

**Institut de Formation des musiciens intervenants  
Université Toulouse Jean Jaurès**

**Diplôme Universitaire de Musicien Intervenant**

# **STAGE DE PÉDAGOGIE DALCROZE**

**Avec l'intervenant Jean-Marc Aeschimann**

**présenté par : Quentin Morales et Clara Schmitt  
*du 7 au 11 septembre 2020***



« Toute ma méthode repose sur ce principe que l'étude de la théorie doit suivre la pratique, que l'on ne doit enseigner des règles aux enfants que lorsqu'on les a mis à même d'expérimenter les faits qui ont engendré ces règles, et que la première chose que l'on doit enseigner à l'enfant c'est l'usage de toutes ses facultés. C'est ensuite seulement qu'on lui fera connaître les opinions et les conclusions des autres. Avant de semer la graine, il faut préparer le terrain.»

Émile Jaques-Dalcroze



# Table des matières

<b>INTRODUCTION</b> .....	<b>p.1</b>
<b>1. Mouvement corporel et expression musicale</b> .....	<b>p.2</b>
<b>1.1. La musique est mouvement, le corps est un instrument</b> .....	<b>p.2</b>
<b>1.2. Les exercices</b> .....	<b>p.3</b>
<b>2. Un cheminement progressif et ludique</b> .....	<b>p.6</b>
<b>2.1 Au sein d'une même activité</b> .....	<b>p.6</b>
<b>2.2 De la série d'exercices vers la création musicale</b> .....	<b>p.12</b>
<b>3. La posture du pédagogue</b> .....	<b>p.16</b>
<b>CONCLUSION</b> .....	<b>p.20</b>
<b>REMERCIEMENTS</b> .....	<b>p.21</b>
<b>BIBLIOGRAPHIE</b> .....	<b>p.22</b>
<b>ANNEXES</b> .....	<b>p.23</b>
<b>A) Exercices et activités effectués au cours du stage</b> .....	<b>p.23</b>
<b>B) Archives audio et vidéo</b> .....	<b>p.40</b>
<b>C) Partitions originales</b> .....	<b>p.41</b>

# INTRODUCTION

Tous les ans au début de l'année scolaire, les promotions toulousaines de première et deuxième année de l'Institut de Formation de Musicien Intervenant ont la chance de réaliser un stage de plusieurs jours sur la pédagogie Dalcroze.

Suite à une brève rencontre avec cette pédagogie dans le passé, nous avons souhaité approfondir le sujet en réalisant ce premier rapport de stage de l'année. C'était également pour nous un moyen de nous impliquer rapidement dans la formation.

Cette pédagogie a été créée par Émile Jaques-Dalcroze (1865-1950), qui était musicien, compositeur et pédagogue. Il mit en place sa pédagogie au conservatoire de Genève en Suisse entre 1892 et 1910. Dans le but de développer les aptitudes musicales de ses élèves, il invente toute une série d'exercices basés sur le rythme, le solfège et l'improvisation. Au travers de jeux et d'exercices principalement corporels et de déplacement, la musique et le mouvement vont se retrouver associés, les fondements de la musique seront ainsi pratiqués de manière physique et souvent maîtrisés sans être intellectualisés. Cet apprentissage qui fait passer l'instinct avant l'analyse favorise l'assimilation et convient particulièrement bien aux enfants.

Depuis 1915 jusqu'à aujourd'hui, ces principes sont enseignés partout dans le monde et notamment à l'Institut Jaques-Dalcroze de Genève en Suisse, où enseigne Jean-Marc Aeschmann, notre intervenant pour ce stage.

Au cours de ce rapport, nous allons explorer trois axes de réflexions qui nous ont paru pertinents. Tout d'abord nous verrons le lien entre mouvement corporel et expression musicale, qui est la fondation de cette pédagogie. Ensuite nous aborderons le cheminement progressif et évolutif des exercices et leur aspect ludique. Enfin nous conclurons par l'étude de quelques éléments caractéristiques, pour nous, du positionnement pédagogique de l'intervenant, la posture du pédagogue. Tout cela en alternant narration et pistes de réflexion pédagogiques, du point de vue de l'élève et de notre point de vue de futurs intervenants.

## ***Mouvement corporel et expression musicale***

Une grande partie de ce stage avec Jean-Marc consistait à courir, sauter, nous déplacer de différentes manières, ensemble ou non, sur de la musique ou simplement dans le ressenti de notre propre corps. Malgré que nous ayons beaucoup fait de musique, nos instruments auront finalement peu servi. Nous avons abordé durant ce stage des notions corporelles au travers de différentes approches actives. L'intervenant en a ensuite expliqué les concepts, puis tout s'est consolidé au travers de jeux d'improvisation, de compositions, de petites représentations et de performances.

### **1.1 La musique est mouvement, le corps est un instrument**

"La danse, c'est de la musique avec le corps" nous disait, Jean-Marc Aeschmann, notre intervenant pendant ce stage.

La danse et le lien avec le corps de manière générale est primordial dans la pédagogie Dalcroze. La conscience corporelle et la fusion entre l'esprit et le corps sont essentielles pour ressentir la musique le plus sensiblement et justement possible. Dans les exercices proposés, il y a une obligation à la réflexion de coordination des mouvements. Par exemple, frapper un rythme avec ses mains sur son corps et au sol, et en même temps parler/chanter un rythme différent. La coordination entre le corps et l'esprit est bien présente, notamment grâce à l'ouïe, et aux sens de manière plus générale. Il y a ici un travail d'écoute, qui passe par un processus d'intégration intellectuelle, et qui est transmis par le corps.

Un exemple d'exercice réalisé avec Jean-Marc était celui de la ronde synchronique. En nous déplaçant en cercle, les uns derrière les autres, nous devons tout d'abord marcher, puis nous devons accélérer, ralentir et nous arrêter tous en même temps en gardant le même tempo. Cet exercice fait travailler l'écoute, l'attention, et crée un esprit d'équipe et une cohésion de groupe.

*Note : Pour plus de détails concernant le déroulement de cet exercice, se référer aux annexes en fin de dossier (Exercice n°38).*

“On ne devrait pas avoir à cœur d'apprendre aux enfants les mots tempo et pulsation mais plutôt de leur faire sentir et ressentir par imitation ce que c'est. Qu'ils trouvent eux-même une façon de l'expliquer et seulement à ce moment-là, on pourra leur donner le vocabulaire.”

Jean-Marc Aeschmann

Ainsi il est important de favoriser l'apprentissage par imitation dans un premier temps, puis seulement une fois l'expérience faite mettre des mots sur celle-ci.

Il existe 3 catégories d'apprentissage, le visuel, l'auditif, et le kinesthésique. Il est important de les mettre toutes en valeur pour ne laisser aucun élève de côté. Si un enfant est perdu dans l'exercice, il ne faut pas le laisser dans l'incompréhension mais chercher à comprendre son mécanisme de fonctionnement. Les exercices basés sur le mouvement de cette pédagogie favorisent l'apprentissage kinesthésique, qui est la plupart du temps laissé de côté.

## 1.2 Les exercices

Un des premiers exercices consistait à prendre conscience de son corps, en se tenant debout, répartis dans la salle. Il fallait que nous donnions des impulsions, des accents dans des endroits spécifiques de notre corps, tel que le genou, le bassin et l'épaule. Chacun, quand il le souhaitait, pliait spontanément les genoux et “se laissait surprendre” par le mouvement, récupérant ainsi son équilibre d'une manière naturelle et différente à chaque fois. Jean-Marc nous a expliqué qu'il y avait deux sortes d'accents : le *préparé* et le *surprenant*. Tout était dans l'**intention** ; le *préparé* n'en avait pas assez, tandis que le *surprenant* était l'accent que nous recherchions à développer, car il était recherché avec davantage de **concentration** et d'**attention**, ce qui donnait un mouvement gracieux et artistique. Sur un morceau de piano que l'intervenant jouait, nous avons ensuite séparé la classe en deux groupes, et nous faisons une performance de cet exercice pendant que l'autre groupe nous observait, puis inversement.

Nous avons également réalisé une performance à l'aide de balles de tennis et de mouvements. Nous devons composer une musique avec notre instrument. Elle devait contenir de 7 éléments différents (un lancer de balle en l'air, un au sol, un sur le tambourin, une fantaisie, un jonglage...) puis nous devons en faire une musique, une

mélodie, très explicite et compréhensible pour les autres élèves, de manière à ce qu'ils puissent au moment de la représentation la retraduire avec leur balle de tennis et leur tambourin. Cet exercice faisait à la fois appel à l'attention, à l'imagination, à la coordination entre musique et mouvement, et à la cohérence entre les deux.

Un autre exercice en duo, à l'aide d'une balle de tennis et tambourins, nous devions inventer une petite chorégraphie sur la marche turque de Mozart. Seul un mouvement sur la première phrase musicale est imposé. Le reste fait appel à notre imagination, nous pouvons créer les mouvements que nous voulons tant qu'ils sont en accord avec la musique.

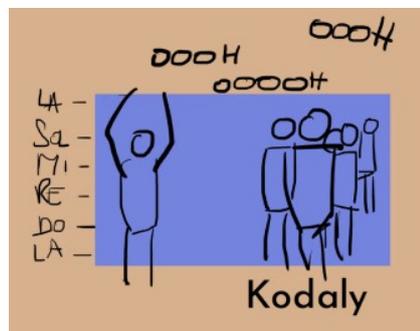
*Des extraits sont disponibles en suivant ce lien : <https://youtu.be/-k0vVfyVU-I>*



*Aperçu de l'activité Chorégraphie Marche Turque (exercice n°47)*

Pour lier le corps à l'esprit et plus particulièrement à la musique, Jean-Marc nous a transmis une manière d'apprendre les sons de la gamme pentatonique (do, ré, mi, sol, la, do) avec des gestes de mains. Cela s'appelle la méthode Kodály.

Le principe est que chaque geste est associé à une note, à un son, mené par un chef de



chœur et réalisé par les autres élèves. C'est une représentation corporelle des hauteurs de sons. Cet exercice nous a fait développer beaucoup de sens et d'attention. En effet une note étant associée à un geste, cela nous a permis de créer beaucoup de mélodies diverses et variées avec seulement quelques gestes de la main.

Lors de ce stage nous avons appris beaucoup d'exercices et de techniques d'apprentissage que nous pourrions mettre en pratique et qui nous seront utiles dans notre futur métier de musicien intervenant. En effet, les méthodes de Jean-Marc Aeschmann sont ludiques, donc adaptées aux enfants, et prennent en compte les modes d'apprentissage de chacun. Tout est exploré, de ce fait aucun enfant n'est laissé à l'écart dans ses appréhensions, dans sa compréhension et dans sa manière d'apprendre.

