

Interpréter des scènes d'action : combats, chutes et maniement d'armes



12
stagiaires



40
heures



5
jours



2400 €HT
2880,00 €TTC

Description

Pour un-e comédien-ne, interpréter une scène de combat, une chute ou une action impliquant une arme suppose de conjuguer des exigences parfois difficiles à concilier : engagement physique, crédibilité de l'action, précision technique, sécurité et justesse du jeu. Il ne suffit pas de savoir reproduire un geste : celui-ci doit s'inscrire dans une situation dramatique, rester maîtrisé dans la relation avec les partenaires et pouvoir être reproduit avec précision. Le travail pour l'image ajoute des contraintes spécifiques liées au cadre, aux axes de prise de vue, aux distances ou encore à la nécessité de répéter une action d'une prise à l'autre.

C'est pour répondre à ces exigences que Les Escapes Buissonnières ont créé la formation « Interpréter des scènes d'action : combats, chutes et maniement d'armes ». Spécifiquement conçue pour les comédien-nes, elle leur propose d'acquérir les techniques, les repères et les automatismes nécessaires pour aborder ces situations physiquement exigeantes avec maîtrise et sécurité, tout en préservant la justesse et la crédibilité de leur interprétation, sur scène comme face à la caméra.

Au cours de cinq journées intensives, les stagiaires développeront progressivement leur maîtrise du mouvement et découvriront les principales techniques mobilisées dans les scènes d'action.

Profil professionnel des stagiaires

→ Comédien-nes souhaitant développer leurs compétences dans l'interprétation de scènes d'action, en acquérant les techniques fondamentales de combat, de chute et de maniement d'armes, pour la scène et pour l'image.

Prérequis

→ Exercer professionnellement en tant que comédien-ne ou justifier d'une formation professionnelle de comédien-ne.
→ Disposer d'une condition physique permettant la pratique d'activités physiques soutenues et la réalisation de combats, chutes et actions chorégraphiées.

Positionnement pédagogique

Un entretien téléphonique sera effectué en amont de la formation pour valider le parcours professionnel et les pré-requis du candidat.

Objectifs pédagogiques*

Détails page suivante

Description (suite)

Après un travail sur les fondamentaux corporels – appuis, équilibre, transfert de poids, trajectoires, distances et gestion du mouvement –, ils aborderont différentes techniques de combat et d'empoignade, puis les chutes, les morts scéniques, le maniement d'armes et le jeu des impacts de balles. Ces techniques seront progressivement associées au sein de chorégraphies de complexité croissante. Elles seront ensuite intégrées à des scènes comportant du texte afin de travailler la continuité de l'interprétation malgré les contraintes physiques et techniques. La formation abordera enfin les spécificités du travail pour l'image : les actions seront filmées, visionnées et analysées afin d'en comprendre la perception à l'écran et de les adapter aux contraintes de la prise de vue. Le parcours s'achèvera par le tournage de scènes d'action permettant de mobiliser l'ensemble des acquis dans une mise en situation de synthèse.

Pensée spécifiquement pour les comédien·nes, la formation ne visera pas à former des spécialistes de la cascade, mais à enrichir les ressources des interprètes lorsqu'ils seront confrontés à une action physique exigeante. La pédagogie sera résolument progressive et pratique : échauffements et préparation du corps, transmission des techniques, exercices individuels, en binôme ou en groupe, répétition de chorégraphies, intégration du texte et du jeu, travail face à la caméra, visionnages et analyses collectives. La répétition permettra d'acquérir progressivement des automatismes techniques et de libérer l'interprétation, tandis que l'écoute du partenaire et la sécurité resteront au cœur de chaque exercice. L'enjeu sera ainsi de permettre aux stagiaires de gagner en précision, en maîtrise et en aisance physique sans jamais dissocier la technique de ce qui demeurera au centre de leur métier : la justesse et la crédibilité du jeu.

Objectifs pédagogiques*

- Maîtriser les principes fondamentaux du mouvement et de la sécurité nécessaires à la réalisation d'actions physiques exigeantes.
- Acquérir les techniques fondamentales de combat, d'empoignade, de chute, de mort scénique et de maniement d'armes, et savoir les associer dans des actions chorégraphiées.
- Intégrer des actions physiques chorégraphiées dans l'interprétation d'une scène, tout en maintenant la justesse du jeu, l'écoute du partenaire et la maîtrise technique.
- Comprendre les spécificités de la réalisation de scènes d'action pour l'image et adapter ses techniques aux contraintes de la prise de vue.
- Mobiliser de manière coordonnée les acquis techniques et d'interprétation dans la réalisation de scènes d'action filmées, en garantissant précision, crédibilité et sécurité.

