

PROGRAMME PEDAGOGIQUE

INTITULE DE LA FORMATION

LE RYTHME ET LA MUSIQUE DES CHOSES

Stage dirigé par Claire Heggen

ORGANISME DE FORMATION

Claire Heggen – Théâtre du Mouvement

107/109 avenue Maurice Thorez – 94200 – Ivry-sur-Seine

Tél : 06 20 80 05 04

N° déclaration d'activité : 11940990294

N° de SIRET : 83804772800020 – N° de licence : 2-1111639 - Code APE : 9001 Z

MODALITÉS DE MISE EN ŒUVRE

Durée : 5 jours soit 30 heures

Tarif : 520 euros TTC – Tarif pris en charge : 780 euros TTC

Dates : du Lundi 12 au vendredi 16 mai 2025

Horaires : de 10h à 13h et de 14h à 17h

Lieu : Studio de l'Embrasure – 35 avenue Faidherbes, 93100 Montreuil

Renseignements : auprès de Céline Gallot, coordinatrice // @ : info@claireheggen-tdm.com

T : 06 20 80 05 04

Cette action de formation entre dans le champ d'application des dispositions relatives à la formation professionnelle continue prévue par l'article L.6313 - 1 de la sixième partie du Code du travail, à savoir «6°. Les actions d'acquisition, d'entretien ou de perfectionnement des connaissances».

PUBLIC CONCERNÉ

Public ciblé : Ce stage est ouvert aux professionnels de provenances différentes (théâtre, danse, mime, marionnette, conte, art thérapie, pédagogie, etc). **Pré-requis** : au moins 2 ans d'expérience dans le domaine du spectacle vivant — **Nombre de participants** : maximum 12 stagiaires - **Compétences** : Concentration, écoute, réactivité, engagement, créativité – **Aptitudes** : Le travail est exigeant émotionnellement et physiquement. Une bonne condition physique est indispensable. Une pratique corporelle antérieure engagée, et un corps disposé à explorer des dimensions gestuelles multiples.

ACCESSIBILITE

La nature des activités ne permet pas l'accès aux personnes souffrant d'un certain type de handicap. Pour plus de renseignements, merci de nous contacter. Si nécessaire, afin de vous orienter, nous nous rapprocherons des services adaptés (Cap Emploi, Agefiph).

MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscriptions : envoyer CV et lettre de motivation au **Théâtre du Mouvement – Claire Heggen**
Dates limites d'inscription : le 10 avril 2025 dans le cas d'un financement par un opérateur de compétence ; le 7 mai 2025 dans le cas d'un autofinancement. **Délai de rétractation** : au plus tard 10 jours avant le début du stage.

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

Animer / manipuler des objets soumis à la gravité. Transformer des matériaux en d'autres corps plus fictifs, imaginaires.

FORMATRICE

CLAIRE HEGGEN

Claire Heggen est directrice artistique de la Compagnie Claire Heggen - Théâtre du Mouvement, compagnie de recherche et création. Auteure, actrice, metteuse en scène, professeure, elle développe des compétences transversales à partir d'esthétiques contrastées. Elle a créé des spectacles diffusés dans 60 pays, proposant une esthétique en perpétuel renouvellement sur la théâtralité du mouvement aux confins des arts du mime, du théâtre gestuel, de la danse et du théâtre de matières et de marionnettes. Claire Heggen oeuvre aussi aux croisements entre les arts dans le cadre de la Fondation des Transversales, Académie européenne des arts du geste.

Elle est à l'initiative de la création du Groupe de Liaison des Arts du Mime et du Geste (GLAM). Elle enseigne dans de nombreux stages et écoles internationales en France et à l'étranger (Universités Paris III et Paris VIII, UQUAM Montréal, Conservatoires d'Art dramatique, Ecole Supérieure d'Art Dramatique de la Ville de Paris, TNS Strasbourg, Institut du Théâtre de Barcelone, *International Workshop Festival* de Londres, TJP Strasbourg, Théâtre aux Mains Nues. A l'invitation de Margareta Niculescu, en 1988, elle est chargée de cours à l'ESNAM et y transmet une recherche pratique basée sur la relation corps/objet (masque, matériaux, marionnette) et fait partie du conseil pédagogique.

