



**act2**  
cie catherine dreyfus

création 2010

# ET SI J'ETAIS MOI !

spectacle tout public à partir de 6 ans

## Dossier Pédagogique Pistes de travail pour les ateliers

Des fiches pédagogiques ludiques sont également à votre disposition

**chorégraphie**  
**musique**  
**lumière**  
**dramaturgie**  
**scénographie**  
**interprétation**

catherine dreyfus en collaboration avec les interprètes  
stéphane scott  
arnaud poumarat  
christian sonderegger  
jean-françois sturm/arnaud poumarat  
mélodie joinville, gaétan jamard ou aniol busquets,  
catherine dreyfus ou véronique laugier

### contacts

0033 6 01 43 30 25  
diffusion@act2-cie.com  
www.act2-cie.com

Coproductions : la Filature- scène nationale Mulhouse, Nuithonie Fribourg Suisse, la Méridienne-théâtre de Lunéville,  
Ballet de l'opéra national du Rhin Mulhouse, le CREA- scène conventionnée jeune public Kingersheim Momix , association Act2

LA FILATURE  
SCÈNE NATIONALE - MULHOUSE

CRÉA - FESTIVAL  
MOMIX

nuithonie

ballet  
de l'opéra national

LUNÉVILLE

adami

Région  
Alsace

Conseil Général  
Haut-Rhin  
L'Acteur de votre quotidien

MULHOUSE  
mulhouse.fr

la culture avec  
la copie privée

AMBAassade DE FRANCE EN SUISSE

VIA STORIA

QUINT'EST

## ET SI J'ÉTAIS MOI !

*en quelques mots...*

*« Je me sens crêpe quand je suis épuisée et que mon corps s'étale de tout son long.  
Je me sens un coquelicot frétilant sous une brise d'été quand je pétille d'enthousiasme.  
Je me sens shaker prêt à exploser quand je déborde d'émotion. »*

*En se connectant aux êtres et aux objets qui peuplent le monde de l'enfance,  
des états de corps s'imposent aux danseurs comme une évidence.*

*Saisissante métaphore de la vie en chacun de nous qui au commencement n'était que matière organique formant une seule et même énergie,  
Et si j'étais moi ! retrace l'éclosion qui nous a fait grandir et devenir l'être unique que nous sommes.*

*Désormais affublés d'une identité propre et des névroses qui l'accompagnent, la crêpe dépressive, le coquelicot narcissique  
et le shaker tourmenté se rencontrent, se frôlent et se confrontent pour le meilleur et pour le pire !*

*Véritable invitation au voyage dans nos espaces imaginaires, Et si J'étais moi ! rend hommage à l'enfant qui est encore en nous,  
pour qu'enfants et adultes se rejoignent dans un univers commun, celui du rêve...*

**Les interventions pédagogiques sont basées sur le même processus de création que celui utilisé par l'équipe artistique lors de l'élaboration du spectacle. Elles sont à adapter en collaboration avec la structure d'accueil et avec les enseignants.**

## La malle à désirs

Par des questions sollicitant l'imaginaire, les rêves des enfants, l'enseignant constituera avec eux (*en amont de la venue des artistes*) « **une malle à désirs** » qui sera le carnet de bord émotionnel des interventions.

Ainsi, dans cette collecte d'histoires, d'objets, de phrases, nous capturerons au détour des mots, les souhaits, les rêves, les peurs de chacun d'entre eux.

Ce travail préparatoire peut se faire de diverses façons :

- **La préparation de dessins sur les mots, les rêves, les peurs des enfants...**
- **La compagnie fournira des fiches pédagogiques pour guider le travail...**
- **etc...**

## La musique des mots

Le choix du mot, la manière dont il est dit, son rythme, sa musicalité, tous ces éléments participent autant à révéler sa pensée que le sens même du mot qui a été prononcé.

**Travailler autour du rythme, du son des mots et des phrases est une des pistes possible de l'intervention :**

Choisir des courts poèmes, ou en rédiger en classe... en associant des vers de chacun... faire des listes de mots qui sonnent de la même façon etc....

