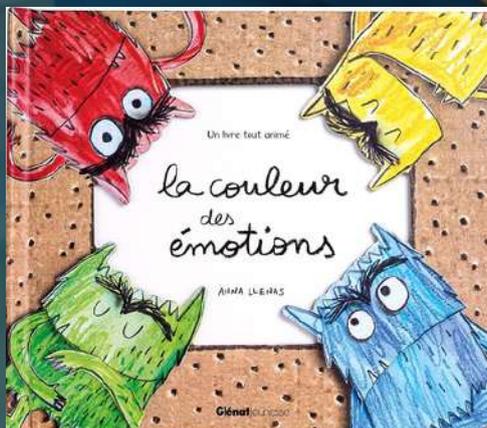


compagnie
Phase
mon coeur en couleurs

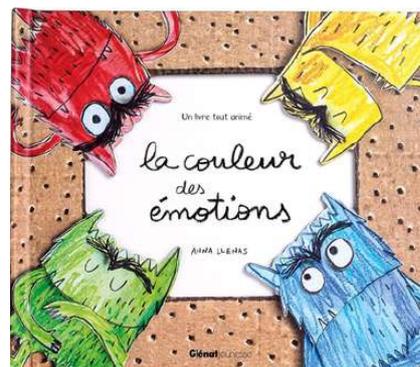
100% culture à l'école

D'après le livre de Anna Llenas



« La couleur des émotions »

de Anna Llenas



CONTENU CULTUREL : SYNOPSIS

“ Le monstre des couleurs se sent tout barbouillé aujourd'hui. Ses émotions sont sens dessus dessous ! Il ne comprend pas ce qui lui arrive. Réussira-t-il à mettre de l'ordre dans son cœur et à retrouver son équilibre ? Un livre tout animé pour découvrir ses émotions. “

Présentation du projet

D'un monde où la binarité s'impose et les extrêmes se creusent, **la couleur**, au contraire, se veut dans ce projet **porteuse de nuances et d'espoir**. Ces nuances, ces reliefs, on les retrouve en découvrant le livre d'Anna Llena “La couleur des émotions”.

Ici le but étant d'**accompagner l'enfant dans l'exploration de ses ressentis**, de ses émotions en les imaginant, en les créant et en les personnifiant. Les rendre réelles et palpables, les mettre en mouvement pour créer une nouvelle relation avec elles.

Une fois que j'ai une approche apaisée de celle-ci, je peux alors mieux comprendre l'autre en développant des notions d'empathie et de tolérance. **Accueillir ses émotions et les embrasser grâce au langage corporel**, laisser son corps les exprimer à travers le vocabulaire chorégraphique.

“Mon cœur en couleurs” est un projet qui fait danser le cœur par le biais de l'expression corporelle. Grâce aux différents outils chorégraphiques, aux accessoires et costumes, l'enfant explore sa sensibilité et sa créativité en se familiarisant avec son corps et en lui permettant de s'exprimer librement.

PROGRESSION ÉDUCATIVE

La Compagnie Phase propose aux enseignants de travailler sur ce livre en parallèle de ce que l'intervenant chorégraphique va proposer afin d'en appuyer le propos, la pertinence et que l'enfant puisse plus facilement faire des liens.

Pistes de travail pour les enseignants

- Lecture et découverte du livre “La couleur des émotions”
- Identification des personnages : Le monstre des couleurs, l'amie-la petite fille
- Le “Coeur” : l'organe physique, le lien au ressenti, à la vie (respiration)
- Le “flacon étiqueté” : rangement/contenant (forme), la notion de discernement/de séparation. Utiliser cinq contenants vides par élève, chacun y dépose des images qu'il associe à chacune des émotions.
- Les différentes émotions, leur définition, leur identification et leur manifestation dans la vie quotidienne : la joie, la tristesse, la colère, la peur et la sérénité.
- L'amour : une émotion qu'on ne range pas, qu'on ne définit pas (dans le livre : la couleur, ce qu'elle “éprouve”). Qu'est-ce que s'aimer ? Aimer l'autre ? Y associer des images et métaphores.
- Confection d'un costume par élève.

Axes pédagogiques des ateliers chorégraphiques

Eveil corporel

- **À la découverte de son corps**

De façon ludique, nous découvrirons chaque partie de notre corps de façon statique et en mouvement. Dissociation, mise en mouvement et globalité de celui-ci.

- **Rythmicité, musique et temps**

Les rythmes corporels : le corps émetteur de musique accompagne le travail de mémorisation. La notion de durée et de tempo permettent à l'enfant d'apprendre à coordonner ses mouvements et de se synchroniser avec la musique.

- **Espace commun et personnel**

Découverte de son propre espace interne, prendre en compte la “3 dimension” et les volumes. Se mouvoir dans un espace libre, un espace défini où la scénographie pose des limites. Se situer par rapport à l'autre ou aux autres, savoir «être ensemble».

- **Structure et apport d'un cours de danse**

Respect des consignes, écoute, implication physique et sensible, respect de son corps et de celui de l'autre, ouverture d'esprit et tolérance. Exigence sur la qualité et l'exécution du mouvement.