L'intention est une notion fondamentale de manière générale, et particulièrement dans la pédagogie Dalcroze. Si l'on a l'intention de bien faire, l'implication va découler de cette énergie. Il faut chanter *"comme si c'était la plus belle mélodie du monde"* nous disait souvent Jean-Marc.

Plus le stage avançait, plus nous nous sentions investis et impliqués. Ces exercices nous ont permis de redécouvrir nos corps, nous ont donné envie de danser, d'apprendre. Nous sentions la musique dans nos corps, et nous avons indéniablement créé des liens. Lors de ce stage, plusieurs personnes de la promotion ont raconté à Jean-Marc que tous les soirs de la semaine une fois rentrés chez eux, ils avaient les rythmes et les musiques apprises dans la journée ancrés dans leurs tête et dans leurs corps.

Nous devons nous concentrer sur nos corps, ce qui nous a obligé à acquérir un lâcher-prise intellectuel, et à intérioriser la musique de manière à la ressentir entièrement dans nos corps. Nous nous sommes servis de notre corps pour apprendre la musique, et de la musique pour explorer notre corps.

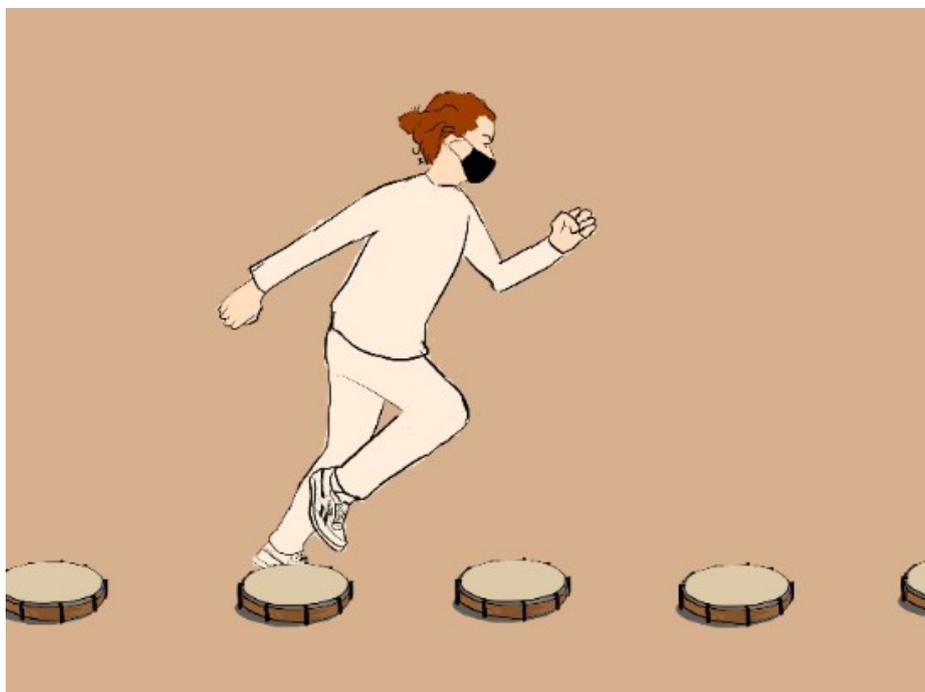
## *Un cheminement progressif et ludique*

Nous allons maintenant nous intéresser à la manière dont les jeux et activités ont évolué au cours de la semaine. Sans nous faire part de son but final, Jean-Marc a construit le programme de ce stage de manière à nous amener vers un but bien précis, un ensemble de petites représentations combinant plusieurs compétences transmises à l'aide de différents jeux tout au long de la semaine. Simplement en complexifiant au fil des jours des exercices basiques au départ, nous avons travaillé tous les éléments qui ont constitué ces petits *spectacles*.

Des extraits sont disponibles en suivant ce lien : <https://youtu.be/-k0vVfyVU-I>

### **2.1 Au sein d'une même activité**

Nous allons analyser dans le détail un premier exercice et essayer d'en extraire des principes pédagogiques : La ligne de tambourin, type "rivière".



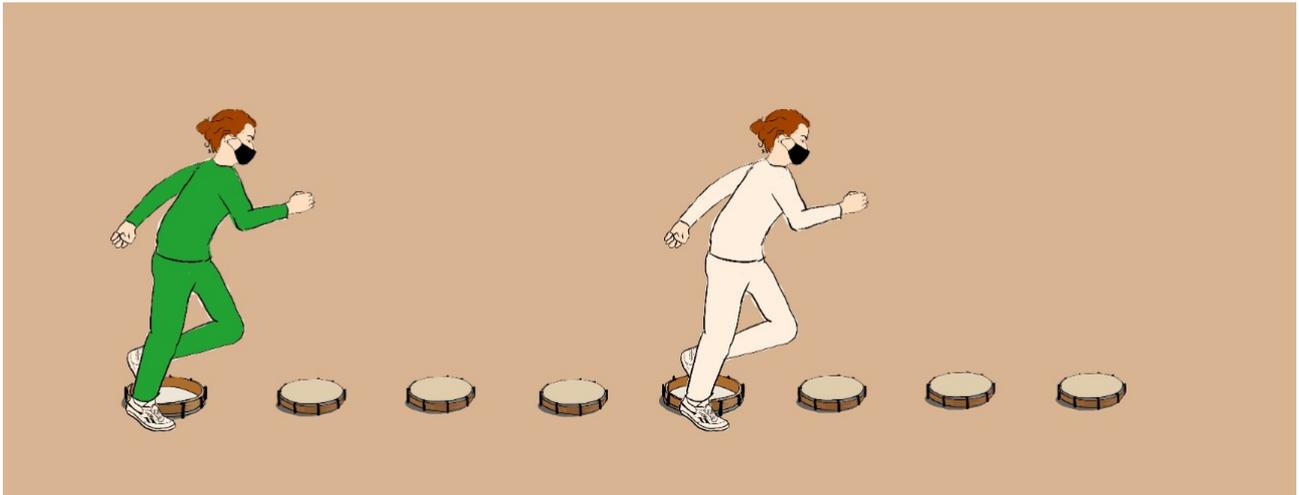
## 1 a) Une base simple

Jean-Marc place huit tambourins en ligne. L'écart entre eux est d'un pas. Il nous organise en file indienne. Il joue une pulsation sur un tambour et montre l'exemple de ce qu'il attend de nous. Nous devons avancer en rythme en marchant de part et d'autre de la ligne de tambourin. Chaque personne se lance au moment où la précédente termine sa ligne, sur le premier temps du nouveau cycle de huit temps. Nous passons plusieurs fois chacun, l'exercice est très simple, devient vite confortable et on a peu besoin de se concentrer.



*Jean-Marc s'arrêtera systématiquement sur les passages imprécis, demandera au stagiaire s'il a conscience de son erreur et lui proposera de repasser directement pour la corriger. Il nous sera expliqué que même si l'activité doit d'abord être amusante, il faut toujours garder une grande exigence. Notre autorité et notre crédibilité sont directement affectées par l'importance que nous attribuons au respect de la consigne.*

## 2 b) Intensité



L'exercice est alors complexifié, les départs successifs sont rapprochés. Jean-Marc matérialise cela en retournant le premier et le cinquième tambourin. La consigne pour le départ est de poser le pied au premier tambourin en même temps que celui qui passe le pose au cinquième. Le rythme de passage est donc doublé, cela engendrera pour presque tout le monde des retards et des hésitations lors du départ.

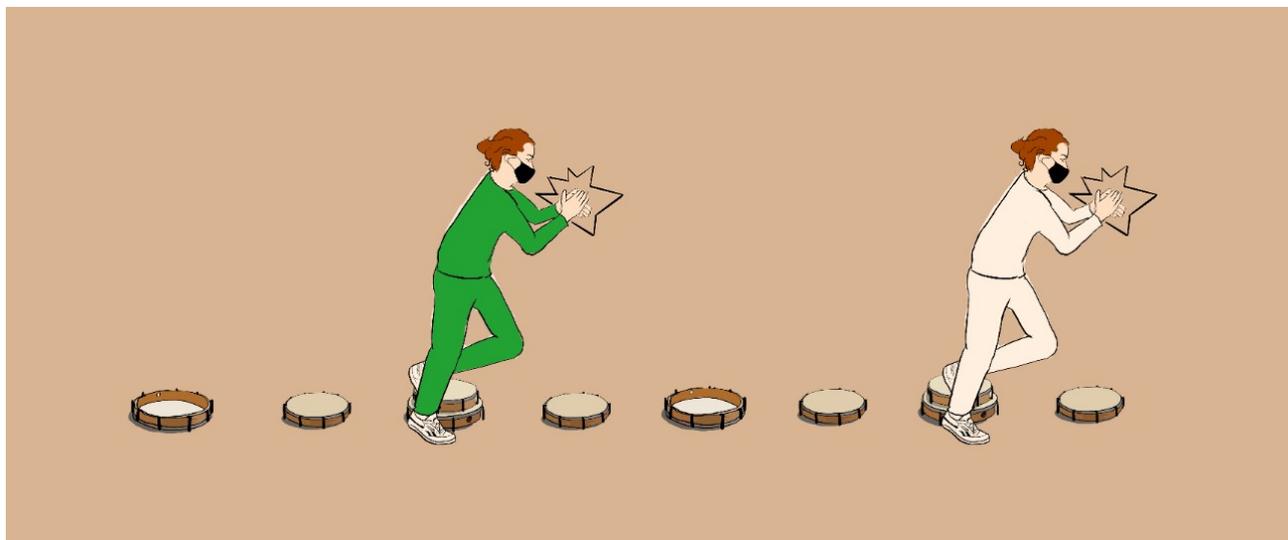
*L'exercice, s'il est toujours simple, demande maintenant une grande concentration pour pouvoir être réalisé de manière précise. On travaille l'anticipation et Jean-Marc nous donne différentes techniques pour ne pas « subir » le départ :*

- *Compter 1234 mentalement avant le départ »*
- *Marcher sur place en rythme pendant qu'on attend »*
- *Se mettre en déséquilibre sur un pied pour n'avoir qu'à se laisser partir »*

*En effet, ce qui fonctionne bien pour quelqu'un ne convient pas forcément pour quelqu'un d'autre. En tant que pédagogue il faut donc penser à plusieurs façons de surmonter des difficultés pour que tout le monde puisse progresser.*

### 3 c) Musicalité

Une nouvelle consigne est introduite. On pose un tambourin supplémentaire sur les tambourins 3 et 7 et l'on doit taper dans nos mains en arrivant dessus.



