvre une poubelle et invente avec son contenu.

Le clown lèche les vitrines avec une grosse langue en mousse rouge

Le clown sort son jouet et joue seul ou avec son entourage.

Le clown se sent agressé: il sort son miroir pour montrer à son agresseur quel tête il a... Il se fait pipi dessus.

Les clowns fêtent l'anniversaire de leur copain: ils inventent un cadeau et un gâteau avec ce qu'ils trouvent dans ou devant un fast food.

Le clown veut voir la TV (dans une grande surface) : Course en slow motion avec passage de relais fleur ou plumeau vers l'entrée et ses vigiles. Si il est arrêté il déballe son sac.

- 30 -



Exemples de déroulé d'ateliers



• Exemple de trame de "formation" sur 2 jours:

Première matinée:	Après-midi:
-Tour de table: qu'est-ce-que le clown pour vous? -La Corde des prénoms -Le lavomatique -La marmite -La maison bulgare -Le sandwich	-Le fil -Marches et autres mots d'ordres: chaussette, banc de poissons, rang d'oignons, garde à genoux, ramper... -Le Oh oui -Les phrases
Lendemain matin:	Après-midi:
-Marcher dans l'espace -Le miroir	-Le Pilipili -Le mur de clown

-Danse pour l'autre	-Les machines
-Duos siamois	



- 31 -

Conseils pour bien préparer une action

A la suite d'un stage de 2 jours par exemple, il est important de se mettre en situation en effectuant une petite action pacifique, ex: attaquer aux lances-croquettes un Mac-do! Ci-dessous une liste non exhaustive de conseils pour bien préparer une opération extérieure:

- Différents plans de missions A, B, C, D.
- Une organisation logistique (photos, vidéos, barres de céréales et eau).
- Une trousse à pharmacie.
- Une legal team ou du moins un numéro de téléphone distribué à tous.
- Des chansons sur le thème de la sortie: ex: Allons enfants.
- Un parcours du clown militaire avant mission spécial et signature du registre d'avant mission.
- Les binômes: chacun/e trouve un/e compère de guerre, de batailles,

qui veille sur lui comme lui veille sur soi, on se parle, on veille à sa sécurité tout le long de la mission tout en veillant sur le groupe.

- Un débriefing au retour.

Expériences de clowns

En France, l'armée des clowns a débarqué au printemps 2005 après le forum social européen de Londres par l'intermédiaire de la BAC (brigade activiste de clown) dont le QG est à Paris. Elle a poursuivi son offensive jusqu'à Marseille, Lyon, Clermont Ferrand, Rennes voir même le Trégor et la Vendée...

Quelques exemples d'actions menées par la CIRCA :

- Karchérisation de la mairie de Neuilly,
- Incarcération du nuisible africain « Chiracus africanus »,



- Contrôles lors de la saint Edvige,

- Livraison de moules et poissons au siège régional d'EDF le 1er avril, Et autres pique-niques champêtres dans les zones commerciales et macdoliennes...

Les temps forts de mobilisations:

- Défilé mili-terre de la CIRCA à Paris (14 juillet),
- Attaquer la base militaire de l'Ile Longue (Août),
- Peace and landes à Biscarosse (Septembre),
- Les contre-sommets...



- 33 -

Communication

- Exemple de communiqué:

Contre sommet OTAN - Strasbourg - 2009:

L'Armée des Clowns a participé, au début de ce mois d'avril de l'an neuf, aux bordel man-oeuvres mili-terres dans le pays de la choucroute. D'autres clowns (cravatés et/ou en tailleur) avaient en effet décidé de célébrer le 60ième anniversaire de leur alliance anti-communiste primaire. 60 ans c'est l'âge de la retraite, mais il faut bien travailler plus pour tuer plus au pays des casqués.

L'Armée des Clowns a sollicité son intégration dans l'OTAN et avait, pour montrer de quoi elle était capable, bouclé plusieurs pink-zones (zones de bonheur obligatoire, contrôle des sourires, empreintes génitales ... euh pardon... génétiques etc...) dans la Capitale Alsachienne, ouaf

Lors d'une tentative d'infiltration à la nuit tombée, du matériel de guerre fut saisi (nez rouge, perruques, costumes, couvre-chef et couvre-pas-chef, matraques plumeaux...). Malgré de longues négociations, et la lecture de la convention de Bern (Stéphane) qui assimile le vol de déguisement à un crime contre le clown, les beau-lisse-iers ont lâchement fait main très basse (euh, capitaine, ça c'est pas mon nez rouge, vous me gênez, là, capitaine...) sur les attributs clownsques.



L'armée des clowns dénonce cet acte de barbarie. Elle en appelle à la Croix-Rouge, à l'ONU, voire même à Cécilia Sarkozy et Barak Oh-Bas-Moi. Si rançon devait être demandée, l'armée des clowns étudierait avec rigueur la proposition. S'il le faut les clowns relâcheront Ingrid Bétan court-toujours, Florence Aubenas euh... un otage célèbre pas encore capturé, mais ça ne saurait tarder.

