

## Le théâtre comme levier pour développer l'empathie

### Compétences travaillées :

#### **Cycle 1 – Agir, s'exprimer, comprendre à travers les activités artistiques**

##### **Les attendus des programmes**

- Oser entrer en communication.
- Mobiliser son corps pour interpréter une situation, une émotion, un personnage.
- Construire et conserver une courte séquence d'actions et de déplacements.
- Coopérer avec les autres dans une réalisation collective.
- Développer son imagination, sa sensibilité et sa créativité.
- Prendre progressivement conscience de l'espace scénique et de la relation acteur / spectateur.

##### **Compétences mobilisées**

- Coordonner ses gestes et ses déplacements avec ceux des autres.
- Adapter ses actions à celles de partenaires.
- Explorer différentes façons de s'exprimer avec son corps, sa voix, son visage.
- Mémoriser et reproduire une courte organisation gestuelle ou vocale.
- Oser proposer et montrer une production devant les autres.

#### **Cycle 2 – Éducation physique et sportive / Français / Éducation artistique et culturelle**

##### **Les attendus des programmes**

- S'engager dans une démarche de création et d'interprétation.
- Exprimer des émotions et des intentions par le geste, la voix et le déplacement.
- Coopérer pour construire une production collective.
- Développer l'écoute, l'attention et le respect du point de vue des autres.
- Mobiliser le langage oral pour expliquer, décrire, justifier.

##### **Compétences mobilisées**

- S'exposer aux autres dans des situations d'expression.
- Exploiter le pouvoir expressif du corps et de la voix.
- Synchroniser ses actions avec celles des partenaires.
- Entrer dans un rôle simple et maintenir une intention.
- Observer une prestation et formuler un retour bienveillant.

## **Cycle 3 – Éducation physique et sportive / Français / Parcours d'éducation artistique et culturelle**

### **Les attendus des programmes**

- Concevoir et présenter une prestation artistique collective.
- Utiliser les ressources expressives du corps et de la voix pour communiquer une intention.
- Coopérer dans un projet de création.
- Développer une posture de spectateur attentif et sensible.
- Mettre en relation pratique artistique, émotions et réflexion.

### **Compétences mobilisées**

- Utiliser le pouvoir expressif du corps et de la voix de différentes façons.
- Enrichir son répertoire d'actions afin de communiquer une émotion ou une intention.
- S'engager dans une production artistique destinée à être présentée.
- Mobiliser son imaginaire pour créer du sens.
- Analyser une situation vécue et verbaliser ses ressentis.

### **Liens avec le Socle commun de connaissances, de compétences et de culture :**

#### **Domaine 1 – Les langages pour penser et communiquer**

- Utiliser le corps, le geste, la voix et les émotions comme moyens d'expression.
- Développer les compétences langagières à travers l'interprétation et les échanges.
- Enrichir le vocabulaire des émotions, des sensations et des relations.

#### **Domaine 2 – Les méthodes et outils pour apprendre**

- Coopérer dans un projet collectif.
- S'engager dans une démarche d'essais, d'ajustements et de création.
- Développer l'attention, l'écoute et la mémorisation.

#### **Domaine 3 – La formation de la personne et du citoyen**

- Respecter les autres et les règles de fonctionnement du groupe.
- Développer l'empathie et la compréhension des émotions.
- Exprimer un avis de manière respectueuse.
- Construire une posture de spectateur attentive et bienveillante.

#### **Domaine 5 – Les représentations du monde et l'activité humaine**

- Découvrir des pratiques artistiques et culturelles.
- Comprendre que les émotions, les relations et les situations humaines peuvent être représentées.
- Participer à un projet artistique collectif.

## Préparation matérielle

- Salle de motricité ou tout autre espace suffisamment dégagé pour permettre aux enfants d'évoluer dans l'espace librement.
  - o *Chez les plus jeunes, l'espace scénique sera délimité de façon très explicite (utilisation de bancs par exemple)*
  - o *Pour les plus âgés, l'espace scénique pourra être de plus en plus contraignant*
- Etiquettes « Je me suis fait mal », etc...
- Quelques accessoires (voire des masques) pour les plus timides

## Déroulement de la séance « type »

Les enfants et l'enseignant sont invités à retirer leurs chaussures.

La séance est découpée en trois temps : l'entrée dans l'activité ; la recherche-crédation ; les rituels de fin.

### 1. L'entrée dans l'activité « théâtre »

L'entrée dans l'activité commence par des petits rituels qui permettent aux élèves de mobiliser leur attention et de l'orienter sur des points ciblés par l'enseignant. Ces petites activités donnent également l'occasion d'organiser un échauffement de façon ludique.