Chevalière des Arts et des Lettres, elle reçoit le Prix de l'Institut International de la Marionnette pour la transmission en 2015. Elle programme les formations du Théâtre du Mouvement - Claire Heggen le *Corps - Scène*, ainsi que les stages artistiques de la Ferme de Trielle. Elle accompagne également depuis de nombreuses années des jeunes artistes dans leurs projets de création, quelle qu'en soit l'esthétique.

PRÉSENTATION DE LA FORMATION

Ce stage se propose d'explorer, d'une part, la musicalité et la théâtralité induite, du mouvement des corps et des objets soumis à la gravité (petits bambous, balles, polyanes, papier de soie, draps, bâtons...), et d'autre part, un travail rythmique appliqué aux mêmes objets devenus sonores.

En croisant ces pratiques, complémentaires et/ou contradictoires, il sera question d'en éprouver les dialogues possibles: articulation, causalité, service réciproque, jeux métaphoriques, univers imaginaires, musique sonore et/ou visuelle, variations de sens, mimésis des matériaux... et d'en apprécier les effets dramatiques et leur théâtralité, en vue d'un jeu non psychologique pour l'acteur.

A partir d'improvisations et compositions de mini séquences, il s'agira de faire musique ensemble ou seul, à l'écoute de l'objet et dans la relation aux autres.

C'est quoi un objet au théâtre du mouvement ?

D'abord un corps, le sien, un matériau corps.

Et puis, des objets simples qu'on peut trouver partout, des matériaux relativement neutres, abstraits, comme du papier de soie, des feuilles de polyanne, une balle, un drap, des bambous, etc.

Ces matériaux, corps et objet, ont la vertu de se transformer de manière métaphorique en d'autres corps, plus fictifs, imaginaires. En leur donnant forme, l'acteur laisse transparaître un autre théâtre de l'intime, et ouvre la porte à des mémoires enfouies, des images inattendues non convenues à l'avance.

C'est une ouverture sur l'étrangeté, sur un quotidien poétisé, avec pour objectif, l'approfondissement de la présence de l'acteur dans sa relation avec l'objet partenaire. Une traversée personnelle et collective, pour consolider ou découvrir ses propres facultés à émouvoir, ses capacités dramatiques et dramaturgiques.

PROCESSUS ET DEROULE PÉDAGOGIQUE

Jour 1

Accueil : présentation du stage et rappel des compétences visées et du programme de formation. Présentation des aspects administratifs, techniques et organisationnels de la formation.

10h - 13 h : **L'objet partenaire et accessoire**

Premières explorations permettant de positionner les stagiaires par rapport aux objectifs pédagogiques de la formation.

Mise en jeu du corps :

- Par deux avec balle, le corps au service de la balle. Esquive, évitement, éclipse.
- Ne pas quitter la balle des yeux.
- La mémoire gestuelle de l'objet absenté. Le sens renouvelé.

- Grammaire: notion de progressivité, définition.
Le corps excentré de l'acteur et son engagement au service de l'objet : du corps usuel au corps fictif, ses appuis et ses transferts de poids.
Sortir de l'axe, explorer ses limites.
Duo de corps en progressif et lenteur continue, au service de l'objet.
- Chute de la balle et sa relation au corps, évitement réflexe, accompagnement de l'objet dans sa chute.
- Gravité et chute du corps : différents degrés de la chute du corps en partant du sol jusqu'au saut.

Compétences visées : Concentration, écoute, réactivité, engagement, créativité.

14h - 17h : **Musicaliser des actions usuelles vers une théâtralité**

- Composer une partition corporelle à partir d'actions usuelles simples en relation avec une chaise.: s'asseoir, changer de position, se déplacer, descendre au sol...
- Echanger sa partition avec un partenaire et apprendre la sienne. Constituer un montage des deux partitions.
- Explorer différentes dynamiques et vitesses sur la nouvelle partition.

- Distinguer et définir ce que sont, accélération, décélération, lenteur, explosion, suspens, immobilité...et écouter les horizons de sens que ces vitesses induisent sans volonté de signifier.
- Explorer différentes relations à la chaise: notions de fixation , niveaux et hiérarchie, organisation intra-corporelle, déplacement, etc.

Compétences visées : Ecoute sensible des états de corps, de pensée, émotionnels, suscités par les variations de musicalité du mouvement en relation avec la gravité. Capacité à échanger avec son partenaire et compréhension du processus de théâtralisation par la musicalité du mouvement.