L'armée des clowns tient aussi de s'offusquer (oh my god!) du projet de criminaliser le port de la cagoule. Comment feront les GIGN, RAID et autres barbouzes pour commettre leur méfait en toute impunité? Les clowns proposent en revanche d'obliger le port du nez rouge pour tous les black-blocs, Gardes mobiles et CRS inclus.



• Exemples de tracts:

- 34 -

Défilé miliTerre - Paris - 14 Juillet:

La journée s'annonçait belle, le cœur des clowns insurgés rempli de vie, de liberté, de joie, d'égalité, de paix, de fraternité, et de plein de sentiments légers batifolaient dans l'été, heureux de nous retrouver pour remplir nos engagements Militerre. Un terrain de conquêtes improvisées est décrété; L'esplanade des Invalides et ses réjouissances mortifères, sera le théâtre de l'opération 'Pouet Pouet pousse toi d'là que j'my mette !'

Conscient de posséder comme toujours, une guerre de retard sur l'Armée des Clowns, l'Armée des Crapules soldées, (réputées ne pas violer que des traités de non prolifération nucléaire), tente toujours de séduire désespérément petitEs et grandEs, présentant à chaque fois le spectacle le plus lamentable de l'année, bien que de loin le plus subventionné ! La fonction suprême de cette pantalonnade éculée, étant de dissuader les citoyens rançonnés, d'envisager une nouvelle révolution qui pourrait renverser sur le pavé, les vieilles crèmes du régime périmé. Munis de nouvelles armes de dérision massive et d'intentions farouchement affectives, notre cortège triompha une fois de plus de l'adversité !

Profitant de la diversion d'une démonstration de guerre propre au bain moussang humain, les diverses factions clowns passèrent simultanément à l'action.



Tels des hélicoptères roses dans l'azur pollué, les baguettes des Paratata turbulents tournoyaient à des rythmes époustouffants, brouillant l'écoute de tous les condés à la ronde.

Passant par les égouts et prenant la bleuzaille à revers, l'équipage du Sous-Marinier Bobino, parvint en un tournemain, à déborder puis à embouteiller Paris et sa maréchaussée.

Au même moment le Sous-Cap Mogette des Greenpitres, promu Général Chienlit à la fin de la bataille, descendait les paras en vol à tout va, à l'aide de son Lance Croquette dans la main droite et de son Tibiazooka dans la gauche.

Sans tergiverser, le Surchef Moustique prenait le contrôle des douves de l'Hôtel et coupait la retraite des vieilles badernes décorées, vers les Invalides dorés.

Aux commandes d'une flotte de Goldoraks vengeurs, ActarusPimax écrabouillait ce qui restait de dignité à ceux qui faisaient visiter les tas de ferrailles sanguinolents aux enfants innocents...

Apparemment l'équipe bleue ne connaissait pas les règles du jeu, et préférait jouer à Capitalisme - Now avec nos peaux. Les gardes champêtres venus espionner dans les fourrés, nos techniques d'entraînement échevelées, offrirent un échauffement musclé, piétinant comme un seul homme, les droits de la femme, du citoyen, du photographe, du clown et du musicien... étrange spectacle qui sembla fortement impressionner les hordes de touristes multicolores agglutinées !

Alliot Jésus Marie, Brice Ordreux, une fois de plus vos trouffions se sont fait plumer ! Préparez l'oraison de votre morne raison ! Bientôt nous serons des millions à danser sur vos tapis d'interdits et l'Armée des Clowns déferlera dans la plus grande joie !

Merci à la Cavalerie des journalistes embarqués qui bâtèrent le pavé jusqu'au bout avec nous ! On lâchera pas ces chiens enragés qui sévissent en toute impunité dans le sillon de leur teigneux chefaillon !



Liste non exhaustive d'armes de dérision massive:

- **Le drône maritime:** fais de deux ballons et d'un bout de bois, ce drone fait partie des armes de dérision massive, il sert à observer tout ce qui se trouve sous les eaux salées, sucrées...Techniquement l'ingénierie clowns cherchent à améliorer son côté furtif.
- **Le petit vélo** est un outil de déplacement rapide et de dérision massive et facile à transporter pour aller chercher au milieu d'un champ de batailles des armes de dérision massive n'ayant pas atteint leur cible, pour un défilé militaire, les brigades mobiles auront la possibilité d'exposer leurs plus belles montures.
- **Le petit bateau** ou tout ce qui lui ressemble est un moyen aussi pour se déplacer sur l'eau ou sur la terre voir dans les airs, la aussi, les citoyens seront très heureux de découvrir ces engins venus du présent.
- **Les bulles de savon:** créent une atmosphère aérienne, aide à étendre les zones roses ou préparent la population à une touz à venir...

- Les craies.

Autres:

- Le lance fleurs >>>>>>>>>>
- Le tibiazooka,
- Les pistolets en ballons sculptés,
- Les plumeaux à recharge ou sans,
- Les tapettes à mouche.

Les protections

de dérisions massives:

Tout élément de l'espace
(poubelles, ru-balise, vitre d'arrêt
de bus, passant, CRS ...)



Le bouclier en plastique souple

◀◀◀◀◀◀

- 36 -