- **Imaginaire et sensibilité**

Développer la créativité de l'enfant, utilisation de métaphores et d'images, vocabulaire poétique, expression libre de la sensibilité de chacun.

Travail autour de "La couleur des émotions"

- **Les états de corps** : travail intérieur, ressenti/émotion qui initie le mouvement.
 - Intention, moteur du mouvement: monde du dedans qui se répercute et définit la qualité du mouvement.
 - Les déplacements à travers les verbes d'action (jaillir, onduler, se recroqueviller, flâner, s'entourer etc...).
 - Dissociation du corps, segmentation et mobilité de chaque partie.
- **Le monde des 5 émotions** : 5 espaces/zone extérieure (nature, imaginaire) influence le mouvement.
 - Sur le soleil (joie) : enjoué, sauts, expression vive.
 - Dans l'eau (la tristesse) : corps liquéfié, fluide, du haut vers le bas.
 - L'orage (la colère) : éclatant, sonore (voix), rapidité.
 - La forêt de nuit (la peur) : se cacher, éviter, se faire petit, course, immobilité, fermeture du corps.
 - Le champ de fleurs (la sérénité) : légèreté du corps, sourire, déplacements lents, ouverture du corps.
 - Dans son cœur (l'amour) : libre à chacun de l'exprimer, interaction avec l'autre et les autres, et se donner de l'amour (image d'un verre vide que l'on remplit d'amour).
- **Créer ses propres personnages** : imaginer et construire son personnage (aspect physique, forme, couleur...etc) relié à chacune des émotions. Définir un nom pour chacun.
 - Faire danser chaque personnage.
 - Gestuelle précise et unique : interprétation personnelle.
 - Contraintes du costume, influence sur le mouvement.
- **Chorégraphie arc-en-ciel** : reliée au monstre des couleurs, démystifier son personnage pour faire converger les émotions toutes ensemble, en harmonie. Légitimité de leur existence et de leur cohabitation dans le cœur et le corps.
 - À partir des costumes confectionnés en classe.
 - Structuration d'une chorégraphie : comptes, tempo, mémorisation, synchronisation et coordination.
 - Travail d'interprétation et répartition des élèves en groupe.

DÉROULÉ DES SÉANCES

2 heures d'intervention par semaine (2x1 heures pendant 6 semaines) :

12 heures d'ateliers pour 1 classe - Deux classes minimum sont prises en charge (24 heures).

Toutes les séances se composent d'un éveil corporel, puis d'une mise en mouvement dans l'espace et pour finir l'apprentissage d'une chorégraphie. Ici, nous favorisons la répétition et l'imprégnation afin de permettre au corps de l'enfant de se souvenir et de se créer des repères. Au fur et à mesure des séances, nous complexifions un peu plus les exercices proposés en les affinant à travers nos exigences (qualité du mouvement, respect de la consigne, écoute de la musique, coordination plus complexe etc..). Nous nous adaptons au rythme de l'enfant tout en respectant les objectifs fixés.

Séance type (1 heure)

- **Associer son nom à un mouvement qui lui est propre.**
- **Travail sur les rythmes corporels :** transmission d'une phrase rythmique, mémorisation et reproduction sur le corps. Celle-ci change toutes les semaines.
- **Nommer les différentes parties du corps et les mobiliser dans l'espace statique et l'espace général.** Toucher la partie du corps verbalisée, froter, découvrir sa physiologie (forme, longueur, angles de mouvements...etc).
- **Jeux autour des appuis :** déplacement dans l'espace au sol et travail de l'équilibre sur les appuis (4, 3, 2).
- **Descendre et remonter :** travail sur les niveaux et comment aller au sol et se relever selon un tempo différent. Explorer les différents chemins pour y parvenir. Travail autour du poids et de la suspension.
- **Traversée dans l'espace autour des verbes d'action :** d'un point A à un point B, selon un tempo, une division de l'espace en 3 et de mouvements différents.
- **Les « Zones » :** Expérimenter de façon libre différents états de corps (en lien avec la thématique du monde aquatique) et explorer l'état de corps : support en papier crépon.
- **Écoute de la musique :** échanges autour du rythme, des instruments, de la mélodie et de l'univers musical de celle-ci.
- **Apprentissage de la chorégraphie :** plusieurs phrases chorégraphiques en corrélation avec les costumes choisis et le décor proposé. Au fur et à mesure, l'enfant apprend la chorégraphie dans son intégralité. Répétitions et corrections.

