

04/10/2017

# Séminaire Chorégraphes, Entraîneurs et Officiels d'Arbitrage de ballet

Toulouse, 30/09 et 1/10 2017, *Synthèse des discussions*

Le traditionnel séminaire Chorégraphes – Entraîneurs – Juges de Ballet s'inscrivait cette année dans le cadre du Plan National de Développement engagé la FFSG, pour accroître en particulier le développement, via leurs entraîneurs, des athlètes du Ballet sur Glace.

Les intervenants de grande qualité, les animations qu'ils nous ont proposé d'expérimenter, peuvent être déployées avec intérêt et succès auprès des équipes de patineurs représentées.

L'ensemble des participants remercie la FFSG, la Ligue et la CSNB pour l'organisation parfaite de ce séminaire, dans un mode participatif, ouvert et constructif, enrichissant pour tous et pour la discipline des Ballets sur Glace tout entière.

## 1. Exercice Chorégraphique

**La diminution** (procédé chorégraphique choisi pour 2017-2018), est une variation de la répétition. Le Dictionnaire International la définit comme :

« *A choreographic sequence of movement that decreases upon repetition (Note: Diminution can be used to relate to size, energy, density, and number of movements in a sequence).* »

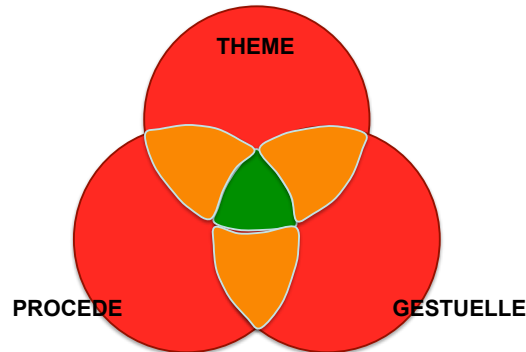
Ou : « *Une séquence chorégraphique de mouvement qui décroît de répétition en répétition. La diminution peut toucher la taille, l'énergie, la densité, le nombre de mouvement dans une séquence* ». Nos discussions ont permis d'identifier les dimensions suivantes, qui peuvent porter la diminution :

- La taille / forme / amplitude du mouvement, le motif
- La taille du groupe (nombre de patineurs dans un groupe ou sous-groupes)
- Le temps
- L'énergie (lourd -> léger)
- L'intensité de la carre (plus la carre est légère, et plus le cercle grandit – étonnant paradoxe !)



La cohérence des 3 éléments prescrits, peut être représenté de la manière suivante :

## Faire du thème, du procédé et de la gestuelle une œuvre cohérente



- La cohérence des 3 éléments prescrits est évaluée dans le 4<sup>ème</sup> critère de la note Chorégraphique de l'EC

03/10/2017

10

## 2. Création collective (Rabah Aliouane)

L'exercice de création réalisé en sous-groupes a conduit à plusieurs découvertes :

- Le thème est défini par un brainstorming (sans censure) des idées de chacun, qui rebondissent les unes sur les autres, affinent, approfondissent, et convergent.
- Poser la problématique dès le début (une petite fille marche sur un chewing-gum, qui l'ennuie, elle en achète un et ... tout commence)
- Tout ce qu'on met en scène doit avoir un sens : chaque personnage, accessoire, élément de décor, chiffre, symbole ... Un geste réalisé comme une suite de mouvements ne sera pas le même que s'il a une intention (venir à la table, prendre la bouteille, boire, par rapport à trouver une bouteille après trois jours dans le désert)
- Dans toute histoire il y a un conflit. Sans conflit (ou confrontation) il n'y a pas d'histoire.
- Toujours chercher à faire autrement (remettre en question sans cesse), pour faire passer davantage d'effet, de sens, de richesse, d'étonnement. On chorégraphie souvent à partir de mouvements types. Or on peut toujours générer (par un travail en commun notamment) d'autres mouvements et enrichir la chorégraphie. Ne pas avoir peur de se mettre en risque pour aller chercher au-delà. Là encore, ensemble. Faire le mouvement, rebondir sur les idées – ne pas se contenter d'imaginer un mouvement et de le transmettre.
- Chacun a sa « carte du monde ». Ce qu'on dit, fait ou demande, n'est jamais reçu de la même manière par ceux qu'on encadre ou manage. Il n'y a pas de technique pour que les 20 membres d'une équipe entendent la même chose. Un patineur qui ne comprend pas ne le fait pas pour nous ennuyer. Il me revient de trouver ses codes et de m'adapter. Plusieurs méthodes existent : donner du sens – toujours. Projeter des images. Suivre une logique. Demander à l'autre de réexpliquer. Etc.
- « Ce qui importe, en création, c'est comment on se nourrit. Ma créativité est fonction de ma curiosité. Les idées viennent de partout. Je vais voir de tout, tout le temps : mode, cinéma, théâtre, concert, ... Y compris les meubles ! Le cerveau emmagasine. Quand il



