



## **Propositions pédagogiques autour du spectacle Zou !**

### **Ateliers d'expression musicale et corporelle**

*Les ateliers de percussions corporelles et vocales, et plus largement d'expression musicale sensibilisent les enfants et les adultes au monde sonore et visuel qui les entoure. Ils les incite à explorer les possibles de leur corps pour aller plus loin dans la confiance en soi, dans la création et dans l'expression.*

#### **Les objectifs :**

- Favoriser l'acquisition d'une plus grande autonomie tout en apprenant à jouer en groupe : synchronisation, écoute des autres, respect des règles musicales, autodiscipline
- Développer l'indépendance psychomotrice : développer et maîtriser ses sens, en particulier son écoute, son toucher, sa motricité et son rapport à l'espace
- Inciter à avoir une démarche créative, tout en développant un apprentissage rigoureux dans un cadre ludique et convivial
- Découvrir le corps et son langage comme moyen d'expression et mode de communication
- Permettre au corps musical de chacun de pouvoir prendre sa place dans l'expression scénique
- Favoriser l'épanouissement personnel et la confiance en soi
- Développer le lâcher-prise et le plaisir du jeu : trouver une liberté dans l'improvisation collective, une aisance et une confiance en la mécanique de son propre corps

#### **Les moyens utilisés : Les Percussions corporelles et la voix :**

Le corps et rien d'autre. A l'écoute de ses cinq sens, dans la confiance et la bienveillance, il s'agit d'apprendre à connaître ou à redécouvrir son propre corps à travers l'exploration de ses différentes possibilités sonores et gestuelles, et de développer une ou plusieurs formes d'expression musicale, propre à chaque corps humain. Dans ces ateliers, on aborde notamment la coordination et la dissociation des mains, des pieds et de la voix. On peut ainsi, sans autre instrument que le corps, créer une polyrythmie, une polyphonie, dire un texte tout en s'accompagnant, ou bien créer une «chorégraphie de sons», une «musique de gestes», puis improviser, inventer...

Le corps musical de chacun peut ensuite prendre sa place dans le jeu expressif, puis dans l'expression scénique et laisser place à la créativité et aux envies de chacun.

#### **Déroulé type d'une séance :**

- Échauffement et réveil corporel
- Exploration et découverte des sons du corps - éveil des sens/sensations
- Expérimentations diverses à base de jeux musicaux en groupe : questions/réponses, chef d'orchestre, passes, cascades...
- Développement d'une courte pièce alliant les percussions corporelles, la voix, l'espace autour de soi et les autres
- Improvisations

#### **Modalités génériques des ateliers.**

**Nombre de participants:** 15 maximum

**Durée des séances:** 1h30 minimum

**Tarif:** 80€ / h / intervenant

**Espace:** salle dégagée de son mobilier avec un plancher

**Contacts:** [admin@sonsdetoile.fr](mailto:admin@sonsdetoile.fr) / 06 40 32 69 22