Cet élément rythmique ajoute une profondeur musicale. On a un débit de notes légères, les pas des élèves qui parcourent la ligne, avec des accents réguliers marqués par des clappements de mains, rendant le tout musical et proche d'un rythme de batterie.

*A l'aise avec la première version de l'exercice, cette nouvelle difficulté relance l'intérêt général et dynamise le groupe. De plus la séquence commence à être musicale, cela devient agréable à écouter et donc intéressant même quand cela n'est pas notre tour de passer.*

### 4 d) Déséquilibre

Une fois cette phase maîtrisée, Jean-Marc déplace le deuxième marqueur de 7 sur 8. Il casse ainsi la symétrie de la séquence, introduisant un contretemps juste avant le premier temps. Le rythme, moins stable, demande de la concentration et la séquence présente désormais une réelle difficulté. La précision des départs se dégrade beaucoup. Les techniques d'anticipation données par Jean-Marc plus tôt sont ici bien utiles.

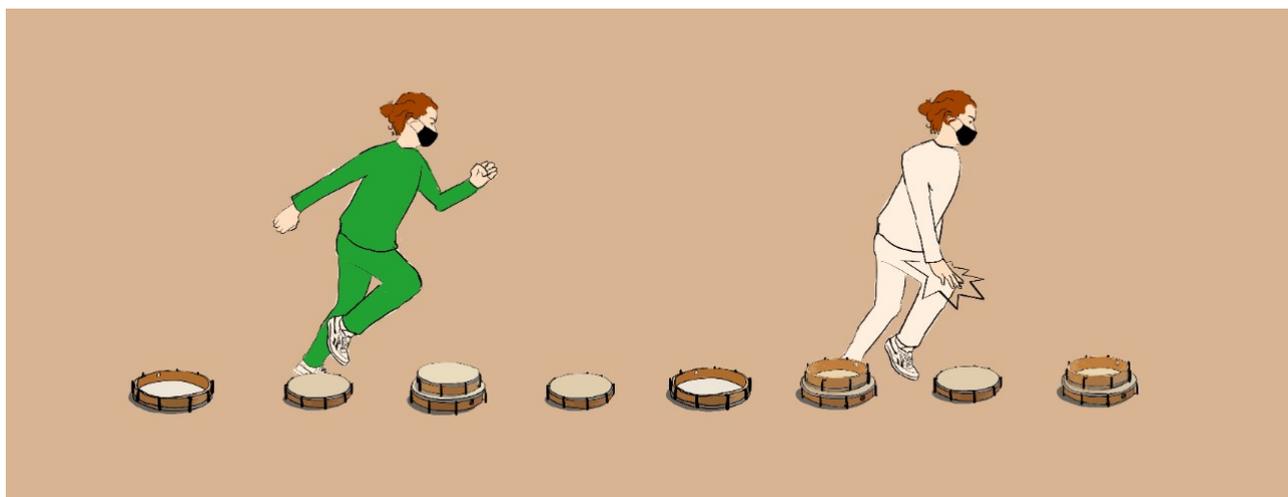
*Modifier un seul élément permet d'obtenir facilement un niveau de difficulté supplémentaire tout en restant en terrain familier.*

Le fait d'être deux sur la ligne en même temps était jusqu'ici une aide à la précision, les accents étant simultanés entre les deux personnes. Cela se transforme désormais en difficulté du fait de la polyphonie rythmique résultant du nouvel agencement des accents.

Jean-Marc va modifier une dernière fois la ligne et intégrer une nouvelle façon de marquer un accent, une tape sur les cuisses, symbolisée par un double tambourin retourné.



On a maintenant trois endroits où jouer, l'un sur un appui pied droit et deux sur des appuis pied gauche, deux types d'accents différents et un rythme intriqué. Il en ressort une polyphonie rythmique complexe mais qui nous paraît accessible, du fait de toutes les étapes successives traversées pour arriver à cette version finale de l'activité.



*Après avoir analysé cet exercice on peut en extraire des principes basiques que l'on peut réutiliser lors de toute création d'activité musicale.*

*a) Partir d'un matériau simple et facile à prendre en main*

*b) Modifier un/des élément(s) pour augmenter l'intensité de l'activité et mobiliser les élèves en les obligeant à se concentrer pour réussir*

*c) Modifier un/des élément(s) pour ajouter une dimension musicale et rendre l'activité plus ludique et agréable*

*d) Modifier un/des élément(s) pour casser l'équilibre de la séquence et permettre un nouveau degré de complexité et donc un challenge plus relevé.*



On obtient ainsi une activité dont la difficulté augmente par paliers. La qualité d'exécution peut être soumise à une grande exigence en raison de la facilité de diagnostic qu'implique la modification d'un seul élément à la fois. De plus, au fil de son évolution, elle devient de plus en plus musicale et stimulante. Une difficulté mal dosée entraîne une perte de motivation voire une baisse de l'estime de soi de l'élève. La complexité progressive des exercices élaborés avec cette méthode permet que chaque palier soit franchi. L'élève ressent donc plusieurs fois d'affilée un sentiment de réussite qui lui donne confiance en lui-même et en ses capacités, le préparant ainsi aux défis à venir dans les phases les plus ardues de l'activité.

*Ainsi, lorsque l'on veut faire travailler un élément musical compliqué, on peut le simplifier successivement, un élément à la fois, et construire de cette façon une progression d'exercices en suivant les étapes ci-dessus en partant de la fin.*

## 2.2 De la série d'exercices vers la création musicale

Le lendemain du premier exercice, Jean-Marc nous présente à nouveau une ligne de tambourins. Les consignes sont cependant légèrement différentes, il y a cette fois des trous dans cette ligne, certains tambourins ont été enlevés. Comme pour une marelle, on



fait un pas par tambourin et on saute à pied joints au niveau des trous. Le pas équivaut à une croche et le saut à pieds joints à une noire. L'intervenant joue un rythme au tambour pour donner la pulsation.

Au commencement par passages individuels, on ajoute ensuite des départs successifs. Nous faisons plusieurs variations pour nous familiariser avec les éléments de base puis Jean-Marc nous donne un bout de papier où il est écrit un rythme à retranscrire avec la ligne de tambourin. Ce qui nous donnera la configuration ci-dessous.



*Plutôt que de nous donner l'arrangement de tambourin tout fait, Jean-Marc nous donne l'occasion ici de nous approprier le processus. Une piste pédagogique intéressante pourrait être de donner un rythme à une moitié de la classe à retranscrire en ligne de tambourins puis de demander à la deuxième moitié de parcourir la ligne et d'en retranscrire le rythme sur une feuille. En comparant les deux formules rythmiques écrites, on pourra noter la présence ou non d'éventuelles différences.*

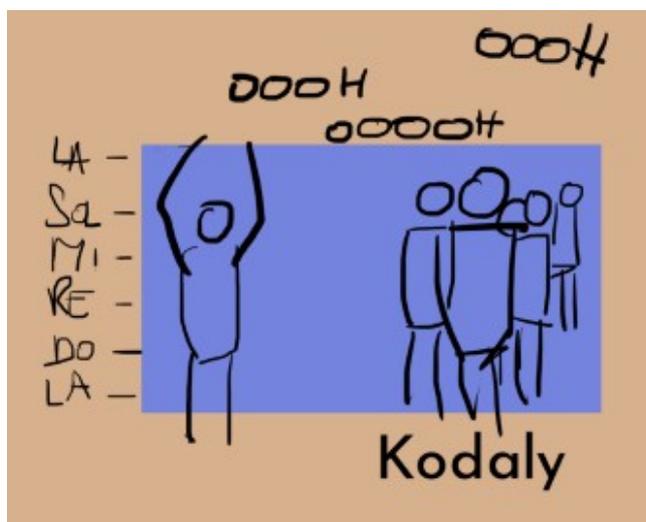
Les élèves sont séparés en deux groupes, chacun travaillant la ligne dans un sens différent, le sens de passage est inversé. Ceux qui ne passent pas jouent leur rythme en attendant leur tour. Un groupe frappe le rythme dans ses mains et l'autre frappe sur des tambourins. On travaille ainsi les deux rythmes et on s'habitue à les entendre l'un et l'autre joués simultanément.

Un extrait vidéo de l'exercice est disponible ici [https://youtu.be/\\_18BCJnmXR8](https://youtu.be/_18BCJnmXR8)

*Si cet exercice est idéal pour faire découvrir le rapport entre les valeurs de notes, blanche/noire ou noire/croche, Jean-Marc l'utilise ici dans le but de nous familiariser avec un rythme qu'il a choisi. Celui-ci sera utilisé dans ses deux déclinaisons, la formule originale et son inversion.*

Cet exercice débouchera sur deux phrases musicales, l'une rythmique et l'autre mélodique. Elles seront mises à profit dans ce que Jean-Marc annoncera comme un exercice de direction de chœur et qui se révélera être une répétition de concert pour un orchestre constitué de trois "pôles" ou pupitres distincts. Nous y reviendrons plus en détail un peu plus loin dans cette partie.

L'activité suivante sera une initiation à la direction de chœur à l'aide d'éléments de la méthode Kodaly. Celle-ci repose entre autres sur la solmisation, un système utilisé pour chanter les degrés d'une gamme. Cela consiste à remplacer les notes d'une tonalité par le nom des notes de la gamme de Do en majeur ou de la gamme de La en mineur. Par exemple, en contexte de Sol Majeur, au lieu de chanter Sol La Si, on chantera Do Ré Mi. Ceci permet d'intégrer plus facilement la couleur des degrés des gammes. On appelle également ce procédé le solfège mobile. Parallèlement à cela, cette méthode utilise la phonomimie, le fait d'associer les degrés de la gamme chantée à un codage gestuel particulier. On en utilisera ici une version allégée. Avec un choix de notes restreint (Gamme pentatonique de La mineure) et une hauteur de geste associée à chacune de ses notes nous dirigeons d'abord un partenaire, en binôme, puis un chœur en faisant chanter les notes de notre choix.



Jean-Marc sépare ensuite la classe en trois groupes, parmi lesquels un chef d'orchestre est choisi pour chacun d'eux. Il écrit sur un tableau le rythme que nous avons travaillé avec l'activité de la marelle et y associe des hauteurs, créant ainsi un ostinato vocal. Cette mélodie sera attribuée au premier groupe. Le deuxième groupe se voit attribuer les tambourins et la version alternative du rythme travaillé la veille, son inversion.

Note : Une ligne mélodique jouée à l'envers, de droite à gauche, est un jeu dit par mouvement rétrograde ou plus simplement "à l'écrevisse". Par extension, une ligne musicale jouée dans les deux sens en commençant simultanément par le début et la fin se nomme un "canon à l'écrevisse".

