

PROGRAMME ANNUEL — ATELIER THÉÂTRE ENFANTS

Septembre 2026 → Juin 2027 · 40 séances · 2 heures / semaine

Programme annuel de 40 séances de 2 heures, de septembre 2026 à juin 2027, conçu pour des enfants. Trois axes structurent le parcours : **LE CORPS**, **L'IMAGINAIRE** et **LE COLLECTIF / LE GROUPE**. Les notions sont transmises par le jeu, le mouvement, l'image, la voix, l'improvisation et la création collective.

Principes pédagogiques

La pédagogie part de l'enfant en mouvement. Chaque séance alterne sécurité et liberté : rituel d'entrée, transmission courte et concrète, puis exploration pratique. Les influences de Lecoq, mime, clown, danse, improvisation, Butoh et théâtre gestuel sont adaptées à l'âge, avec priorité donnée à l'écoute, au plaisir, à la coopération et à la confiance.

Structure type d'une séance — 2 heures

Temps	Contenu	Objectif
15–20 min	Échauffement : respiration, appuis, mobilisation, marche, regard, écoute, jeu d'attention.	Mettre le corps en disponibilité et créer la présence.
20–25 min	1re partie — Théorie / transmission : notion du jour, démonstration, vocabulaire, observation.	Comprendre avant d'explorer; donner des outils concrets.
60 min	2e partie — Pratique : exercices progressifs, improvisations, contraintes, composition.	Transformer la notion en expérience scénique.
15 min	Retour / trace : partage, verbalisation, courte reprise ou consigne pour la semaine.	Intégrer, nommer les découvertes et nourrir le groupe.

La structure reste stable toute l'année; les contenus, eux, progressent du simple vers l'autonome, de l'exercice vers la création.

SEPTEMBRE — Mon corps sur scène

Thème 1 · LE CORPS : conscience, espace, mouvement

Séance	Échauffement	Théorie / transmission	Pratique / création
1. Je découvre mon corps	Respiration ludique + réveil des articulations	Corps acteur : appuis, équilibre, regard.	Marcher comme différents personnages; stop/go; statues.
2. Les niveaux	Jeu des hauteurs : sol, moyen, haut	Espace et niveaux; se rendre visible.	Parcours au sol; géants/nains; changements de niveaux.
3. Les directions	Marche avec signaux	Avant/arrière/côté/diagonale; orientation.	Chef d'orchestre corporel; parcours en groupe.
4. Mon corps raconte	Échauffement musical	Geste, posture, intention.	Faire deviner une émotion ou action sans parler.

OCTOBRE — Transformer le corps

Thème 1 · LE CORPS : mime, animaux, rythme

Séance	Échauffement	Théorie / transmission	Pratique / création
5. Le mime	Mains/visage + jeu du miroir	Faire croire à un objet invisible.	Mur, corde, vent, boîte magique.
6. Les animaux	Déplacements + imitation	Centre de gravité et observation.	Animal → humain; créer un personnage animal.
7. Les rythmes	Percussions corporelles	Tempo, répétition, silence.	Créer une petite chorégraphie; répondre au rythme d'un autre.
8. Les statues	Mobilisation + immobilité	Image fixe et composition.	Tableaux vivants à 2, 3, puis tout le groupe.

NOVEMBRE — Le corps et les émotions

Thème 1 · LE CORPS : expression, relation, transformation

Séance	Échauffement	Théorie / transmission	Pratique / création
9. Joie / tristesse	Respiration + visages	Émotion exprimée par le corps.	Passer d'une émotion à une autre; mini-scènes.
10. Peur / courage	Jeu des ombres + appuis	Corps qui se ferme / s'ouvre.	Traverser un espace imaginaire; duo courageux.
11. Le miroir	Échauffement en binômes	Écoute visuelle et synchronisation.	Miroir lent puis rapide; leader invisible.

Séance	Échauffement	Théorie / transmission	Pratique / création
12. Petite création	Reprise des jeux préférés	Début, transformation, fin dans une forme physique.	Créer une scène sans paroles de 3 minutes.

DÉCEMBRE — J'imagine avec mon corps

Thème 2 · L'IMAGINAIRE : objets, lieux, personnages

Séance	Échauffement	Théorie / transmission	Pratique / création
13. Objet magique	Mains + imagination	Faire exister un objet absent.	Découvrir, utiliser, partager un objet imaginaire.
14. Lieux imaginaires	Marche + sons	Créer un lieu par le corps.	Jungle, lune, château, mer; traversée collective.
15. Métamorphoses	Mouvements progressifs	Se transformer sans couper le jeu.	Chenille/papillon; pierre/eau; humain/créature.
16. Histoire sans paroles	Échauffement de groupe	Raconter par images successives.	Créer une histoire en 5 tableaux.