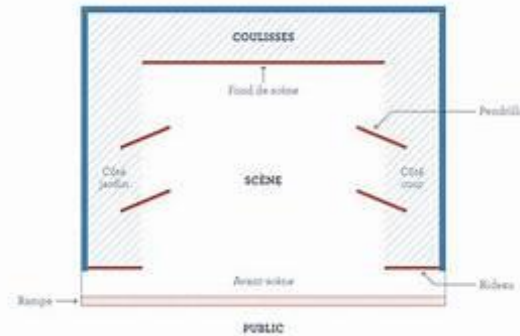
*Nota bene : L'idée de rituel implique la notion de répétition qui sera donc à construire en prolongement.*

Dans cette proposition, les petits rituels proposés permettront aux élèves de :

- prendre conscience de l'espace scénique dont ils disposent ;
- préparer leur corps : articulations, corps, respiration, voix
- se recentrer sur les autres ; créer une écoute collective ;
- préparer leur esprit créatif

### Les rituels pour prendre conscience de l'espace scénique dont ils disposent

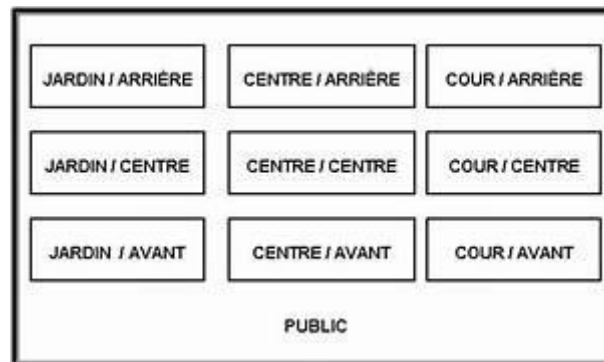
Pour délimiter un espace scénique, il faut avant tout positionner le public :



La classe est invitée à se répartir tout autour de l'espace scénique. L'enseignant en profite pour introduire un vocabulaire spécifique : « coulisses » « scène » « espace scénique » « cour » et « jardin ».

L'échauffement des articulations peut débuter ; en commençant du bas vers le haut du corps. Plus tard, ce sont les élèves qui pourront l'animer.

La classe est maintenant invitée à déambuler de façon tonique (échauffement du corps) dans l'espace scénique et à l'investir entièrement. L'enseignant ajoute quelques consignes au fur et à mesure des déplacements : balancement des bras, pas chassés, etc... Puis au signal, tous les participants doivent se regrouper à un endroit bien précis de la scène :



Pour échauffer son corps et se recentrer sur les autres, les élèves sont invités à se déplacer dans l'espace qui leur est octroyé en marchant, dans le silence. Le silence crée une atmosphère très particulière dans laquelle l'enseignant pourra attirer l'attention des élèves sur le contact de leurs pieds avec le sol, le mouvement de l'air qu'ils peuvent ressentir lorsqu'ils croisent d'autres enfants.

Puis il va s'immobiliser. Les enfants à leur tour, s'arrêteront. Lorsqu'il va reprendre sa marche, les enfants en feront de même.

Pour préciser les règles de ce rituel, l'enseignant pourra formuler cette consigne : « Nous allons jouer au jeu du « stop and go ». Ce jeu est très simple : il s'agit de s'arrêter de marcher lorsque quelqu'un du groupe s'arrête ; et de reprendre la marche dès que quelqu'un redémarre. Il faut donc bien regarder tous les copains et se tenir prêt : prêt à s'arrêter et prêt à redémarrer! »

Ainsi, dès qu'un enfant s'arrête, les autres l'imitent jusqu'à ce que tous s'immobilisent. Puis, dès qu'un enfant repart, les autres se mettent à marcher en même temps. Personne ne sait donc au départ qui va provoquer l'arrêt ou la reprise du mouvement.

Pour préparer leur souffle et leur voix, les élèves sont maintenant invités à faire une ronde : jeux de respiration et de vocalisation (de préférence les mêmes rituels que ceux utilisés en chorale).