Note : Pour plus de détails concernant le déroulement de cet exercice, se référer aux annexes en fin de dossier (Exercice n°28).

Le dernier groupe sera un chœur dirigé avec la version simplifiée des codes de la méthode Kodaly discutée précédemment ainsi que le même réservoir de notes. Puis un soliste est désigné, celui-ci peut improviser quand il le désire sans contraintes.

Le concert est alors lancé, la musique se crée de manière spontanée et éphémère. Les éléments musicaux communs à chacun de ses pupitres font que le résultat est une création artistique harmonieuse et cohérente.

Nous avons joué plusieurs fois ce concert d'affilée, en changeant de pupitres, en changeant de solistes, en prenant en charge la direction.

Il est possible de voir chaque pupitre et écouter un extrait en se rendant à l'adresse suivante : <https://youtu.be/6Cb1L9Ceyro>

Cette séquence d'exercices et son aboutissement avec ce concert sont une source d'inspiration potentielle pour la conception de projets pédagogiques. En effet, si les activités musicales mises en place au sein d'un projet peuvent être pensées individuellement, elles peuvent tout autant être réfléchies comme un tout pour, par exemple, improviser une représentation, monter un spectacle ou simplement aller plus loin dans l'apprentissage en complexifiant la performance musicale. On a ainsi la possibilité de travailler de manière ludique des notions et de développer des compétences tout en préparant le matériel qui servira de base à une performance artistique.

“On part d'un matériau simple, on l'organise et on crée de la musique.”

Jean -Marc Aeschmann

### 3

## *La posture du pédagogue*

“Il vous faut comprendre pourquoi un exercice fonctionne bien et pourquoi il fonctionne moins bien. Je pense que le travail est plutôt à ce niveau là pour vous. [...] Si ça ne fonctionne pas, tu ne peux pas leur dire « Ça ne marche pas bien, va à ta place. Un autre ! ». Il faut que tu lui donnes des moyens pour s’améliorer. C’est le but de tout cours.”

Jean-Marc Aeschimann

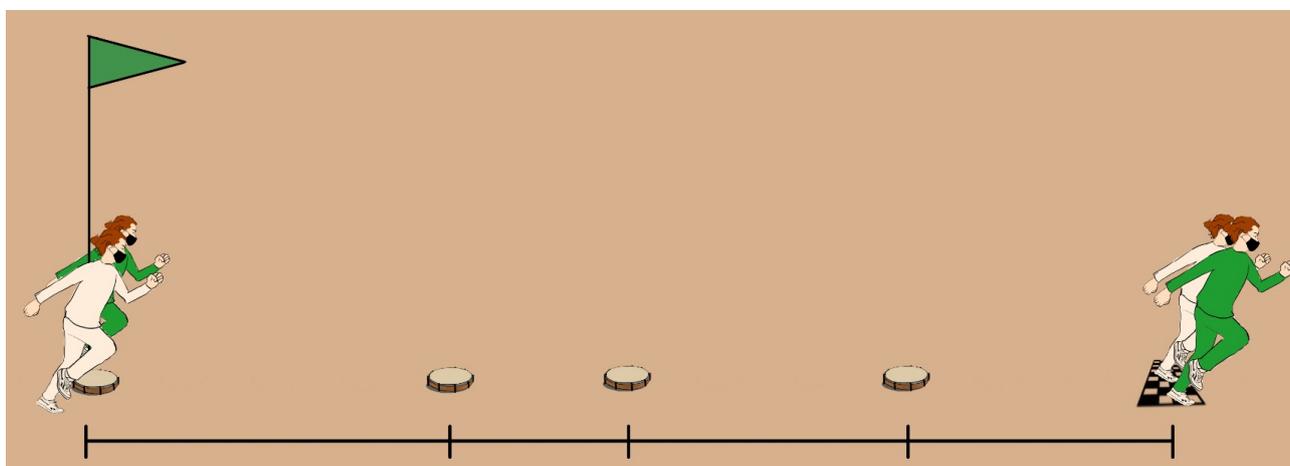
Ce stage aura été une vraie mine d’or en termes d’activités et de méthodologie mais nous avons également eu un bel exemple de pédagogue en la personne de Jean-Marc. Aussi, nous avons décidé de consacrer une partie de ce rapport pour isoler quelques principes et astuces pédagogiques qui pourront nous être utiles dans notre métier.

Pour notre premier exemple, nous allons utiliser un jeu auquel nous a fait jouer Jean-Marc le matin du deuxième jour de stage, nous le nommerons ici « Quatre plots ». La mise en place est simple, l’intervenant prépare une ligne de quatre tambourins posés au sol à distance égale et demande aux élèves de faire deux files indiennes derrière une « ligne de départ ». Un rythme musical avec une pulsation claire est joué au tambour par l’intervenant. Nous avons comme consigne de faire quatre pas entre chaque tambourin. Le premier pas devait être précisément sur le temps au niveau d’un tambourin. Nous passons par deux, de part et d’autre de la ligne de tambourins, ce qui rend l’activité très ludique.



*Pédagogiquement, les consignes sont simples et peu restrictives, il ne nous était pas demandé d'être régulier dans nos pas entre les tambourins mais par la pulsation du rythme au tambour et la nature de l'exercice, nous l'étions instinctivement. Nous avons intégré naturellement un principe de régularité sans en avoir eu la consigne au préalable. De manière générale, en tant qu'intervenant il est préférable d'en dire le moins possible, comme le fait Jean-Marc ici.*

Il a ensuite été plus loin dans l'exercice en modifiant l'écart entre certains des tambourins, cassant toute régularité.

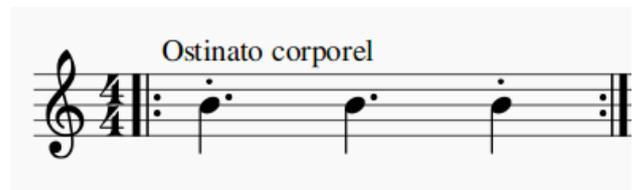


Cette version de l'exercice, plus difficile, oblige à anticiper les grandes distances, à accélérer, ralentir, agrandir ou réduire l'envergure des pas. Mobilisant tout le corps et tout l'esprit, nous sommes forcés d'abandonner la régularité de nos pas pour arriver précisément sur le 1er temps au niveau de chaque tambourin. Notre concentration était placée à un endroit différent. Nous avons ici pris le temps d'analyser les erreurs de ceux qui avaient des difficultés. Pour cela Jean-Marc prend le temps de demander à celui-ci s'il est conscient d'avoir fait une erreur.

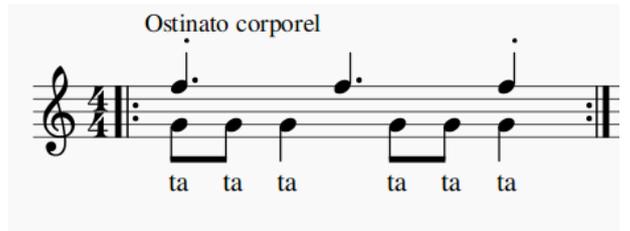
*Pédagogiquement, au lieu de dire « tu t'es trompé », Jean-Marc favorise une formule positive telle que « As tu fait quelque chose de différent de la consigne annoncée ? » ou encore « est-ce que tu as fait pareil que moi ? » amenant ainsi l'élève à réfléchir par lui-même, sans se sentir jugé à cause de son erreur.*

*Note : Pour plus de détails concernant le déroulement de cet exercice, se référer aux annexes en fin de dossier (Exercice n°5).*

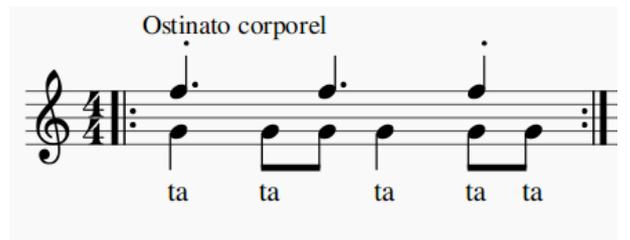
Lors d'une autre activité, Jean-Marc a pris soin de nous mettre en difficulté à dessein. Assis en tailleur, nous devons faire un enchaînement de mouvements sonores sur un rythme de type tango travaillé précédemment.



Une fois l'ostinato corporel suffisamment maîtrisé, Jean-Marc nous fait simultanément dire un rythme à la voix sur la syllabe TA.



Après quelques répétitions, il nous arrête et propose un nouveau rythme de trois syllabes, légèrement différent.



Les deux formules, similaires à l'oreille quand répétées en boucle, sont ensuite alternées. D'abord avec un silence entre les deux puis directement et à intervalles de plus en plus proches. Ce qui est très difficile pour tout le monde et demande une énorme concentration. Après quelques minutes, nous nous arrêtons, soulagés.

Jean-Marc nous a donné à faire quelques exercices difficilement réalisables pour nous, adultes musiciens, pour que l'on ressente ce que peuvent éprouver les enfants lorsqu'on leur donne un exercice très difficile pour eux. En effet, si on peut être frustré parce que l'on arrive pas à faire quelque chose, on l'est parfois tout autant de ne pas arriver à "faire faire"... Il ne faut pas oublier que nous aussi nous avons du mal, parfois.

*Note : Pour plus de détails concernant le déroulement de cet exercice, se référer aux annexes en fin de dossier (Exercice n°15).*

Ce ne sont là que quelques exemples de la posture pédagogique adoptée par Jean-Marc lors de ce stage. On pourrait également mentionner le choix des mots dans les consignes, par exemple, Jean-Marc stoppe une activité en disant “Merci !”.

Celui-ci nous a également conseillé de lire le livre *Les lois naturelles de l'enfant*, écrit par Céline Alvarez. Ce livre raconte l'expérience de l'auteure en tant que pédagogue au sein d'une école implantée dans un quartier défavorisé, avec une classe d'âges mélangés, [des tests scientifiques annuels](#) pour mesurer les progrès des enfants, ainsi qu'une carte blanche pédagogique totale, accordée par le Ministère de l'Éducation Nationale.

D'autres exemples de moyens pédagogiques ont également été mis en lumière lors des parties précédentes. En première partie, par exemple, nous avons parlé de la volonté de prendre tous les individus en considération, en construisant les séances avec les différents profils d'apprentissage des élèves à l'esprit. En seconde partie nous avons vu qu'en donnant plusieurs moyens de contourner une difficulté, on permettait aux élèves de se saisir du procédé qui leur convient.

Beaucoup d'autres idées inspirantes peuvent être trouvées en écoutant les enregistrements audio du stage, disponibles en annexe.