JANVIER — Le personnage inventé

Thème 2 · L'IMAGINAIRE : clown, personnages, situations

Séance	Échauffement	Théorie / transmission	Pratique / création
17. Ma démarche	Marche + variations	Un personnage peut naître d'une démarche.	Créer 3 démarches et choisir un personnage.
18. Le clown	Jeux de regard + rire/raté	Jouer avec l'échec et la surprise.	Entrées clown; petit problème à résoudre.
19. Le costume imaginaire	Mobilité + transformation	Le corps peut porter un costume invisible.	Roi, astronaute, sorcière, explorateur...
20. Improvisation	Jeux d'association	Écouter, accepter, proposer.	Improvisations courtes avec lieu/personnage/objet.

FÉVRIER — Raconter ensemble

Thème 2 · L'IMAGINAIRE : histoire, images, voix

Séance	Échauffement	Théorie / transmission	Pratique / création
21. Bruits et sons	Voix + percussions corporelles	Sonoriser une histoire.	Créer pluie, forêt, ville, monstre.
22. Grommelot ludique	Articulation + souffle	Jouer avec une langue imaginaire; intention claire.	Dialogue incompréhensible mais expressif.
23. Les images	Statues + transitions	Raconter par tableaux.	Créer 6 images pour raconter une aventure.
24. Petite histoire	Échauffement collectif	Qui? Où? Problème? Solution?	Créer une histoire de groupe de 5–7 min.

MARS — Le groupe devient un personnage

Thème 3 · LE COLLECTIF : écoute, confiance, coopération

Séance	Échauffement	Théorie / transmission	Pratique / création
25. Le cercle	Marche + regard	Règles de jeu collectif : regarder, écouter, attendre.	Jeux de réaction; impulsion qui circule.
26. Le leader	Mobilisation en groupe	Suivre sans parler; changer de leader.	Conduite collective; leader invisible.
27. Le rythme commun	Percussion corporelle	Synchronisation et attention.	Créer une pulsation commune; ruptures.
28. L'image collective	Statues	Composer une image lisible à plusieurs.	Maison, bateau, forêt, machine; transformations.

AVRIL — Coopérer pour créer

Thème 3 · LE COLLECTIF : confiance, solidarité, jeu

Séance	Échauffement	Théorie / transmission	Pratique / création
29. La mission	Échauffement de coopération	Objectif commun et répartition des rôles.	Résoudre une mission imaginaire en groupe.
30. La confiance	Respiration + écoute	Prendre soin du partenaire; sécurité du jeu.	Jeux guidés sans pousser ni tirer; conduite vocale.
31. Le chœur	Voix + mouvement	Un groupe peut parler/agir comme un seul corps.	Chœur de mots, sons et mouvements.
32. Créer ensemble	Jeu collectif préféré	Choix, négociation, organisation.	Créer une scène collective de 5 minutes.

MAI — Construire notre spectacle

SYNTHÈSE : corps + imaginaire + groupe

Séance	Échauffement	Théorie / transmission	Pratique / création
33. Choisir l'histoire	Échauffement libre	Dramaturgie simple et choix collectifs.	Choisir thème, personnages, scènes.
34. Mettre en espace	Corps + déplacements	Entrées, sorties, tableaux, transitions.	Première mise en place.
35. Répéter	Échauffement ciblé	Écouter les partenaires et mémoriser.	Filage; corrections; répétition par petits groupes.
36. Donner vie	Voix + présence	Présence au public; jouer ensemble.	Filage complet; ajustements.

JUIN — Jouer ensemble

SYNTHÈSE : autonomie, joie du jeu, représentation

Séance	Échauffement	Théorie / transmission	Pratique / création
37. Affiner	Échauffement choisi par les enfants	Précision sans perdre le plaisir.	Nettoyer gestes, voix, déplacements.
38. Filage 1	Rituel collectif	Continuité et entraide.	Filage complet; retours simples et positifs.
39. Filage 2	Concentration ludique	Gérer excitation et trac.	Filage comme devant un public.
40. Fête du théâtre	Échauffement ritualisé	Partager ce que nous avons appris.	Représentation finale + cercle de célébration.

Projet final — « Notre monde en mouvement »

Une création collective de 15 à 25 minutes, construite par les enfants à partir de leurs corps, de leurs personnages imaginaires, de leurs sons, de leurs histoires et de leurs propositions de groupe. Chaque enfant contribue à la création; l'objectif est autant la coopération que le résultat scénique.

Fil rouge de l'année

Mon corps → mon imagination → mon personnage → mon partenaire → mon groupe → notre histoire → notre spectacle.

Objectifs en fin d'année

Développer conscience corporelle, coordination, expression émotionnelle, imagination, écoute, confiance, prise de parole, respect des autres, coopération, mémorisation, créativité et plaisir du jeu. Le groupe apprend à créer ensemble sans effacer les personnalités individuelles.

Cadre de groupe

Le cadre repose sur quatre règles simples : sécurité, respect, écoute et droit au jeu. Les consignes sont adaptées au niveau des enfants et les exercices de confiance restent toujours progressifs et non coercitifs.