Programme

Note :

Tout au long de la formation chaque demi-journée débutera par une séance d'échauffement physique destinée à préparer progressivement le corps aux exigences des actions physiques travaillées (chutes, combats, manipulations d'armes). Les stagiaires découvrent les principes d'un échauffement efficace et mettent en œuvre les premiers exercices de préparation physique afin d'acquérir des habitudes de travail favorisant la performance et la prévention des blessures.



jour
1

Fondamentaux du mouvement et techniques de combat

→ Présentations

- Présentation de l'intervenant, de son parcours et de son expérience professionnelle.
- Présentation des stagiaires et de leurs expériences éventuelles en matière de combat scénique.
- Présentation de la formation : objectifs, compétences visées et déroulement.
- Présentation du cadre de travail, des principes généraux de prévention et des règles de sécurité qui devront être appliquées tout au long de la formation.
- Sensibilisation à la responsabilité de chacun dans la sécurité de ses partenaires.

→ Fondamentaux du mouvement

- Introduction aux principes permettant de comprendre et de maîtriser le mouvement afin de réaliser des actions physiques de manière précise et sécurisée.
- + Comprendre le mouvement et les mécanismes fondamentaux de la biomécanique du geste
- + Identifier les appuis et comprendre leur rôle dans la stabilité, le déplacement et la réalisation d'une action
- + Apprendre à gérer son corps, son engagement physique et ses déplacements en toute sécurité
- + Prendre conscience de ses capacités, de ses limites et de celles de son partenaire
- Travail pratique autour de plusieurs fondamentaux :
 - + Transfert de poids : déplacement du poids du corps, gestion des appuis et accompagnement du mouvement
 - + Centre de gravité : recherche de l'équilibre et du déséquilibre, influence du positionnement du corps sur la stabilité
 - + Vitesse et direction d'un coup : maîtrise de la trajectoire, de l'amplitude et de la vitesse du geste
 - + Distance au partenaire : appréciation et maintien d'une distance permettant de produire une action crédible sans mettre le partenaire en danger
- Décomposition et analyse d'un coup à partir d'un exemple simple : la gifle. Identification des différentes phases du mouvement et travail progressif de la trajectoire, de la distance, de la vitesse, de la réaction du partenaire et de la sécurité.

→ Combats et empoignades – Techniques fondamentales

Découverte et mise en pratique des principes techniques permettant de simuler différents coups et actions de combat en préservant la sécurité des partenaires.

- Travail sur différents types de coups :
 - + Gifle
 - + Coup de poing au théâtre
 - + Coup de poing au cinéma

Programme^(suite)

jour 1

→ Combats et empoignades – Techniques fondamentales (suite)

Pour chacune de ces techniques : décomposition du mouvement, positionnement des partenaires, gestion de la distance et de la trajectoire, contrôle de l'impact, réaction du partenaire et recherche de crédibilité.

Comparaison du coup de poing destiné à la scène et du coup de poing destiné à l'image : différences de placement, d'amplitude, de distance et de réalisation en fonction du point de vue du spectateur ou de la caméra.

- Travail du tirage de cheveux :
- + Placement des partenaires et prises sécurisées
- + Principe de simulation de la traction
- + coordination entre l'action de l'un et la réaction de l'autre
- + déplacements et accompagnement du mouvement
- + recherche de crédibilité sans mise en danger du partenaire

→ Mise en situation et première chorégraphie à deux

Les stagiaires mettent en application les techniques abordées au cours de la journée à travers l'apprentissage et la réalisation d'une première courte chorégraphie de combat à deux.

- Apprentissage et mémorisation d'un enchaînement associant plusieurs techniques.
- Décomposition puis enchaînement progressif des différentes actions.
- Travail des placements, des distances, des trajectoires et des déplacements.
- Coordination avec le partenaire et travail de l'écoute.
- Recherche de fluidité et de continuité dans l'enchaînement.
- Ajustement progressif du rythme et de la vitesse d'exécution.
- Maintien de la précision technique et des règles de sécurité lors de l'enchaînement des actions.
- Répétition de la chorégraphie jusqu'à l'obtention d'une exécution maîtrisée, fluide et crédible.

Combats et empoignades : approfondissement et mise en situation

jour 2

→ Combats et empoignades – Coups complexes

Approfondissement des techniques de combat à travers l'apprentissage de coups nécessitant une coordination et une maîtrise plus importantes.