## CONCLUSION

Ce stage haut en couleurs nous a permis d'aborder une manière d'enseigner tout à fait atypique, aux antipodes de la séance de formation musicale traditionnelle. Au travers de cette approche on privilégie l'apprentissage par l'expérience et la sensation tout en ouvrant des portes sur soi et sur les autres.

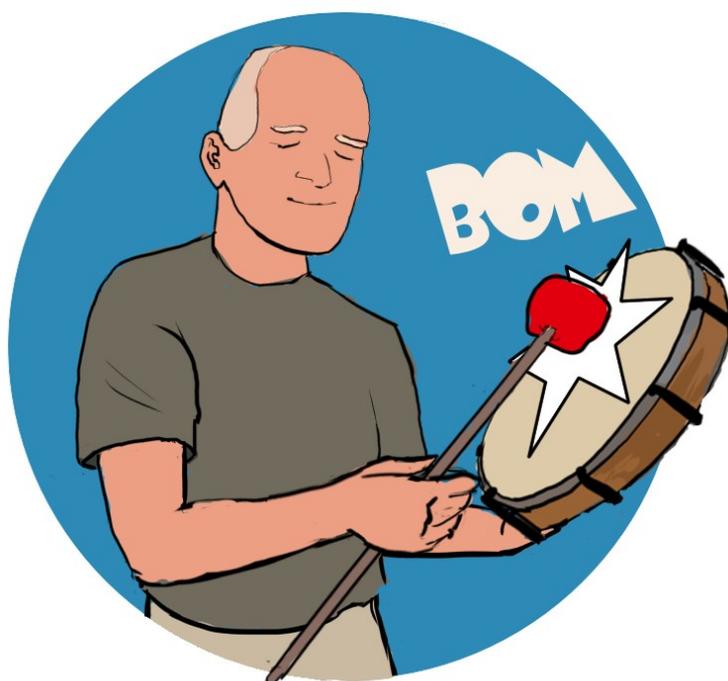
Les exercices qui mêlent expressions corporelles et musicales de la "méthode" Dalcroze sont un moyen efficace et pertinent d'enseignement de la musique pour les publics de tous âges. En effet, comme nous l'avons vu au cours de ce stage et discuté dans la première partie de ce rapport, il est particulièrement intéressant de mêler l'apprentissage musical au mouvement et au ressenti corporel. Les activités deviennent ludiques, cela amène les élèves à mettre de l'intention et une part de sensibilité dans l'exécution de celles-ci. En plus de donner la possibilité aux élèves de se découvrir eux-mêmes, la sollicitation des sensations et de l'intellect qui découle des exercices en fait un outil idéal pour le musicien intervenant, peu importe le cadre où il exerce.

Mêlant écoute, mouvement, expression musicale et improvisation, cette pédagogie de choc permet de travailler les fondamentaux de la musique mais aussi d'aller très loin dans la technicité. Comme cela a été observé dans la deuxième partie de ce rapport, les activités peuvent être adaptées à tous les niveaux en élaborant une progression logique. Tous les éléments constituant un objectif ambitieux peuvent être isolés et la difficulté des étapes successives permettant de l'atteindre adaptée au groupe de manière très systématique. De la même manière, en assemblant plusieurs exercices ensemble, un espace d'expression peut être créé pour les élèves au travers de la direction de groupe, de l'improvisation et de la création artistique.

Tout aussi important est le ton utilisé par l'intervenant Dalcroze. Il nous a été fait au cours de ce stage une belle leçon de pédagogie et nous avons essayé d'en retranscrire l'essence tout au long de ce rapport, avec un focus particulier dans la dernière partie de celui-ci. Les discussions et remarques sur les intentions derrière chaque exercice auront été pour certains d'entre nous une première occasion de réfléchir à l'impact qu'une posture pédagogique adaptée peut avoir sur l'apprentissage, sur la dynamique de groupe et sur l'élève en particulier. Le mélange d'exigence et de bienveillance offert par Jean-Marc aura permis aux élèves de vivre ce stage très intense avec une belle énergie et ce jusqu'à la fin.

Nous aimerions profiter de cette conclusion pour porter l'attention du lecteur sur la dimension sociale de cette pédagogie, dont nous avons peu parlé au cours de ce rapport. Sociale au travers de la dynamique de groupe très forte qu'elle engendre, sociale par cette façon d'apprendre où l'on est parfois amené à improviser avec les autres, à créer en fonction de notre sensibilité et composer avec notre corps, peu importe notre degré d'aisance avec celui-ci. Où l'on va pouvoir assumer parfois la position du modèle et où notre potentiel artistique a tant d'occasions de s'exprimer et de se nourrir de ce que proposent les autres. Comme nous avons pu le constater lors de nos séances en école, l'apprentissage par le jeu, la création et l'interaction avec les autres permettent de meilleurs résultats que l'approche théorique parfois trop rigide de la leçon de musique traditionnelle. C'est également bien plus agréable et riche de mener une séance selon ces principes que de donner un cours magistral. On est parfois surpris du chemin que l'on prend en rebondissant sur les propositions des élèves et chaque séance est unique.

Comme le dit souvent Jean-Marc, "Amusez-vous" !



## REMERCIEMENTS

Nous tenons à remercier Jean Marc pour son énergie, les stagiaires pour leur investissement et pour leur bienveillance, l'Institut de Formation des Musiciens Intervenants pour nous avoir permis de commencer la formation par ce stage en particulier.

## BIBLIOGRAPHIE

- JAKUES-DALCROZE, Émile, *Le rythme, la musique et l'éducation*, LAUSANNE : Foetisch Frères S.A. Editeurs, 1965, 178 p.
- Site de l'Institut Jaques-Dalcroze de Genève, *emile Jaques-Dalcroze*, <https://www.dalcroze.ch/ijd-rythmique/emile-jaques-dalcroze/> présentation d'Emile Jaques-Dalcroze
- Site de l'Institut Jaques-Dalcroze de Genève, *l'ijd et la rythmique*, <https://www.dalcroze.ch/ijd-rythmique/> présentation de la rythmique Jaques-Dalcroze et des activités de l'Institut

# ANNEXES

## 1 A) Exercices et activités effectués au cours du stage

*Des liens vers des archives audio et vidéo sont indiqués à la fin de la description de certains exercices pour permettre d'entendre ou visualiser ceux-ci, la totalité de ces archives sont référencés en partie B des présentes annexes.*

## 2 Jour 1

1) Jeu des prénoms : groupe qui maintient un rythme corporel, dire/chanter son prénom à l'intérieur d'une mesure, les autres répètent lors de la mesure suivante.

2) Jeu de déplacement : groupe qui maintient un rythme corporel, tous positionnés sur quadrillage au sol, un ordre de passage est défini, quand son tour on a une mesure pour courir vers un nouvel emplacement et sauter dessus sur le premier temps suivant en criant son prénom.

3) Jeu chef d'orchestre : L'intervenant donne la consigne de l'imiter. En tailleur sur le sol, il présente un certain nombre de gestes, petit à petit, avec anticipation et emphase. Des frappes au sol, clappements de mains et pauses poings fermés. Il fait de courtes séries suffisamment lentement pour que l'on reste à l'unisson. Un élève fait ensuite le chef d'orchestre. Puis séparation en deux groupes auxquels sont attribués un chef d'orchestre chacun.

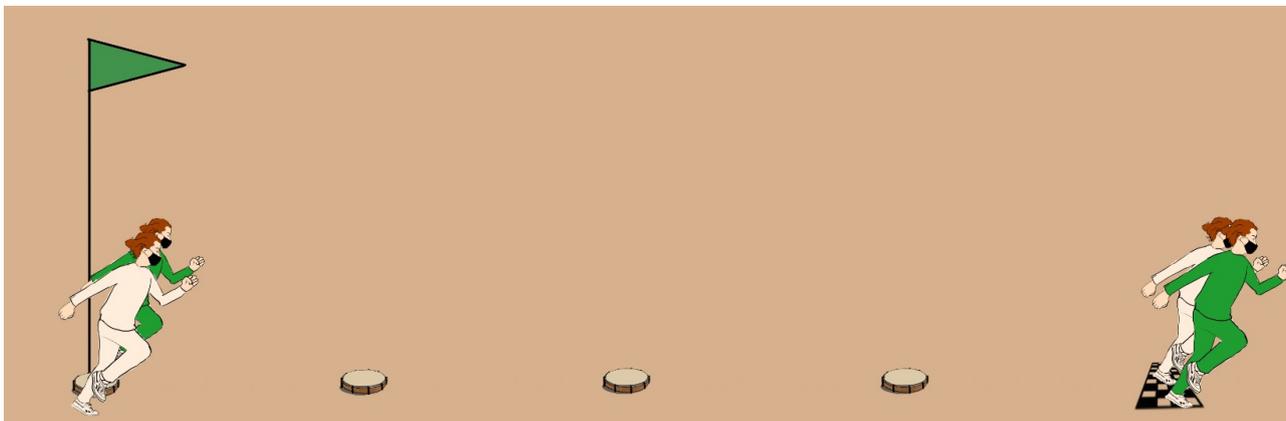
4) Ostinato corporel : Un ostinato corporel est mis en place en suivant la rythmique suivante. On marche en suivant le rythme et en exagérant le déséquilibre provoqué par l'avancée longue de la deuxième noire pointée.



### 3 Jour 2

5) Ligne de tambourin (1ère version : 4 plots) : Une ligne de départ, quatre tambourins en ligne au sol, une ligne d'arrivée (env. 3m entre chaque élément).

Deux files indiennes derrière la ligne de départ. Le rythme marquant la pulsation est joué par l'intervenant sur un tambour.



Consigne : courir jusqu'à ligne d'arrivée en faisant 4 pas entre les éléments, adapter sa vitesse pour tomber précisément avec la pulsation sur chaque tambourin.

Plusieurs contraintes sont progressivement ajoutées telles que :

- changement de la distance entre les tambourins pour travailler l'anticipation.
- les premiers temps peuvent être marqués par un saut à pieds joints.
- après chaque saut à pieds joints, il faut repartir depuis un pied différent.
- l'intervenant peut ne pas jouer le premier temps, voire jouer de manière sporadique pour focaliser l'attention.
- l'intervenant ne fait plus que le tempo de départ.
- on fait huit pas au lieu de quatre entre deux des tambourins.
- instauration d'une coda, un demi-tour sauté sur la ligne d'arrivée avec atterrissage sur le premier temps.
- l'espace entre deux des tambourins devient un espace d'improvisation pour la durée des quatre temps.
- chacun prend un tambour et joue le rythme / la pulsation pendant qu'il/elle ne passe pas.