Puis les utiliser comme « matière sonore »

**Ex :** Une partie de la classe scande le texte, l'autre y puise un rythme... puis nous élaborons ensemble un court enchaînement (idem en inversant les rôles danseurs/musiciens)

# La vérité du corps

Nous chercherons à provoquer le mouvement chez les enfants. Nous les inviterons à interpréter librement leurs phrases, leurs histoires, leurs dessins... accumulés dans les deux étapes ci-dessus

## *Par rapport à la thématique du spectacle :*

Comment l'évocation d'une image par sa couleur, sa texture, son sens, peut faire naître en nous différentes danses par un engagement physique, une utilisation musculaire, une musicalité ou une prise en compte de l'espace...

**1. Nous demanderons aux enfants d'apporter un objet qui les caractérise par sa forme, sa couleur ou par son sens. Puis nous travaillerons sur la matière même de ces objets afin de provoquer une danse propre à chacun.**

Ainsi ***un coquelicot***, par sa fragilité et sa couleur, nous emportera dans ***une danse pétillante***, jouant en permanence sur l'opposition des temps d'apnée et de relâchement où l'espace y prendra toute sa saveur...

***Une pâte à crêpe*** évoquera un imaginaire de liquidité où le corps s'engagera dans ***une danse fluide***. La décontraction musculaire ainsi que l'adéquation au « contenant », à l'espace dans lequel évolue le danseur, y joueront un rôle prépondérant.

***Un rongeur*** évoquera ***une danse trépidante, espiègle, ludique*** dans laquelle le corps sera source de surprise...

## **2. Danser (improviser !) en s'inspirant de phrases et de mots clefs:**

A partir d'une liste constituée par les enfants, se lancer dans la danse, en silence ou avec le soutien d'une musique (ou de sons)

La première étape est une courte improvisation, où l'enfant cherche à « vivre » le mot ou la phrase tirée au sort

Puis ceux qui l'ont observé tente de s'approprier sa gestuelle, ou d'y faire écho à leur façon (sans connaître la phrase de départ)

**Travail préparatoire en classe : L'intervenante fournit un texte à trou à compléter (et le mode d'emploi pour guider la rédaction!)**

### **EXEMPLES**

« Quand je suis fatigué(e), je me sens comme..... » (Objet, animal, lieu + adjectifs)

« Quand personne ne me comprend, je suis comme ... »

« Quand je suis de bonne humeur, je suis un.... »

Envies, rêves, peurs...

« Si j'étais un (animal, créature fantastique...)..... je ferai.... »

Etc.

**La liste obtenue fait l'objet d'une sélection pour garder une proposition de chaque enfant**

## ***Par rapport à la scénographie***

**Au commencement du spectacle, une seule partie du corps d'un danseur est visible dans un espace circonscrit de la scène. Elle aura sa propre vie et une personnalité bien affirmée.**

Une main surgira du cube ...

Elle ira à la découverte de l'univers qui l'entoure.

Elle expérimentera sa capacité de mouvement, avant d'être finalement confrontée à ses semblables, d'autres mains ou d'autres membres d'un corps : une jambe, un dos, une nuque, un visage... tous coexistant dans un cube.

### **Atelier pédagogique : Travail de fragmentation du corps... :**

Danser dans un cadre qui dissimule tantôt le haut, tantôt le bas (mais danser avec tout le corps!!! seul le public a une vision fragmentée)

### **Travail préparatoire en classe :**

Un peu de travail manuel !

Concevoir un « cadre » qui tienne debout. Un peu comme un castelet en L, de la hauteur d'un enfant, avec la possibilité d'occulter (tissu, papier) le buste ou les jambes.