Jour 2 :

Appropriation et découverte des différents objets/matériaux et leur musicalité en fonction de leur forme, leur poids, leur texture.

10h - 13h : Mise en jeu

A partir du matériau drap, exploration sensorielle de la peau, du corps, du sol, du matériau.

- Toucher, être touché. Le toucher et le regard.
- Relation sensible au drap, le faire glisser sur le corps, s'enrouler, s'élargir sur le sol.
- Laisser apparaître des formes, des espaces.
- Tourner autour des lignes de force dues à l'étirement du drap.
- Utiliser la résistance du drap à la tension pour découvrir d'autres organisations du corps, voire des personnages potentiels.
- Garder la mémoire des formes cristallisées sans le drap, les déplacer.

Compétences visées : Capacité à saisir, entre concret et abstrait , l'objet dans ses différents statuts: matériel, symbolique, métaphorique, métonymique, marionnettique.

14h-17h : Jouer avec la gravité 1

La gravité, le poids, l'inertie et la chute, un rythme dans l'espace :

- Lancer le drap en l'air, le quitter à regret puis aller au-devant, l'accueillir, l'accompagner dans sa chute.
 - Recevoir le drap sur son corps et chuter avec lui jusqu'au sol.
 - Balancements avant-arrière du drap, éprouver en l'accompagnant les moments d'aggravation et d'accélération et les moments de suspens et décélération du matériau.
 - Réception et relance immédiate vers le haut de manière circulaire.
- Idem, mais aussi latéralement et vers l'arrière.
- Le lancer pour mettre le corps en mouvement et prendre des risques pour le rattraper.

- Même chose à deux, envoyer le drap à un autre endroit que celui de son partenaire pour le mouvoir, et le plonger dans l'action à sa suite.
- Contradiction de directions entre le corps et le drap.
- Trio : circulation du drap sans arrêt dans l'espace triangulaire, déplacements et variations individuelles à la réception avant de renvoyer le drap.
- Duo: un lance le drap en l'air , le partenaire le reçoit sur son corps et chute avec lui et reste en inertie. Le premier tire sur le drap et le déplie en lenteur à l'écoute de tous les micro événements

Compétences visées :

Conscience des différents niveaux de profondeur, du corps à l'espace scénique: espace intime, espace proche, notion de proxémie. Corps scénographie mouvante.

Appropriation des différents éléments de la grammaire: fixation, contradiction, accélération, décélération. Notion de variation.

Mémoire des matériaux inscrite dans l'objet, au service de l'acteur et de son interprétation.

Jour 3

10h à 13h **Jouer avec la gravité 2 :**

Mise en jeu :

Le toucher de l'objet.

Découverte des différents objets/matériaux et leur musicalité en fonction de leur forme, leur poids, leur texture.

– Bambou et centre de gravité : équilibre/déséquilibre, flirter avec la chute. Laisser la parole à l'objet , immobilité tranquille et dynamique du corps à l'écoute des informations de l'objet.

L'attention simple au simple.

– Eventail chute et réflexe explosif.

– Polyane et dégressivité en légèreté lente et flottante.

Mimésis des matériaux par l'acteur. La mémoire gestuelle de l'objet absenté. Le sens renouvelé.

Compétences visées :

Différencier le toucher du contact.

Ecoute des dynamiques de l'objet dans sa relation à la gravité. Savoir s'en saisir pour alimenter l'acteur.

Articuler la relation dans l'espace :

– Duo : exploration et improvisation avec un bambou pour deux.

Chaque extrémité du bambou tenue par un index.

– Expérimenter le toucher, immobile, en appel, en repousser. – Notions d'articulation des actions en alternant mouvement et immobilité des trois termes (l'un, l'autre, le bambou) dans une orientation au spectateur.

– La notion de « une à la fois » (corps fixe /objet mobile, objet fixe/corps mobile). –

Décomposition :

Spatiale en 3D pour donner autant d'importance à chacune des actions .

Segmentaire du corps , élément par élément.

Musicale (mouvements, causalités, pauses et durées).

Compétences visées :

Rechercher un corps excentré et son engagement au service de l'objet: du corps usuel au corps fictif, ses appuis et ses transferts de poids.

