

## [STAGE]

**AISANCE CORPORELLE : OPTIMISER SA PRÉSENCE SCÉNIQUE**

Emotion et expression, ou comment procurer de l'émotion aux autres sans se perdre soi-même dans la sienne

Sur scène, le premier contact avec le public est notre corps qui s'avance et qui va susciter des réactions avant même la proposition artistique. Vient ensuite l'expression de notre univers poétique et musical qui encore une fois a besoin du corps pour communiquer cet univers. Le corps est un « instrument » qui se travaille. La référence pédagogique dans ce stage est la méthode Feldenkrais® qui permet à chacun, chacune, de prendre conscience de ses capacités et d'inventer sa propre gestuelle.

Une émotion pure est une réaction adaptée et justifiée face à un événement extérieur. Cette réaction est physique. Pour donner de l'émotion aux autres, sans se perdre dans la sienne, il est important d'étudier comment elle voyage dans notre corps. Nous expérimenterons le comportement physique des émotions primaires : la joie, la tristesse, la colère et la peur...

**OBJECTIFS**

- + Définition de l'émotion et différence entre humeur et sentiment
- + Etudier comment l'émotion peut se traduire physiquement
- + Prendre conscience des 2 parties du corps impliquées dans l'expression de l'émotion

**PROGRAMME PÉDAGOGIQUE**

Le matin :

- + Travail au sol : écoute de soi, respiration, contact et appuis au sol, répartition du poids du corps
- + Mise en situation des émotions primaires : joie, tristesse, colère, peur, dégoût, envie
- + Observation des postures dûes aux émotions

L'après midi :

- + Mise en situation avec interprétation d'un titre (+/- 20 min par personne)

**MOYENS ET METHODES PEDAGOGIQUES**

- + Mise en condition physique et écoute de soi via la méthode Feldenkrais®
- + Improvisation et recherche autour d'un titre

**MOYENS TECHNIQUES**

- + Grande salle avec espace scénique + tapis de sol + chaises
- + Configuration son / retours / micros

**ACQUIS À L'ISSUE DE LA FORMATION**

- + Faire la différence entre avoir et communiquer une émotion
- + Entrer dans un processus d'observation de soi et des autres
- + Pouvoir passer physiquement d'une intention à une autre rapidement

**INTERVENANTE : GHISLAINE LENOIR**

- + **Discipline du formateur** : coach corporelle et scénique
- + **Compétences** : praticienne Feldenkrais® - metteure en scène - comédienne
- + **Qualifications** : diplômée Méthode Feldenkrais® depuis 1991 - Formation conservatoire d'arts dramatiques (Besançon) -
- + **Expériences** :

1 - **En tant qu'artiste/professionnel** : création du théâtre de la Roulotte avec Jean Luc Lagarce - jeux et mises en scène : la dernière « Mourir des Mets » - résidences d'artistes

2 - **En tant que formateur / pédagogue** : formatrice pour enseignants scolaires - formatrice pour professeurs de chant - formatrice pour coachs scéniques - Intervention corps et scène dans écoles de musique

Références : SDV - Manufacture chanson - ESM Bourgogne - SMAC de Meaux - Studio des Wallonie Bruxelles - AFDAS La Rochelle, Festival D'Avignon

Variétés

## [STAGE]

**AISANCE CORPORELLE : OPTIMISER SA PRÉSENCE SCÉNIQUE**

Emotion et expression, ou comment procurer de l'émotion aux autres sans se perdre soi-même dans la sienne

**EN PRATIQUE**

- + **Date(s)** : 26 septembre 2019
- + **Lieu** : Studio des Variétés, 20 passage Thiéré, 75011 Paris (Métro Bastille)
- + **Horaires** : 10 h - 13 h / 14h - 17h soit 6h/ stage
- + **Nombre de participants** : 8 maximum
- + **Tarifs** : 100€ (financement personnel) / 200€ (avec prise en charge)
- + **Publics concernés** : artistes, interprètes, comédiens, danseurs, musiciens
- + **Pré-requis** : apporter une chanson et son playback ou un instrument. Tenue souple adaptée au mouvement.
- + **Modalités d'évaluation** : mise en situation pédagogique
- + **Conditions d'admission** : aucune
- + **Diplôme obtenu** : formation non diplômante
- + **Inscription** : fanny@studiodesvarietes.org ou 01 53 20 64 05
- + **Dates de clôture des inscriptions** : 28/08/19 (avec prise en charge) / 16/09/19 (financement personnel)