6) Exercice pour faire marcher au tempo un élève qui n'y parvient pas : faire courir un élève volontaire, demander à l'élève en difficulté de courir moins vite que l'élève qui vient de courir, puis plus rapidement. Finalement demander au premier de courir et demander au second de courir à la même vitesse.

7) Jeu d'écoute : L'intervenant chante une mélodie sans silence dont les notes ne se répètent pas (ex : Do Ré Mi Ré Do Si Do Mi etc), on marche normalement en rythme, pied droit (D), pied gauche (G), DGDGDGDG. L'intervenant change subitement le style de mélodie et chaque note se répète ((ex : Do Do Ré Ré Mi Mi Ré Ré etc), on doit rapidement marcher en imitant la formule, DDGGDDGG.

Passages d'une formule à l'autre plusieurs fois.

8) Jeu conscience du tempo : Sur musique chantée, jouée ou enregistrée. On marque la pulsation sur les genoux (main droite, main gauche, etc). Au signal de l'intervenant on fait passer la pulsation aux pieds (pied droit, pied gauche, etc).

Passages d'une formule à l'autre plusieurs fois.

9) Jeu course : File indienne. Le premier élève court jusqu'à un point, l'élève suivant reçoit la consigne "cours moins vite", ou "cours plus vite".

10) Ligne de tambourin (2ème version : rivière) : File indienne derrière une ligne de départ, ligne de huit tambourins, chaque tambourin représente un temps. L'intervenant marque un rythme de pulsation sur un tambour tout en chantant. On marche au-dessus des tambourins en rythme en posant un pied à droite de la ligne au niveau d'un tambourin puis l'autre pied à gauche de la ligne au niveau du tambourin suivant et ceci jusqu'à la fin de la ligne.

Ensuite on retourne les tambourins 1 et 5 pour marquer les départs et que ceux-ci soient plus rapprochés. Empilement d'un tambourin en plus au-dessus de certains pour marquer une frappe dans les mains (3 et 7 le jour de l'exercice). Empilement d'un tambourin retourné en plus au-dessus de certains pour marquer une frappe des deux mains sur les cuisses (6 et 8 le jour de l'exercice).

*Exercice analysé en détails dans la partie 2.1 de ce rapport.*

11) Ressentir les degrés V et I (corporel) : L'intervenant joue un accord 7 (Ve degré) en arpège pendant quelques secondes puis il résout sur son premier degré (I). Les élèves se dressent sur la pointe des pieds pendant l'accord de tension et retombent en position d'équilibre sur la plante des pieds lors de la résolution.

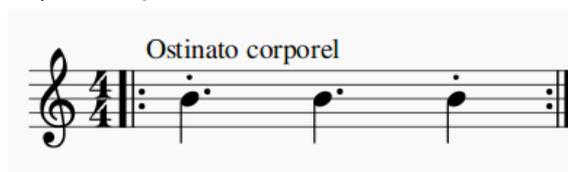
Complexification : L'intervenant joue d'autres degrés de la gamme en plus du I et V. Les élèves doivent se mettre en déséquilibre sur les degrés autres que I et V.

12) Conscience du corps avec la musique : L'intervenant joue au piano à deux voix (une aiguë et une grave), pendant ce temps les élèves ferment les yeux, les deux pieds aux sols et bougent en adéquation avec la musique. Les deux voix se transforment en une seule, les élèves doivent l'entendre et se mettre sur un pied jusqu'à ce que la deuxième voix revienne (tout en continuant à faire des mouvements). Ajout d'une règle en cas de montée chromatique, on passe sur la pointe du/des pieds, tout le corps se tendant vers le haut.

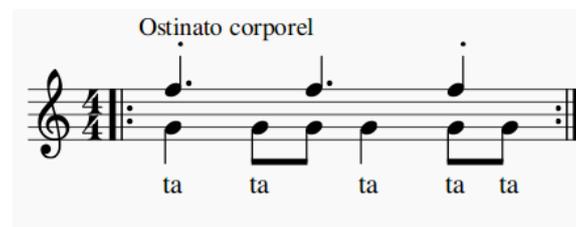
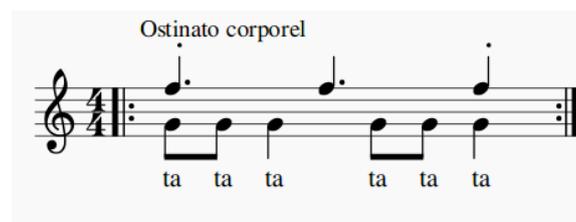
13) Conscience du corps avec la musique, autre exercice : L'intervenant joue et les élèves se tiennent debout occupant tout l'espace, genoux légèrement pliés, en souplesse. Chacun, quand il le souhaite, plie spontanément les genoux et "se laisse surprendre" par le mouvement, récupérant ainsi son équilibre d'une manière différente et naturelle à chaque fois. On sépare ensuite le groupe en deux, l'un spectateur et l'autre acteur, puis inversement. On remplace ensuite le mouvement la gène flexion par une bousculade au niveau du bassin qui sera finalement remplacée par une traction sur l'épaule, le tout en se laissant "surprendre".

On mélange ensuite les trois mouvements à son gré. Passage en deux groupes, acteur/spectateur puis échange.

14) Intégration du rythme Tango vu lors de l'exercice 4) : L'intervenant marque la pulsation, les élèves font le rythme. Noire pointée (Pied droit) noire pointée (un des mouvements genoux/bassin/épaule) noire (Pied gauche). Lorsque l'intervenant, arbitrairement, passe de la pulsation au rythme, les élèves passent à la pulsation. Le changement se fait ensuite toutes les deux mesures.



15) Exercice d'indépendance : assis en tailleur, les élèves font un enchaînement de mouvements sonores sur le rythme de type Tango travaillé lors de l'exercice 4. Enchaînement : Main droite sur genou droit, tambourin raclé au sol avec la main gauche, Main droite au sol. Ensuite on ajoute une mesure vide au cours de laquelle on déplace le tambourin de l'autre côté, mettant ainsi l'enchaînement en miroir. On revient à la version



de base et on ajoute "ta ta ta" à la voix. D'abord trois croches quart de soupir puis croche quart de soupir deux croches. Les deux formules, similaires à l'oreille quand répétées en boucle, sont ensuite alternées. D'abord avec un silence entre les deux puis directement et à intervalles de plus en plus proches.

16) Traversée de salle : L'intervenant improvise au piano et chaque élève, tour à tour, improvise un pas, en suivant le rythme Tango, pour traverser la salle. La consigne est d'abord de faire quelque chose différent du passage précédent. Quelques passages plus tard, il faut proposer absolument autre chose. Enfin tout le monde fait pareil que le dernier passage pour retraverser la salle.

17) Tambourins et balles : Chaque élève prend un tambourin et une balle. L'intervenant joue de la musique et les élèves marquent la pulsation en frappant la balle au sol. Ensuite différentes combinaisons sont essayées, balle au sol puis balle sur le tambourin ou inversement par exemple.

*L'enregistrement audio de cet exercice est disponible ici <https://youtu.be/2at0oD5EIV8>*

18) Improvisation vocale à partir d'accord 1 :

L'intervenant écrit sur le tableau un accord de Do mineur7. Il le joue au piano pour que tout le monde l'ai dans l'oreille.



Il montre ensuite lentement les notes de

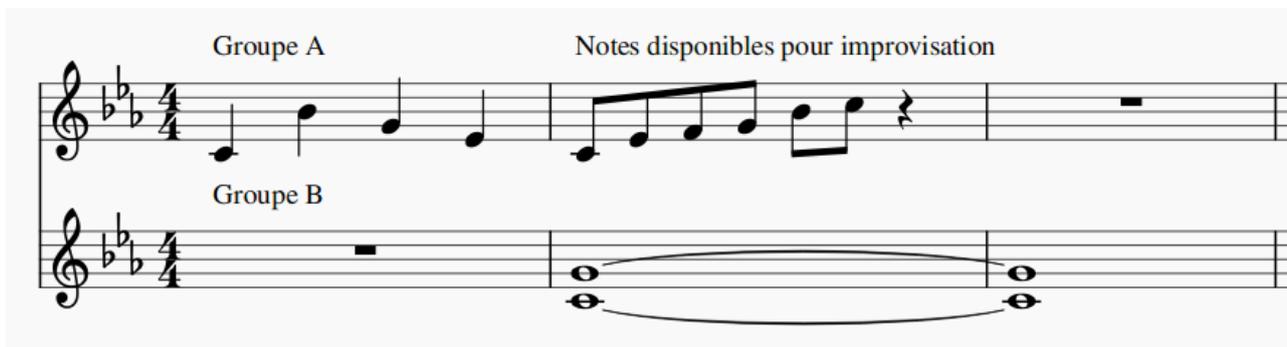
l'accord dans un certain ordre et les élèves essaient de chanter la mélodie qui en résulte.

Puis tout le groupe chante cette mélodie une fois en faisant un point d'orgue sur la dernière note et un élève volontaire improvise une suite à cette ligne. L'intervenant pose ensuite des questions au groupe. Sur quelle note a-t-elle fini ? Est-elle retombée sur ses pieds ? A-t-elle utilisé des notes étrangères ?

On recommence ensuite avec quelqu'un d'autre qui improvise.

*L'enregistrement audio de cet exercice est disponible ici <https://youtu.be/2at0oD5EIV8>*

19) Impro vocale 2 : La mélodie de l'exercice précédent, est chantée par un groupe (A), suivie par un bourdon sur Do ou Sol (selon le choix de chacun) chanté par l'autre groupe (B). Pendant le bourdon, le groupe A est libre d'improviser en utilisant les notes de la gamme pentatonique mineure de Do.



*L'enregistrement audio de cet exercice est disponible ici <https://youtu.be/2at0oD5EIV8>*

20) Impro vocale 3 :

Une suite d'accords est notée au tableau. Tout le monde chante les arpèges tels qu'ils sont écrits, sur une pulsation, de la note la plus grave à la plus aiguë. Puis la forme mélodique précédente est ré-utilisée et la progression est chantée plus rapidement en suivant ce pattern.



*L'enregistrement audio de cet exercice est disponible ici <https://youtu.be/2at0oD5EIV8>*

21) Impro vocale 4 : Sur le premier accord (Do mineur 7), sur une pulsation commune, chacun invente un ostinato avec les notes de l'accord, la contrainte est d'avoir des notes courtes et une seule note longue. On les chante ensuite tous ensemble et cela crée un paysage harmonique et rythmique. L'intervenant donne des nuances (forte puis piano) et des indications particulières (note longue en crescendo).

On applique ensuite notre ostinato à la progression d'accords étudiée précédemment.