entrera dans une phase de recherche créatrice, il ira rechercher ce qu'il a accumulé. Je vois une bouteille d'eau j'entends le bruit qu'elle fait : j'en distribue à chaque spectateur, ils feront le bruit de la pluie ... Mes personnages, je les trouve dans la rue.

« S'inspirer, mais ne pas copier (cela sera toujours moins bon que l'original, dont les spectateurs se souviendront). En période de création, OSEZ ! Et allez au bout de vos idées, ne pas castrer la création. La créativité est fonction de votre niveau d'exigence. La réaction des autres à votre création vous nourrit aussi ».

- L'artiste crée son spectacle, guidé par tout ce qui l'a nourri. Pas par ce que les spectateurs voudront voir. Le piège du patinage, c'est de se cacher derrière la technique et de plaire au jury. Même les juges ont des conventions. La prise de risque permet d'aller de l'avant. « Faites-vous confiance là-dessus ».
  - A 7 ans, on a vécu l'ensemble des émotions. On sait s'y référer. Les adolescents ont du mal à s'exprimer. Les exercices corporels réalisés en amont (cf. Annexe Journée 1) aident à dégeler, à mettre en cohésion. La bienveillance du groupe aide. On peut tirer les patineurs sans être dans la violence, l'insulte ou l'humiliation. L'artiste se livre d'autant mieux qu'il se sent en confiance. « Il m'appartient de trouver les méthodes, verbales ou non, pour aider l'artiste quand il entre en scène. Pour réussir à le faire travailler et être bon malgré tous ses freins. Pour insuffler la dynamique au groupe ».
- « La valeur humaine est la plus importante du numéro. Le spectateur vient chercher la valeur humaine, bien avant le décorum ».

La créativité peut être nourrie par les spectacles, les vidéos (ne pas oublier celles des Arts du Cirque !), les sorties. Les idées de personnages, par les gens regardés dans la rue ou ailleurs. Le site « Pinterest » permet d'illustrer ses recherches visuelles (personnages, costumes, décors, ...).

**La forme vient du fond**, et non l'inverse. Une œuvre a forcément un sens.

## **ANNEXE – Animations proposées**

Les animations proposées par les intervenants **gagneront à être déployées, avec le déroulement logique qu'ils ont suivi, auprès des équipes elles-mêmes**. Elles leur permettront de sortir des cadres, des conventions, des codes traditionnels, des répétitions de choses déjà vues, pour favoriser la création de gestes, d'expressions, de vécu d'émotions qui favorisent l'appréciation du ballet.

Elles sont reprises ici dans ce but et pour mémoire.

### **Journée 1 – Rabah Aliouane : donner du sens !**

- Se coucher sur le dos, retrouver sa respiration, sentir sa posture, relaxer son corps). Puis marcher, de plus en plus vite, dans la foule des participants. Poursuivre la marche ... Avec quelqu'un qui vous poursuit. Il fait plus froid, beaucoup plus froid. Plus chaud, beaucoup plus chaud. Ressentir dans son corps, adapter son pas.
- (Par deux) L'un fait les gestes, l'autre le suit en miroir
- Le téléphone arabe du mouvement (en grand cercle). Un participant fait un mouvement, son voisin le répète tel qu'il le voit. Le voisin après lui répète le mouvement qu'il a vu



faire par son voisin immédiat, et ainsi de suite. On compare le mouvement à l'arrivée avec celui du départ.