Intervenants

1 à 2 artistes chorégraphique :

- Sophie Boursier
- Océane Sasizza

Matériel

- Tapis de danse ou sol adapté à la danse (chaussettes).
- Matériel de diffusion sonore (chaîne Hi-Fi ou enceinte et câble jack)
- Costumes et décor fabriqués avec l'enseignant pendant le temps scolaire
- Papiers crépon et/ou foulards, en lien avec l'ouvrage "La couleur des émotions"



BIOGRAPHIES INTERVENANTES

Sophie Boursier - artiste chorégraphe

Sophie est née en 1990 à Grasse (06) et fait ses classes en danse-études chez Rosella Hightower tout en menant des études de solfège et de clavecin au Conservatoire de Cannes. Elle continue d'étudier au CNRR de Nice, puis obtient son prix du Conservatoire en danse contemporaine à l'âge de 16 ans, ainsi que son Diplôme d'Etat de professeur de danse contemporaine à l'âge de 20 ans à (ISDAT Toulouse) ainsi qu'une Licence en Théorie et Arts du spectacle (Université de Nice) en 2012. Sophie part se former auprès de différents pédagogues et chorégraphes en Allemagne : Essen (Folkwang Hochschule), Düsseldorf (Nir de Wolff, Michael Loehr, Gabriela Steiger...etc), à Vienne (Kenji Takaji, Peter Jasko) et Bruxelles (Win Wandekeybus).

Danseuse interprète freelance, Sophie travaille avec les chorégraphes Samir Elyamni ("Des corps et des corps", "Constellations") Eugénie Andrin ("Issue") et Jeff Bizieau ("Eclats Terrestres"). Elle est également interprète pour de nombreuses productions de l'Opéra de Monte-Carlo ainsi qu'à l'Opéra de Saint-Etienne, le Grand Théâtre de Tours, l'Opéra Royal de Muscat (Oman) et l'Opéra de Liège ("Tannhauser", "Thais", "Adrianna Lecouvreur", « La Bohème », « Guillaume Tell » .. etc.). Depuis 2018, elle collabore régulièrement avec Jeff Mills, (Dj pionnier de la musique de Techno, Detroit USA) : "Units" - Axis Record (Paris/Miami), "The Night Watch" (Rijksmuseum, Amsterdam), "Weapons" (exposition Salon d'Art Contemporain Monaco).

Sophie est directrice artistique, chorégraphe et interprète de la Compagnie Phase (Nice) qu'elle co-fonde en 2015 avec Charlotte Lafaye dont le travail est soutenu par la Ville de Nice et le département des Alpes-Maritimes. Son travail chorégraphique tend à développer le lien entre sensorialité et motricité, les conditionnements humains sont au cœur de ses créations. Elle concentre son travail autour de la musique et plus particulièrement la musique électronique dans sa dimension de trans, de dépassement. Sophie est à l'origine de cinq créations scéniques : "Obsolescere", "Transire", "Perceptio", "Sada" et "SOPHIA" ainsi que de plusieurs performances in situ : «Above, the tears » (création 2025), «Nahda », « Le monde d'en haut », « L'envol d'Icare », « Transire, les prémices »: dans les Alpes Maritimes, les Bouches du Rhône, à Monaco, Paris, en Suisse et aux Pays-Bas.

Sophie est également jury pour le Bac Option Danse (Rectorat de Nice). Elle a enseigné la danse contemporaine dans plusieurs écoles privées dans les Alpes Maritimes (A-corps danse, Masterclass danse), donne régulièrement des workshops/masterclass (Studio Antipodes, 109 - CNRR Nice - Forum Jacques Prévert, Carros - Conservatoire d'Aubagne, Collectif La Réplique) ainsi que dans de nombreuses écoles maternelles, primaires, collèges et lycées des Alpes Maritimes (Collège Port Lympia, Lycée Appolinaire, Ecole maternelle les Magnolias, Lycée Magnan...etc.) ainsi qu'en Finlande (Institut Français) et en Allemagne (Essen).

BIOGRAPHIES INTERVENANTES

Océane Sasizza - artiste chorégraphe

Originaire de Nice, Océane Sasizza commence à se former au Millenium Dance Center. Elle s'oriente à l'âge de 18 ans vers la danse contemporaine. En 2015, elle est engagée en tant qu'apprentie au sein de la Compagnie Nationale de Malte, Zfin Malta Danse Ensemble, dirigée par Mavin Khoo. En 2016, elle intègre le Ballet Junior de Genève. Au cours de ces deux années, elle danse les pièces de nombreux chorégraphes tels que Barak Marshall, Hofesh Shechter, Olivier Dubois, Cindy Van Acker, Roy Assaf, Sharon Eyal, Emmanuel Gat, Jan Martens. En 2018, elle commence sa carrière de danseuse interprète et travaille pour Lucía Piquero basée à Malte pour le projet "Eigenlicht", puis intègre en 2019 la compagnie Christine Hassid Project pour le projet "N'ayez pas peur !". Elle travaille également en 2019 pour la compagnie James Wilton Dance pour le projet "The storm" en Angleterre. En 2020, elle commence à travailler avec Sarah Baltzinger où elle assurera le second cast du solo "Don't you see it coming".



Phase^{compagnie}

CONTACT

Direction artistique

compagnie.phase@gmail.com

Communication et Coordination

production.phase@gmail.com

Administration

lemaildemarion@realizlesite.fr

Siège social

89 route de Turin

Realiz C/O L'Entre-Pont

109, Pôle des cultures

contemporaines

06300 Nice

SIRET : 80809822200033

Code APE : 9001Z

Licence : L-R-21-12761

Agrément CAESSEP

Académie de Nice

www.compagniephase.com