**A partir d'un croquis de base que nous fournissons, chaque classe peut inventer son tableau, l'objectif étant de pouvoir dissimuler des parties du corps**

**Besoins matériels pour les ateliers : lecteur CD / castelet pour l'atelier « corps fragmenté » si cette option est retenue**

## Mots d'enfants suite à des ateliers proposés dans une école d'Argenvilliers

« L'intervention que tu nous as donnée était trop géniale. J'ai appris que je pouvais danser avec d'autres parties du corps et m'exprimer avec mon corps. Quand je suis avec Véronique, je me sens comme une danseuse professionnelle. Si j'étais une danseuse professionnelle, je rêverais de pouvoir danser jusqu'à m'user les pieds sur une colline enneigée. Au revoir et j'espère à bientôt! Pauline, élève de cm2 »

« J'ai été très contente que vous veniez nous voir. J'ai surtout aimé les danses de «La fourmi» et «L'éléphant». J'ai adoré le jeu où il fallait faire bouger nos muscles et le jeu des 3 sortes de pas. La musique m'a aussi plu. J'espère que vous allez revenir nous voir. » Lucie, élève de cm1 »

« J'ai énormément apprécié l'animation de Véronique. Quand j'ai fait la danse du pétard, j'ai trouvé cela très drôle car il y avait de l'imagination. La danse de l'éléphant léger comme une plume ou encore de la fourmi rouge était également très amusant. Au début, je me demandais comment on allait faire pour inventer une danse à base de phrases. Mais en fait c'était très facile. Je n'avais jamais fait de danse contemporaine avant. Je trouve ça très bien car nous pouvons parler avec notre corps. L'exercice de marche était bien. Cela m'a appris que l'on pouvait marcher de différentes façons comme très doucement (comme si on marchait sur un œuf ou un fil très fin), une marche normale ou celle des pas d'une personne pressée. Je trouve aussi que le premier exercice par deux était bien car parfois quand on suivait le mouvement de son camarade, on pensait qu'il n'y avait qu'une seule chose qui bougeait: par exemple quand je touchais l'épaule de ma camarade, je devais exactement la suivre. A bientôt. Chloé, élève de cm2 PS: Merci pour cette journée exceptionnelle. »

« J'ai été contente de votre passage. Votre souplesse m'a beaucoup étonnée. J'ai beaucoup aimé la danse du pétard, de l'éléphant, et de la fourmi rouge. Ce matin j'ai réussi à écouter mon corps et ce n'est pas toujours le cas. J'ai fait des gestes que je n'ai pas l'habitude de faire. Je me suis défoulée à la danse du pétard. J'ai sauté comme une folle. C'était super !!!! Lora, élève de cm2 »

« J'ai vu qu'on pouvait faire différents gestes d'animaux et qu'avec la musique on pouvait ressentir nos sentiments. Pour chaque animal on peut danser différemment. On peut danser avec chaque partie du corps. J'ai bien aimé ce que tu nous as fait faire. A bientôt. Yohan, élève de cm2 »

« Je m'appelle Lenoir Gwendoline. J'ai 11 ans et j'ai bien aimé la danse et les gestes. J'ai été contente de faire l'éléphant et le pétard. Merci! Gwendoline, élève de cm1»

« Je suis très contente que tu sois venue. Je me suis très bien amusée quand on a fait «la fourmi, l'éléphant et le pétard». J'ai pu faire des gestes que l'on ne fait pas tous les jours. Merci d'avoir fait des exercices avec nous. A bientôt. Karla, élève de CM2 »

« J'ai adoré quand j'ai fait l'éléphant car sa faisait mal aux bras. La danse des pétards était bien surtout quand on tendait les bras en l'air. L'échauffement était drôle: il nous faisait faire des mouvements bizarres. Mathieu, élève de cm2 »

« Bonjour je m'appelle Lucas. Je trouve que c'était bien surtout la danse des pétards. Pour la danse des éléphants, j'aurai dû sauter lentement pour être léger. Pour le premier exercice, quand on devait marcher, je ne savais pas qu'on pouvait faire plusieurs geste. Je vous souhaite une bonne année et tout mes meilleurs voeux. Lucas, élève de cm1 »

« Je suis très heureux que tu sois venue dans mon école. J'ai pu apprendre qu'on pouvait s'exprimer avec son corps. Gabriel, élève de cm2»