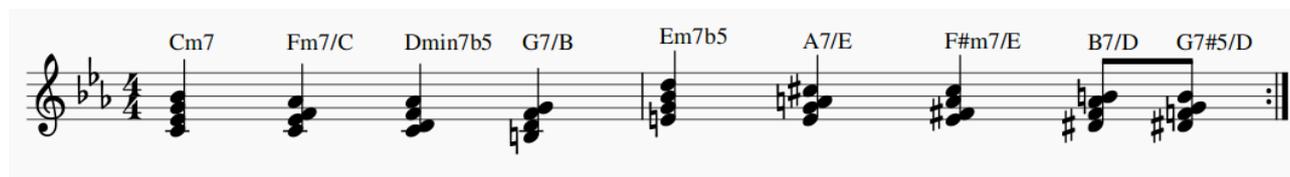
L'intervenant improvise au piano ou au chant et supporte l'harmonie au piano.

Quelques élèves instrumentistes sont choisis pour improviser par-dessus le tapis sonore.

L'intervenant ajoute ensuite de nouveaux accords à la progression.

Quelques élèves instrumentistes sont choisis, un élève pianiste joue les accords.

Avec les deux suites d'accords mises bout à bout comme base harmonique, quelques élèves improvisent tour à tour en se servant des arpèges de chaque accord comme base.



L'enregistrement audio de cet exercice est disponible ici <https://youtu.be/2at0oD5EIV8>

#### 4 Jour 3

22) Promenade : Tout le monde marche en cercle. Alternance marche normale et marche en posant la pointe des pieds en premier. Essais en courant et en passant d'un mode de déplacement à l'autre. En continuant à marcher on fait 8 normaux puis 8 pas en partant de la pointe et on recommence. Ensuite on passe à 4 pas de chaque.

On organise ensuite les changements en 4, 4, 2, 2, 2, 2 et on recommence, cela devient musical. Ajout d'un balancement (danse). L'intervenant chante le gospel "Go Down, Moses" et les élèves claquent des doigts sur les 2<sup>e</sup> et 4<sup>e</sup> temps.

Les pas normaux deviennent de grands pas et les pointes des pas presque sur-place.

23) Ressenti corporel, le déséquilibre est musical : Expérimentation avec le centre de gravité, si on se met en déséquilibre cela crée de l'élan, de la danse et donc de la musique.

On marche sur place selon un pattern de pied D DGD G GDG





### 31) Petites œuvres en Do Majeur : Exercice pour travailler le solfège.

L'intervenant fait improviser les élèves vocalement ou à l'aide d'un instrument à l'aide de la gamme de Do. L'élève change à chaque phrase.

Cet exercice est construit sur un ajout de contraintes successives :

- L'élève improvise des petites phrases conjointement au sein d'une octave. Le groupe répète chaque fragment de mélodie avec le nom des notes.
- L'impro commence sur Do grave et se termine sur le Do aigu.

Exemple

En vocalise ou à l'instrument

Elève

Groupe

Réponse avec le nom des notes

Do Ré Mi Fa Sol La Si Do

- Ajout de deux respirations.

Exemple

En vocalise ou à l'instrument

Elève

Groupe

Réponse avec le nom des notes

Do Ré Mi Fa Sol La Si Do

- Répétition de notes.
- Retour en arrière ou non.
- Repasser sur le premier Do au cours de l'improvisation.
- Sauter une note.
- Ajout de chromatisme.
- Question-réponse à deux improvisateurs, l'un fait une phrase, le deuxième construit sa réponse en partant de la dernière note jouée par le premier.

L'enregistrement audio de cet exercice est disponible ici <https://youtu.be/dU9cyTqyRgc>

32) Gamme sans solfège, marquage au sol : tous les élèves sont assis face à l'intervenant. Celui-ci est debout au-dessus d'une ligne de marques au sol, s'il fait un pas latéral d'un côté ou de l'autre il arrive sur un autre marqueur. L'intervenant donne un contexte musical en chantant quelques notes d'une gamme puis s'arrête sur une note, les élèves répètent cette note. Si l'intervenant se déplace vers la droite (du point de vue du groupe) de marqueur en marqueur, les élèves montent la gamme. S'il se déplace vers la gauche, ils la descendent. L'intervenant peut aussi sauter des notes en sautant par dessus un marqueur, ce qui permet de faire chanter des tierces au groupe.

Si le groupe n'est pas à l'aise au chant on peut faire jouer sur un métalophone ou un l'instrument propre à l'élève.

*Vous pouvez voir une belle démonstration de ce type d'exercice par Bobby McFerrin à l'adresse suivante <https://youtu.be/ne6tB2KiZuk?t=25>*

33) Improvisation sans solfège, Dodo, Sol Sol : Cet exercice est entièrement joué sur la pulsation, il n'y a ni respiration, ni dynamique. Le groupe chante Do Do Sol Sol, un élève propose une mélodie de quatre notes, tout le groupe chante Do Do Sol Sol puis tous les élèves répètent la mélodie proposée avec le nom des notes cette fois. On chante Do Do Sol Sol, un autre élève propose une nouvelle mélodie et ainsi de suite.

On peut également sauter la phase de répétition/solmisation et faire directement improviser une mélodie à un autre élève, ce qui est travaillé dans ce cas est l'intervalle scandé entre chaque improvisation, la quinte ici.

En vocalise ou à l'instrument

Réponse avec le nom des notes

Elève

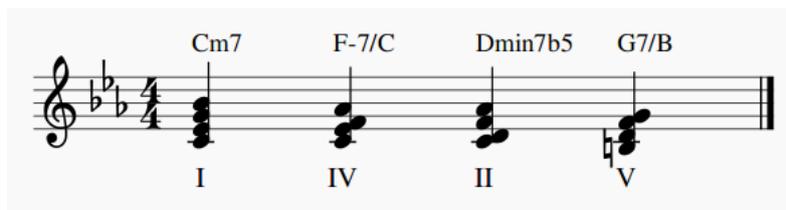
Groupe

Do Do Sol Sol Do Do Sol Sol Do Sol La Fa

*L'enregistrement audio de cet exercice est disponible ici <https://youtu.be/dU9cyTqyRgc>*

34) Petites pièces en RéMib : Après avoir discuté de deux principes de composition, la répétition et le contraste, les élèves sont chargés de composer individuellement une pièce de 30 secondes qui démarre par une répétition des notes Ré et Mib puis d'une partie contrastante. La pièce n'est pas simplement musicale, elle contient tout ce qu'on veut y mettre, corporellement ou par interaction avec des objets (tambourins, balles).

35) Impro vocal 5, prolonge les activités 20) et 21) :



Chaque élève choisit une note du premier accord, au signal de l'intervenant tout le monde chante sa note, on écoute l'harmonie qui en résulte.

Chacun choisit ensuite une note par accord et la suite d'accord est chantée.

Plusieurs consignes sont progressivement ajoutées :

- Choix individuel d'un rythme simple sur lequel chanter les notes choisies.
- Une deuxième note est choisie sur chaque accord.
- Groupe séparé en deux (Hommes/Femmes) l'un chante un ostinato sur les basses des accords pendant que les autres chantent leurs mélodies. On échange ensuite.
- Passages solo : Chant individuel de la mélodie choisie par-dessus l'ostinato.
- Passages solo : improvisation libre par dessus ostinato et mélodies

*L'enregistrement audio de cet exercice est disponible ici <https://youtu.be/dU9cyTqyRgc>*

## **5 Jour 4**

36) Échauffement, Boule d'énergie : Occupant tout l'espace dans la salle, les élèves imaginent une boule d'énergie essayant de s'échapper de l'intérieur de leur corps. Elle est localisée successivement à différents endroits (tête, cou, épaules, torse, bassin puis genoux) puis libre dans tout le corps.

37) Jeu du chef d'orchestre (version déplacement) : Occupant tout l'espace dans la salle, les élèves ferment les yeux. L'intervenant désigne un chef d'orchestre en lui touchant l'épaule. Au signal de l'intervenant, les élèves courent dans toute la salle, lorsque le chef d'orchestre s'arrête, tout le monde s'arrête.

Le but est que chacun découvre qui est le chef d'orchestre.

38) Promenade (2ème version), ronde synchronique : Les élèves marchent les uns derrière les autres en ronde. L'intervenant donne la consigne d'accélérer ensemble, comme un seul homme. Il est demandé ensuite de ralentir ensemble puis de s'arrêter à l'unisson. Quelques essais sont faits. Il y a ensuite expérimentation sur passage de la marche à la course et inversement. On constate que lors de la course on ne touche plus le sol entre les pas. Passage de la marche à la course sur un même tempo.

L'intervenant joue un air au piano, si les notes sont liées les élèves marchent, si elles sont piquées les élèves courent.

Pour tester la sensation on inverse ensuite la consigne, liées = course, piquées = marche.

39) Jeu du 1 : En binôme avec une balle, par-dessus un extrait musical, les élèves se font passer la balle en la faisant rouler au sol. Une seule consigne, il n'ont le droit de la toucher que sur les premiers temps. Activité très ludique et sportive, surtout avec les binômes éparpillés dans toute la salle qui se croisent en suivant la balle.

40) Ostinato corporel 2, reprend la chorégraphie des exercices 4) et 14) :

Un ostinato corporel est mis en place en suivant la rythmique suivante

On marche en suivant le rythme et en exagérant le déséquilibre provoqué par l'avancée longue de la deuxième noire pointée.

Cet exercice travaille la dissociation. L'intervenant demande d'ajouter petit à petit de nouvelles cellules par-dessus l'ostinato corporel afin que plusieurs éléments soient simultanément joués.

Éléments présentés dans l'ordre :

- Comptage des temps 1 2 3 4
- Frappe de pied sur 1 et 4
- Clap sur les divisions de la mesure (Ronde, blanche, noire, croche, double croche)
- A la voix "ta ta ta" dans ses deux versions, comme lors de l'exercice 15
- Clap dans les trous laissés par l'ostinato

Ostinato corporel

ta ta ta ta ta ta

Ostinato corporel

ta ta ta ta ta

41) La tasse (balle de tennis) : Les élèves éparpillés dans la salle ont tous la main à plat devant eux et y posent une balle de tennis. L'intervenant chante une mélodie avec notes longues. Chaque note entraîne la balle dans une nouvelle direction dans un mouvement constant et le corps suit. Le fait d'accompagner la mélodie corporellement permet de ressentir profondément la musicalité de celle-ci.

- Ajout de la "balle électrique" : au signal de l'intervenant, la balle "électrocute" l'élève qui se convulse en bougeant la balle dans tous les sens, l'intervenant donne un nouveau signal et les élèves s'immobilisent dans la position où ils sont. Lorsque le chant reprend la balle peut-être déplacée et le cours de l'exercice reprend.