Eprouver des états de corps, de pensée, émotionnels, suscités par le déplacement de l'objet et être capable de les réitérer.

14h à 17h - **Dramaturgie simple, le Haïku**

– Improvisation ½ heure : Exploration métaphorique à partir du matériau papier de soie.

– Relevé des images par un/e stagiaire témoin et éprouvées par l'acteur/actrice durant l'exploration.

– Échanges entre les deux partenaires et choix ensemble de trois des images aigües communes, extraites de l'exploration individuelle.

– Réactivation des images et mise en forme individuellement et /ou avec son regardeur.

– Écriture et composition d'un haïku de moins de 30 secondes, à partir des trois images sélectionnées.

– Chronologie des images et variations de sens.

– Passage individuel devant les autres stagiaires et commentaires.

Analyse de la Musicalité, des Causalités/conséquences.

Usage de l'ellipse.

– Reprise et finalisation du haïku.

– Rencontres de Haïkus. Gestion des nouveaux sens apparus.

Retours collégiaux ou chacun peut exprimer ce qu'il a vu, ressenti, compris en se basant sur les notions de musicalité et théâtralité du mouvement.

Compétences visées :

Comment attribuer une mémoire à un objet. Faire exister un aller-retour entre la mémoire personnelle et la mémoire collective.

Jour 4

Rythme et musicalité.

Mise en jeu :

Apprentissage de différents rythmes.

En cercle collectif, en duo, marches ,frappes de mains, objets produisant du son (polyanes, papiers de soie, autre).

Rythme régulier sur 4 temps et 4 contretemps (1,2,3,4, et, et, et, et).

Rythme irrégulier sur 12 temps, 4 contre 3.

- Dialogue en deux groupes, l'un en trois temps, temps fort sur le 1er temps ; l'autre en 4 temps, temps fort sur le 1er temps.
- Rencontre et croisement des deux groupes en maintenant le rythme et le tempo de son groupe. Ecouter la musique générale .
- Par deux l'un marche en 3 temps, l'autre en 4 temps. Même 1er temps fort.
- Dialogue en jeu questions réponses expressives.
- Intégrer la phrase en 12 temps individuellement, temps forts sur 1, 4, 5, 7, 9, 10. La jouer corporellement. La transférer à des objets/matériaux dans différents plans.
- Composer avec un objet, une ou plusieurs phrases de 12 temps à distribuer dans un tempo choisi. Seul et/ou à 2-3.

Compétences visées :

Savoir jouer avec l'objet des rythmes imposés et repérer la qualité de précision et d'articulation qu'ils lui confèrent.

Savoir instaurer un dialogue libéré dans la contrainte d'un rythme et d'un tempo choisis.

Musique visuelle, visible, produite par le maniement d'un bâton sur place individuel.

- Relais à plusieurs du grand bâton en lenteur continue dans un plan frontal.
 - Relais en parcours vertical sinusoïde, à 2 puis à trois, dans une circulation dans l'espace qui se continue dans le volume en trois dimensions. Dissocier la vitesse du bâton de la vitesse de déplacement des acteurs, pour accompagner puis aller au-devant du bâton.
 - Organisation et service des corps en fonction du trajet effectué du bâton dans l'espace.

Compétences visées :

Porter attention à la qualité du toucher pour assurer la continuité du mouvement du bâton, en particulier au passage du relais. Capacité à s'organiser à plusieurs dans l'espace : relations inter-corporelles et dynamiques des acteurs, promesse de trajets dessinés de l'objet .

Musique sonore, audible, produite par des objets à destination musicale:

– Avec drap, à deux : produire et inventer des sons à faire écouter à un partenaire aux yeux fermés. Voyage imaginaire à partir de bruits de frappes, déchirures, frottements, tensions... Echanges.

– Avec planche, improvisation à 3 d'un univers sonore métaphorique à partir de glissements, balayages, percussion, etc.

Compétences visées :

Associer/dissocier musique visuelle et musique sonore au bénéfice d'un imaginaire individuel et collectif.

Jouer ensemble, en dialogue, une écriture à l'écoute des propositions de l'autre . Savoir les relayer et y répondre avec ses propres propositions.

Jour 5

10h - 13h : **Mémoire**

Mise en jeu.