- (Par 5) Un participant fait un mouvement, son voisin le reproduit en ajoutant son propre mouvement à la suite, et ainsi de suite (ne pas aller au-delà de 5 ou 6 participants à chaque fois).
- La télécommande (par deux, l'un tourne le dos à l'autre) : l'un appuie à un endroit du corps de l'autre (2, puis 5 points, selon un mouvement qu'il a préconçu), l'autre actionne chaque partie de son corps ainsi mobilisée.
- La transmission des émotions (en grand cercle), figurées par un ballon, à un autre du groupe.

## **Journée 2 au Lido, Ecole des Arts du Cirque, Camille Sicre et Mira-Martinez Benjamin**

« Le Cirque est un art, il s'enseigne dans le respect de la personne ». Le Lido de Toulouse travaille sur l'unicité de chacun, et la manière dont il peut renvoyer des choses aux spectateurs. Le travail du jeu d'acteur le distingue du cirque traditionnel. L'école promeut l'originalité des formes (plutôt que le code de pointage du patinage), l'intérêt des spectateurs (plutôt que celui des juges), anticipe l'échec pour qu'il ne se remarque pas (plutôt que de le faire redouter), propose un univers (plutôt qu'une performance).

Les Ballets donnent un cadre assez souple pour que les équipes puissent adopter une démarche analogue.

### ***Matinée :***

- Courir léger
- Echauffer chaque articulation
- **Le jeu des tapis (cohésion)** : trois équipes (de 7 ou 8) sont sur un tapis et doivent le plus rapidement possible faire avancer leur deuxième tapis sans qu'un membre de l'équipe pose son pied par terre.
- **Le jeu des numéros.** Objectif : augmenter la température corporelle et développer des capacités de concentration, mémorisation et vivacité, entrer dans le thème de la leçon.  
Déroulement : les élèves courent en dispersion. L'animateur annonce que le numéro 1 est associé à l'action « tous à plat ventre ». Ainsi, lorsque les élèves entendent « numéro 1 ! », ils doivent vite réaliser l'action correspondante. Ensuite, l'animateur annonce l'action à faire correspondant au numéro 2 (ex : tous les pieds en l'air) puis n°3 (en contact autre que les mains) n°4 (une statue représentant la colère) n°5 (réaliser un saut tordu) etc.

Possibilité d'aller au moins jusqu'à 5 numéros. Une fois présentés, l'animateur annonce les numéros dans le désordre et donne des gages aux élèves les plus en retard ou qui se sont trompés (ex : faire 3 sauts extension).

Les actions peuvent aussi concerner des actions motrices mais aussi des postures ou actions liées à du jeu d'acteur.



- **Le Promeneur et le Rocher :**

Etape 1 : Plusieurs élèves prennent une forme stable au sol : ce sont les cailloux. Les promeneurs marchent, se dirigent vers un caillou et donnent une partie de leur poids ou tout leur poids en s'appuyant sur le camarade au sol (notion de zone de toucher, d'appuis).

Etape 2 : les cailloux vont devenir vivants. Les élèves vont passer du rôle de caillou à celui de promeneur. Les promeneurs maintiennent la position quelques secondes puis se relèvent, deviennent à son tour caillou. L'élève caillou, lorsqu'il sent que son camarade s'en va se relève doucement puis devient promeneur à son tour.

- Deux par deux, passer à plat ventre sous les jambes du partenaire à tour de rôle, et aller au bout de la ligne droite en alternant (posture de félin ou de reptile).
- **Le sculpteur et les déménageurs (par 2)** : l'un joue le rôle de sculpteur, l'autre celui de la pierre à sculpter. Le sculpteur doit façonner son camarade en le manipulant. Thèmes proposés pour les sculptures : monstres ; la plus belle statue du monde (« M'as tu vu ? »). Quatre duos travaillent en même temps. Quand tous les sculpteurs ont terminé leur création, ils doivent collectivement ranger leur sculpture, en la portant délicatement pour l'amener dans le public.

- **La Machine à Prénoms :**

Objectif : favoriser le travail collectif, favoriser l'entente et l'écoute. Travail sur les bruitages et leur niveau sonore afin que les spectateurs l'entendent.

Les élèves vont avoir une contrainte de création, un temps de recherche pour proposer une machine, puis démonstration des groupes.

Déroulement : Les élèves sont par groupe de 4 ou 5.