L'activité sera pratiquée avec un élève comme chef, d'abord au chant puis à l'instrument.

42) Enchaînements balle et tambourin : L'intervenant, assis en tailleur, présente un enchaînement de différents mouvements mettant en jeu une balle et un tambourin.

Jet de la balle vers le haut et réception, en deux temps (JH)

Jet de la balle vers le bas sur le tambourin et réception après rebond, en deux temps (JT)

Jet de la balle vers le bas sur le sol et réception après rebond, en deux temps (JS)

Passage de main droite à main gauche et retour, 8 passages d'une main à l'autre en deux temps (PM).

L'enchaînement pratiqué est le suivant JH JH JT JS PM

A ces mouvements viennent s'ajouter leur équivalent en station debout ainsi que le silence, qui se marque en gardant les deux poings fermés face à soi.

Quelques enchaînements sont pratiqués en essayant d'obtenir un unisson.

43) Chef d'orchestre balle et tambourin :

En reprenant les mouvements vus lors de l'exercice n°42, un chef d'orchestre est désigné et les élèves reproduisent simultanément ses mouvements, le but est encore une fois d'obtenir un unisson. Le travail se fait ici sur le langage corporel du chef d'orchestre, l'exagération de mouvement et l'anticipation. En effet, les mouvements doivent être suffisamment lisibles dans leur préparation pour permettre aux élèves de les exécuter en même temps que le chef d'orchestre.

44) Composition à l'aide de balle : L'intervenant laisse un court temps de réflexion individuelle pour composer une suite de mouvements incluant la balle. Cette séquence doit contenir tous les mouvements et être reproductible.

Un élève montre ensuite sa séquence et tous les autres tentent de l'apprendre. Elle est ensuite reproduite par tout le monde.

45) Chant de mélodies inspirées de Gershwin : Travail des mélodies depuis partition.  
Chant ensuite associé à l'enchaînement rythmique et corporel de l'exercice n°15.

*Partition disponible en annexe (exercice 45).*

46) Sensation musicale, La marche turque : Les élèves sont éparpillés dans la salle, assis en tailleur face à face par binôme. L'intervenant joue une mélodie, ici la première phrase de la marche turque de Mozart. Un élève fait rouler au sol une balle de tennis au commencement de la phrase vers son équipier qui doit la réceptionner sur la dernière note de la mélodie. Elle est ensuite renvoyée au début de la phrase suivante et réceptionnée lorsqu'elle se termine.

L'exercice continue en ajoutant les phrases suivantes de la marche turque, ce qui nous fait deux phrases courtes suivie d'une phrase longue. Le travail est ici sur l'anticipation de la longueur de la phrase, le dosage du lancer, ainsi que sa direction, le tout en écoutant attentivement la phrase musicale.

47) Chorégraphie en binôme, balle de tennis et marche turque : Dans la continuité de l'exercice n°46. Les mêmes éléments sont repris et nous avons pour consigne de créer à partir de cette base simple une chorégraphie qui va suivre la musique. Les parties sont ajoutées une à une puis répétées un grand nombre de fois. Les chorégraphies sont ainsi mises en place progressivement et le morceau assimilé sans efforts.

Un spectacle est mis en place ensuite où trois groupes montrent leur chorégraphie simultanément pendant que le reste des élèves est spectateur.

Le passage à plusieurs diminue grandement le trac.

## 6 Jour 5

48) Échauffement, temps et contretemps : En déambulation dans toute la salle, les élèves alternent entre des pas "directs" et des pas "traînés" sur une pulsation.

Cet exercice nécessite de ressentir très fortement la pulsation, pour que, peu importe le type de pas, la marche soit toujours calée sur celle-ci.

Le pas "direct" est un pas normal mais dynamique et qui produit un son sur le temps, il sera noté ici T comme Temps.

Le pas "traîné" est un pas qui reste volontairement au sol entre les temps et qui produit naturellement un son sur le contretemps, quand la jambe avance pour prendre le prochain appui. Il sera noté ici CT comme ContreTemps.

Tout au long de l'exercice, l'intervenant procure une pulsation en chantant des mélodies ou en jouant du tambourin.

La progression se fait ainsi :

- Alternance T x8 et CT x8
- Alternance T x4, CT x4, T x2 et CT x2 (crée une sorte de groove par dessus lequel l'intervenant chante le gospel Go Down, Moses)
- Séparé en deux groupes, avec échange de rôles à chaque fin de cycle, un groupe court, l'autre alterne T et CT à chaque pas pendant 8 temps.
- Le son produit par le pied qui traîne sur les contretemps est retiré, il ne nous reste que le lever de genou qui permet de rester bien en place. Cette étape favorise la conscience du contretemps en nous obligeant à le ressentir intérieurement.
- Alternance entre T et CT au signal de l'intervenant.
- Un chef d'orchestre est désigné et l'on suit son exemple au plus près.
- Un chef d'orchestre est désigné et l'on fait l'inverse de son exemple.

49) Marche "noire pointée, croche" : Les élèves marchent normalement en chantant une chanson simple (type au clair de la lune, j'ai du bon tabac, etc).

On chante la chanson (ou juste le premier couplet) en marche normale puis on répète la chanson en "boitant" sur le rythme noire pointée, croche et en chantant les notes "en l'air" selon la marche. On revient à la normale à un endroit prédéterminé de la chanson ou à la fin de la répétition.

50) Echauffement vocal : Bourdon, changement de voyelle, cris et grognements, etc, etc.

*L'enregistrement audio de cet exercice est disponible ici <https://youtu.be/r6XyF0OA3vc>*

51) Création musicale collective à partir des mélodies type Gershwin (exercice n°45) :

Avec ostinato corporel debout (exercice n°4), le groupe chante avec le nom des notes deux fois la première ligne, deux fois la deuxième ligne, deux fois la troisième ligne, deux fois la quatrième ligne. Certains élèves peuvent cependant rester sur la ligne mélodique qu'ils viennent de chanter au lieu de changer, créant ainsi une polyphonie à deux voix, puis trois voix, puis quatre voix.

Passage à l'ostinato corporel assis, certains élèves sont désignés gardiens du temps et jouent des rythmes au tambourin pour marquer le début des mesures. On abandonne l'ostinato corporel lors du chant et on peut chanter la voix de notre choix, sans le nom des notes mais avec expression. Un élève est invité à improviser à l'instrument quand il le souhaite.

Au départ, tout le monde chante le Ré ou le La selon son choix, pendant que les tambours créent un paysage sonore, au signal les élèves chantent la phrase de leur choix.

A partir de là l'intervenant dirige légèrement jusqu'à un decrescendo final.

S'ensuit un débrief commun, où on propose d'ajouter des nuances et quelques percussions. l'intervenant propose alors à quelqu'un de diriger.

Un élève dirige ensuite. Il peut jouer avec les nuances, le nombre de personnes sur chaque voix, la présence ou non de certaines voix et l'expression.

S'ensuit un nouveau débriefing et de nouvelles remarques.

Un nouvel élève dirige ensuite, en prenant en compte ces remarques, etc.

*Partition disponible en annexe (exercice 45).*

*L'enregistrement audio de cet exercice est disponible ici <https://youtu.be/r6XyF0OA3vc>*

52) Automates en tailleur : Écoute du 4ème mouvement du "Sacre du printemps", "La ronde printanière". En tailleur, des mouvements sont associés à des éléments musicaux et à des parties de l'arrangement. En suivant la structure de la composition et ses éléments musicaux, une chorégraphie simple est apprise. Ensuite une partition d'un arrangement pour deux pianos de cette pièce sera fournie pour être étudiée.

Cette séquence sert à démontrer que des gestes associés à la musique permettent une appropriation de celle-ci et ouvrent à l'étude de celle-ci.

*L'enregistrement audio de cet exercice est disponible ici <https://youtu.be/r6XyF0OA3vc>*

### 53) Bilan de la semaine de stage :

Quelques-unes des choses qui ont marquées les stagiaires pendant ce stage

\*Inclure le mouvement dans l'apprentissage.

\*Les jeux de rythmes.

\*Le professeur qui s'adapte à l'élève.

\*Une pédagogie inclusive, qui se nourrit de la diversité du groupe.

\*Découverte de soi, de ce qui nous met mal à l'aise, de ce qu'il nous faut travailler et que plus on est investi plus on donne envie de nous suivre.

\*Être joyeux et intransigeant, c'est un peu le mix parfait.

\*Si l'intervenant est dans une pédagogie positive alors l'audience est d'autant plus bienveillante.

\*L'importance de laisser s'exprimer le corps.

\*Oser est un plaisir : "C'est du bonheur" comme dirait Jean-Marc.

\*Dire "Merci !" est un bon moyen de demander le silence.

\*Les activités en duo et trio développent la camaraderie et poussent à s'investir plus.

\*Être intransigeant sur les consignes assoit l'autorité de l'intervenant.

*L'enregistrement audio de cette partie est disponible ici <https://youtu.be/r6XyF0OA3vc>*

## **B) Archives audio et vidéo**

*Note : Ces vidéos ne sont pas listées et donc accessibles uniquement via les liens suivants. Pour des raisons évidentes de droits à l'image, merci de ne pas diffuser ces liens.*

- Vidéo de présentation des pupitres pour le concert improvisé (Partie 2.2 de ce rapport) : <https://youtu.be/6Cb1L9Ceyro>
- Vidéo des représentations du dernier jour de stage : <https://youtu.be/-k0vVfyVU-I>
- Enregistrements audio de certains exercices du stages, regroupés par jour :

*Des marqueurs sont parfois disponibles pour simplifier la navigation*

Jour 1 : <https://youtu.be/Tv3vZWRx2WM>

Jour 2 : <https://youtu.be/2at0oD5EIV8>

Jour 3 : <https://youtu.be/dU9cyTqyRgc>

Jour 4 : <https://youtu.be/jR2XruBZA6Q>

Jour 5 : <https://youtu.be/r6XyF0OA3vc>

## C) Partitions originales

### Partition de l'exercice n°30

Inspiri de Juschwin

JNA  
ant 20

The image shows a handwritten musical score on a page with five staves. The first staff is in treble clef, key signature of one sharp (F#), and 4/4 time. It contains a sequence of notes and rests. The second and third staves are in treble clef with a key signature of one flat (Bb). The fourth and fifth staves are in bass clef with a key signature of one flat (Bb). The score includes various musical notations such as notes, rests, and beams. There are some corrections and markings, including a large 'X' over a section of the fourth staff.

CANON      7 février 2001      J.N.A.

1)

2)

Pour la fin

1)

2)

impro