- Revisiter individuellement et en duo, les différents protocoles abordés avec les objets/matériaux et les corps.
- Constats des acquis et des pertes.
- Précisions techniques.

Compétences visées :

Etre autonome et créatif dans son propre parcours de mise en jeu en perspective d'une disponibilité au jeu avec ou sans objet, et à la composition pour la suite.

Composition d'une séquence dramatique

- Exploration métaphorique avec le matériau de leur choix (planche, papier de soie, polyane, couverture de survie, petits cadres, bambous, bâtons, autre).
- Sélection des images aiguës et leur reconstitution selon une chronologie précise.
- Organiser, articuler et composer ces images dans une séquence dramatique.
- Notion de séquence dramatique (cadre, déclencheur, action, orientation, résolution).
- Exploration des variations de paramètres d'espace, de temps(durée, dynamiques, vitesses) et corporalité. Notion de couple d'opposition.

Compétences visées :

Écoute des horizons de sens potentiels de nature ,symbolique, perceptive et motrice, mimétique.

14h - 17h : **Séquence dramatique** (suite)

- Finalisation de la séquence dramatique par un choix individuel ou collectif (duo, trio) du traitement des sous séquences. –
- Interprétation.
- Visionnement par tous des différentes compositions.
- Analyse de la Musicalité, visuelle et sonore.
- Retours et perspectives à explorer à l'avenir.

Compétences visées :

Etre en capacité d'écrire un schéma d'improvisation ou une composition qui rassemble tout ou partie des éléments et protocoles de recherche explorés lors du stage.

MOYENS ET METHODES PEDAGOGIQUES

Modalités pédagogiques

- Formation présentielle animée par une formatrice reconnue dans son domaine d'activité.
- Des mises en jeu quotidiennes.
- Des méthodes pédagogiques proposant une mise en pratique, individuelle et en groupe, au plateau par le biais de différents protocoles
- Expériences pratiques suivies de décryptage collectifs avec rappel des notions théoriques .
- Une analyse de la proposition des stagiaires par la formatrice à l'issue de chaque pratique.
- Une équipe disponible tout au long de la formation et au-delà, pour suivre le déroulement administratif et pédagogique, individuel et collectif.

SUIVI ET EVALUATION

Evaluation du stagiaire via :

- Un questionnaire d'inscription en amont de la formation pour définir les besoins et les attentes du stagiaire,
- Une grille d'évaluation à chaud à l'issue de la formation permettant une auto-évaluation et le recueil des éléments d'amélioration à apporter.
- La délivrance d'une attestation de formation.
- Un entretien individuel sur demande formulée par le stagiaire,
- Une grille d'évaluation à froid envoyée aux stagiaires entre 4 et 6 mois après la fin de la formation permettant de recueillir leurs appréciations et l'insertion des éléments abordés en formation dans leur pratique artistique.

MODALITES D'EVALUATION

Les acquis théoriques et pratiques feront l'objet d'un processus d'évaluation continue durant tout le déroulé de la formation et en lien avec les objectifs pédagogiques. Un regard attentif sera porté sur l'engagement du stagiaire tout au long du processus de travail.

Un bilan pédagogique de la formation sera réalisé, le dernier jour du stage, avec l'ensemble des participants, la formatrice et, dans la mesure du possible, la coordinatrice de la formation.

Une grille d'évaluation permettra aux stagiaires d'exprimer leur satisfaction sur cette formation et de s'auto-positionner par rapport aux objectifs pédagogiques annoncés.

CHARTRE DE FORMATION

L'objectif des formations de la Compagnie Claire Heggen – Théâtre du Mouvement consiste à aborder un sujet d'étude selon divers points de vue, de sorte que l'interprète expérimente différents langages scéniques.

Nos formations sont des expériences de groupe riches et intenses. La liberté individuelle au sein d'un groupe est toujours associée à certaines contraintes : chacun doit pouvoir profiter de cette expérience à titre personnel dans le respect et le partage des lieux et des autres participants. (Work hard and be nice to others!).

Il s'agit d'un temps de pratique, de recherche et d'échanges à l'intérieur duquel chacun trouve à se former et qui ne pourra être enrichissant que si chacun prend toute sa part à ce processus. Nous mettons tout en œuvre pour que le séjour soit le plus confortable possible, mais cela nécessite votre participation active.