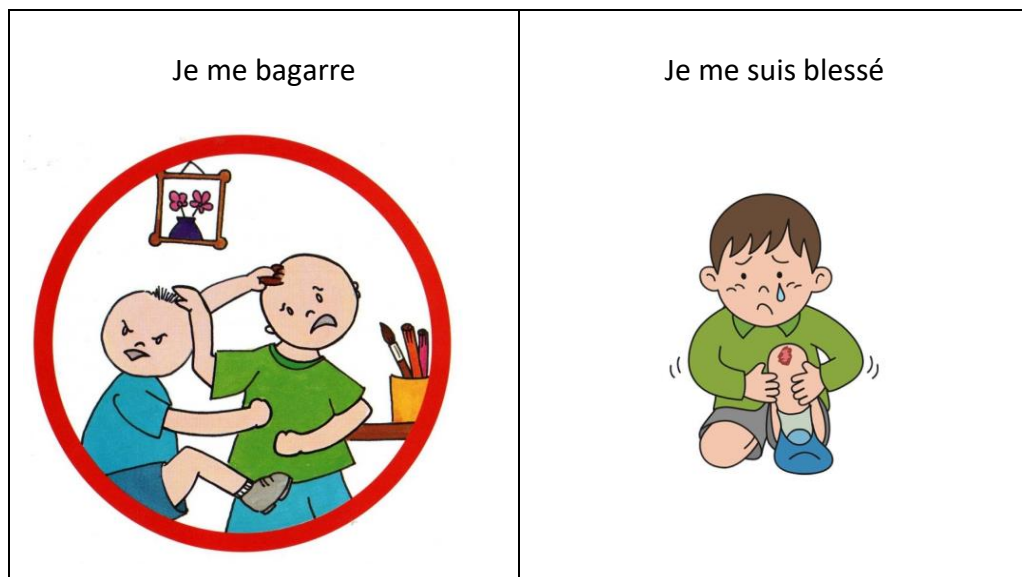
Pour préparer leur esprit créatif :

- interprétation d'une comptine enfantine avec une émotion différente : rapidement, lentement, très lentement, de façon aigue/grave/médium, en criant, en chuchotant, en zozotant puis tristement, gaiement, en colère
- travailler les entrées et les sorties : entrée côté jardin / arrière en interprétant un personnage (une mamie, un enfant de 3 ans, un chat, un robot, etc...), déambuler jusqu'au centre / avant, s'arrêter puis repartir côté cour / centre

## 2. L'expression théâtrale

Les élèves sont maintenant prêts à entrer dans l'activité d'expression, de recherche-crédation.

Par groupe de 4, 2 spectateurs et 2 acteurs, ils vont chacun leur tour devoir présenter les situations représentées sur des étiquettes : « Je me suis blessé » et « Je me bagarre ».



Chaque groupe de deux peut d'abord se concerter quelques minutes puis présenter leur proposition aux deux autres. Puis c'est l'inverse. A l'issue de ce premier temps, les élèves échangent entre eux et se mettent d'accord sur une représentation unique pour les 4. Les élèves viennent présenter leur travail par groupe de 4 à l'ensemble de la classe, sur la scène (on sera attentif aux entrées et aux sorties).

Pour chaque proposition, l'enseignant demandera aux élèves s'ils ont déjà vécu cette situation. Est-ce qu'ils se souviennent de ce qu'ils ont ressenti ? Il prendra en note les remarques pour s'appuyer dessus lors du débat à visée philosophique qui s'ensuivra (par petit groupe en classe).

### 3. Les rituels de fin

#### Le rituel allongé : se relâcher

Les enfants sont allongés au sol, immobiles. L'enseignant les invite à sentir le contact de leur corps avec le sol : d'abord la tête, le tronc, puis les bras, etc... Au signal, chacun change très lentement de position afin de réaliser de nouveaux contacts. L'enfant, guidé par l'enseignant, prend conscience de la nouvelle empreinte qu'il laisse au sol.

On peut progressivement quitter la position allongée, étape par étape, empreinte après empreinte, pour se retrouver debout.

#### Le rituel en cercle : se masser

Les enfants et l'enseignant forment une ronde et se tiennent debout.

L'activité commence par un automassage du visage, des pieds, des jambes et des autres parties du corps. L'oralisation de ces différentes parties par l'enseignant et la répétition de l'ordre de la séquence gestuelle favoriseront la ritualisation. L'enseignant s'appuie également sur l'énoncé de différents verbes d'action : pétrir, caresser, effleurer, frotter, essuyer, tapoter, etc...

Je me bagarre



Je me suis blessé



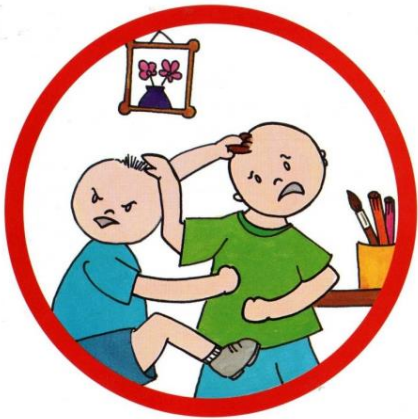
Je me bagarre



Je me suis blessé



Je me bagarre



Je me suis blessé



Je me bagarre



Je me suis blessé