« J'ai bien aimé la séance, elle était intéressante. J'ai découvert à l'échauffement que l'on pouvait découvrir de nouvelles façons de travailler. J'ai découvert qu'on n'était pas obligé d'utiliser les mains et les pieds. On peut utiliser le nez et les oreilles et d'autres parties du corps pour danser. J'ai aimé à la fin quand on dansait avec la musique. A bientôt!!! Julie, élève de cm2» « Merci de votre visite .Vous nous avez fait travailler l'imagination pour danser. J'ai appris beaucoup de choses que je n'avais jamais vues. J'ai appris que je pouvais danser comme les animaux. Kimberley, élève de cm2»

« J'ai bien aimé parce que j'ai adoré le premier exercice où il fallait toucher son copain sur un membre: je touchais le bras, il fallait que le camarade soit bien en train de regarder mon bras. Je vous souhaite une bonne année de travail à ta compagnie. Au revoir, Nicolas, élève de cm2 »

« La séance était bien. J'ai beaucoup apprécié quand on a marché de plus en plus vite et j'ai beaucoup aimé quand une personne bougeait et que l'autre la suivait. Et à la fin j'ai adoré la danse du pétard quand on a sauté ensemble et qu'on a tous fait Boum!. Maxime, élève de CM2. »

« Je me suis bien amusée et j'ai adoré l'échauffement où on devait se toucher et où l'autre devait bouger. J'ai aussi adoré les danses « le pétard», «la fourmi» et «l'éléphant». J'espère que le spectacle va être bien. A bientôt. Élodie Legrand, de la classe d'Argenvilliers cm1 »

« J'ai aimé lorsque j'ai dansé avec ma voisine Lorine. Je me suis bien amusée quand ils ont dansé comme une fourmi rouge et sur l'éléphant. J'ai aimé l'heure qu'on a passé ensemble. Et j'espère que tu as passé une bonne matinée et que le petit cadeau qu'on a offert t'a plu . Alors je te dit au revoir et à bientôt. Emeline, élève de CM2 »

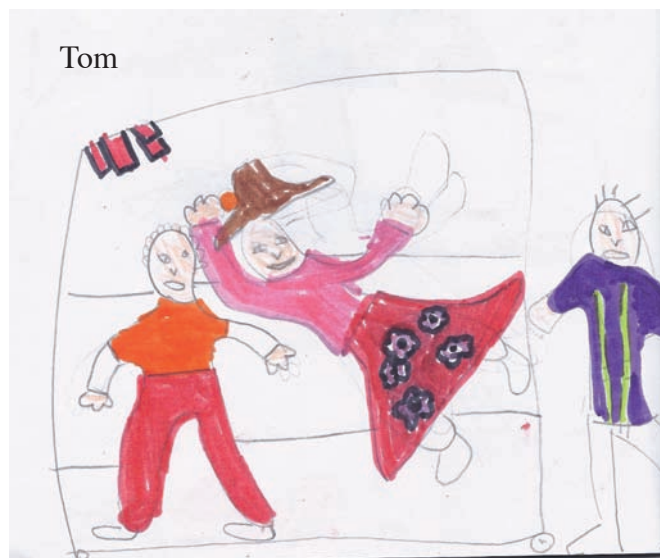
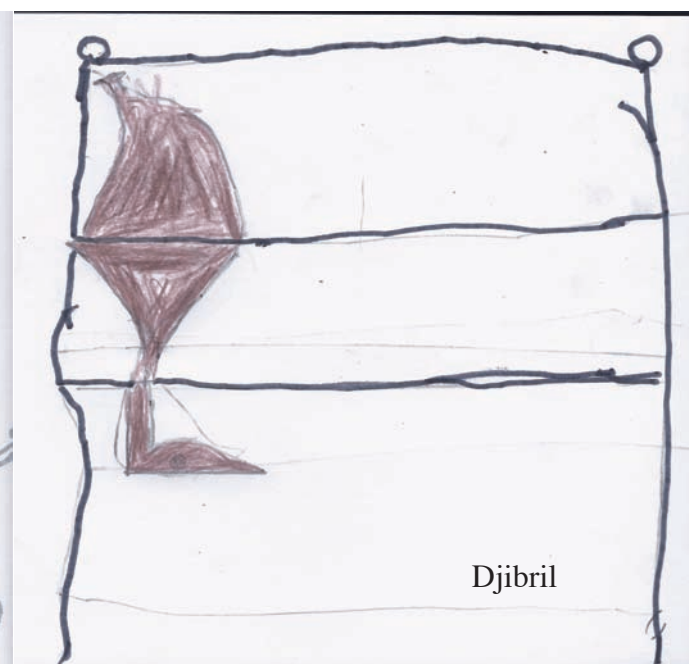
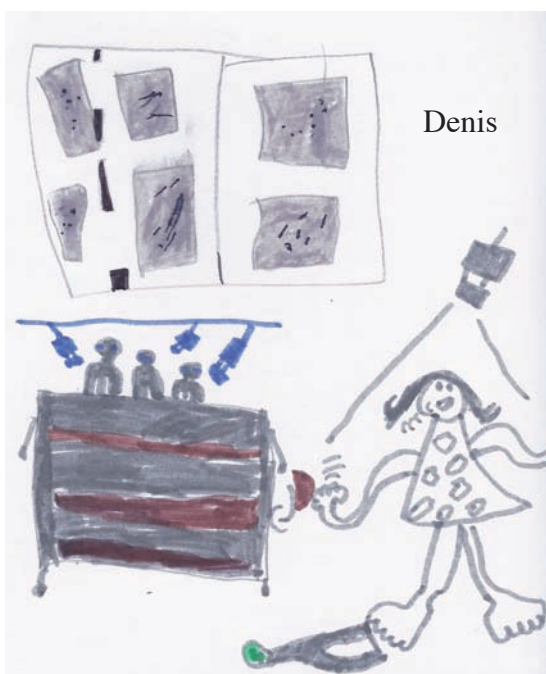
« J'ai adoré la matinée du vendredi 3 février. La danse de la fourmi que j'ai dansé était géniale. Cette danse m'a permis de développer mes capacités de danseuse et de travailler ma personnalité. Ça me donne encore plus envie de faire de la danse. Dommage que tu ne sois pas restée plus longtemps. Quand reviendras-tu? Merci pour cette belle matinée. Ana Rodrigues, élève de CM2 »