Un élève se place dans une position et commence par faire un geste associé à son prénom. : Le second se place en amont ou en aval de l'action précédente, dans une autre position, et cale au bon moment un geste et son prénom en rapport avec la première action etc.

Chaque élève a un geste et un prénom qui lui sont propres. Le groupe présente selon la séquence : 1 ; 1-2 ; 1-2-3 ; 1-2-3-4 ; 1-2-3-4-5 ; cette dernière est répétée 3 fois avec une intensité croissante. Nous jouons ainsi sur le comique de répétition, car la machine va être réalisée plusieurs fois.

- **La Pyramide humaine** : à une dizaine, les plus forts en bas, les plus légers en haut. Deux propositions : Un groupe => quatre pattes sur quatre pattes (4 élèves se mettent à quatre pattes, 3 élèves viennent se positionner sur leurs camarades puis deux en troisième hauteur). Un groupe => colonne basque : les voltigeurs sont sur les cuisses de leurs porteurs. Porté en rond à la manière des Basques.



### **Après-midi :**

- **Echauffements** : (par 2, l'un debout, l'autre penché bas, dos arrondi) tapes dans le dos, les fesses, les cuisses-jambes jusqu'aux orteils, les épaules-bras.
- **Tac-Roule-Tac-Passe**, puis Tac-Cou-Tac-Passe.  
Objectif : situation collective de jonglage basée sur rythme

Tous en cercle assis, avec une balle.

Circulation des balles en synchro, unisson, et de manière rythmique.

On commence avec la balle dans la main gauche. Au départ, on tape la balle par terre (en disant TAC), puis on fait passer en roulant dans l'autre main (en disant ROULE), puis on retape (en disant TAC) et on fait rouler vers son camarade de droite (en disant PASSE). Puis on enchaîne sans accélérer. On peut changer de sens. On peut doubler le premier tac..

- **Passings à 2, à 3 et 5 balles :**

On commence assis, face à face, en faisant rouler les balles pour se donner du temps puis on passe debout avec des lancés en cloche.

- Passing à 3 balles
  - Assis face à face jambes écartées ou debout
  - Quand on choisit son rôle (croisé ou parallèle), on le garde
  - Celui qui a deux balles commence par envoyer dans la main libre du partenaire
- Passing à 5 balles (au sol en faisant rouler puis debout)
  - Celui qui a trois balles commence
  - On lance avant de rattraper celle du partenaire (jamais deux balles dans la même main)
- (Techniques d'agrès et d'équilibres non reprises ici)

L'ensemble des techniques apprises peut ensuite donner lieu à une création en groupes de 7 ou 8. Chaque groupe peut être aidé par des consignes précises (moins on a de temps de préparation, et plus les consignes sont importantes). Par exemple, chaque groupe doit trouver :

Une entrée : un groupe en sautillant, un autre en virevoltant, un troisième emmêlé.

Un porté de groupe (pyramide)

Un tableau selon la technique qu'il a choisie et une histoire. Exemple de thèmes : « coquillages et goélands », « Western », « Dents de la Mer ».

Dans la ligne du thème assigné, une « chute » à l'histoire.

### **Midi : l'expérience créatrice de Michel Navarro (Acrostiches)**

On choisit un thème, qu'on explore, une suite logique (ici, l'origine du monocycle électrique). Et on cherche et teste, avec l'œil d'un metteur en scène.

Etant donné un objet, que puis-je en faire ?

- Déjà, apprendre à en maîtriser la technique (attention cependant, certains « trucs » techniques complexes peuvent rendre moins que des « trucs » plus simples)



- Associer à une autre technique, que l'on maîtrise par ailleurs (jonglage, chant, guitare, acrobaties, ...)
- Détourner l'objet de son usage usuel, ajouter des accessoires, créer du matériel si nécessaire,
- Chercher les effets comiques qu'il porte (il s'échappe et on lui court après, ...)
- Chercher des attitudes et des mouvements cohérents (ou non) avec lui
- Chercher des « manipulations » (donner à voir ce qui doit se passer et ne se passera pas, se servir des imprévus pour créer des événements, ...)  
« Faire l'idiot » - quand on maîtrise bien l'objet. C'est dans la fragilité qu'on va trouver – et transmettre – des émotions. La performance n'est pas la seule à procurer l'émotion (cf. la surenchère technique permanente du cirque chinois).