« Je suis très contente d'avoir dansé ! J'ai bien apprécié la danse de la fourmi rouge, de l'éléphant et du pétard. La danse du pétard était drôlement bien car presque tout le monde dansait, bougeait, sautait .... Moi, je sautais dans tout les sens ! C'était hilarant. J'espère retravailler avec vous un jour. Vous êtes drôlement souple ! Au revoir Véronique, à bientôt. Marie, élève de cm2 »

« Je me suis très bien amusé lors de cette séance d'une heure. J'ai aimé la danse du pétard car je faisais un peu la grenouille pour sauter. Lors de l'échauffement par deux, je me retournais et je dansais pour pouvoir suivre Nicolas (mon copain). Moi je n'aime pas trop la danse mais là ça m'a plu.Samuel. Au revoir. »



## Dessins d'enfants envoyés après la découverte du spectacle







Inès



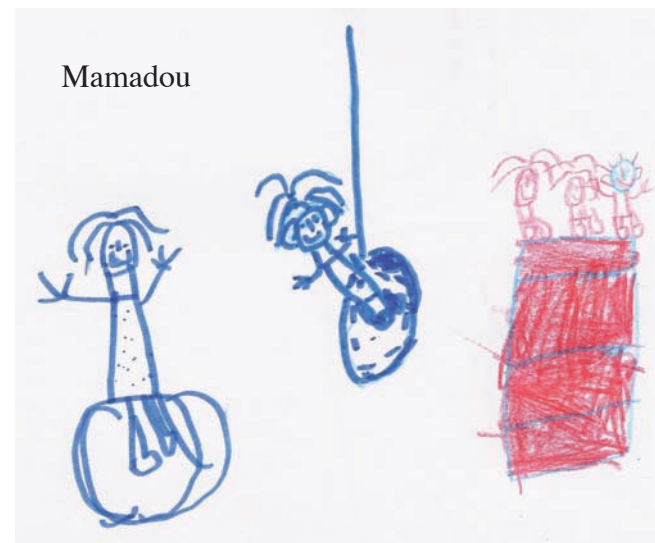
Djibril



Gabriel



Makemin



Mamadou