- Travail sur différents types de coups :
- + Coup de tête
- + Coup de genou
- + Coup de pied
- + Manchette

Programme^(suite)

→ Combats et empoignades – Coups complexes (suite)

Pour chacune de ces techniques :

- + Décomposition et compréhension du mouvement
- + Travail des appuis, de l'équilibre et du transfert de poids
- + Maîtrise de la trajectoire, de l'amplitude et de la distance au partenaire
- + Coordination entre l'action portée et la réaction du partenaire
- + Contrôle du geste et absence d'impact réel
- + Recherche de fluidité et de crédibilité dans l'exécution
- + Mise en application des règles de sécurité propres à chaque technique

Les différentes techniques sont progressivement associées aux coups et empoignades abordés lors de la journée précédente afin de développer la capacité à enchaîner plusieurs types d'actions.

→ Précision, blocages et impulsions

Travail visant à développer la précision et la maîtrise nécessaires à la réalisation et à l'enchaînement des actions de combat.

- + Exercices de précision des trajectoires et des placements
- + Travail de la distance, de la direction et du contrôle des coups à l'aide de paos.
- + Ajustement des appuis et du positionnement du corps en fonction de l'action réalisée
- + Travail progressif de la vitesse d'exécution tout en maintenant la précision et le contrôle du geste
- Notion de blocage :
 - + Découverte de différents principes permettant de simuler le blocage ou la parade d'un coup
 - + Coordination entre l'attaque et la réaction du partenaire
 - + Travail du placement, du timing et de la distance
 - + Intégration des blocages dans de courts enchaînements
- Travail des impulsions :
 - + Comprendre le principe de l'impulsion et son utilisation dans une action de combat
 - + Apprendre à donner et à recevoir une impulsion de manière contrôlée
 - + Coordonner l'impulsion avec le déplacement et la réaction du partenaire
 - + Utiliser l'impulsion pour produire une action lisible et crédible tout en préservant la sécurité

→ Construction d'une chorégraphie à trois

Les stagiaires mobilisent les différentes techniques travaillées depuis le début de la formation dans la construction et la réalisation d'une chorégraphie impliquant trois partenaires.

- Apprentissage et mémorisation de la chorégraphie.
- Organisation des placements et des déplacements de trois partenaires dans un même espace.
- Enchaînement de différents coups, blocages et empoignades.
- Coordination des actions et des réactions entre les différents partenaires.
- Travail des distances, des trajectoires et du rythme.
- Gestion de l'attention et de l'écoute lorsque plusieurs actions et partenaires sont impliqués.
- Répétition progressive, d'abord à vitesse réduite puis à un rythme permettant de conserver précision, fluidité et crédibilité.
- Maintien permanent de la maîtrise technique et des règles de sécurité.

Programme^(suite)

jour 2

→ Intégrer un combat dans l'interprétation d'une scène

À partir de la chorégraphie travaillée précédemment, les stagiaires abordent son intégration dans une scène comportant du texte et nécessitant un véritable travail d'interprétation.

Les stagiaires expérimentent et travaillent notamment :

- Le maintien de l'écoute et de la relation au partenaire pendant l'action.
- La continuité des intentions et des émotions avant, pendant et après l'action physique.
- L'articulation entre texte, jeu, déplacements et actions chorégraphiées
- La gestion de l'effort, de la respiration et de la voix.
- Le maintien de la précision technique et des règles de sécurité sans rendre perceptible l'anticipation de l'action.
- La capacité à rester dans la situation et dans le personnage malgré la concentration nécessaire à l'exécution de la chorégraphie.

jour 3

Chutes et morts scéniques

→ Chutes – Techniques fondamentales

Apprentissage des principes techniques permettant de réaliser différents types de chutes de manière maîtrisée et sécurisée.

- Apprendre à tomber en sécurité :
- + Travail des appuis, de l'équilibre et du déséquilibre
- + Apprentissage des placements et des gestes permettant de protéger le corps lors de la chute
- + Travail du relâchement et de l'accompagnement du mouvement
- + Maîtrise de la descente au sol et de la réception
- + Expérimentation de différentes directions et formes de chutes
- + Recherche de fluidité et de crédibilité tout en conservant la maîtrise du mouvement
- Travail sur les évanouissements :
- + Travail de la perte progressive des appuis et du relâchement corporel
- + Maîtrise de la descente au sol et de la réception
- + Recherche de différentes dynamiques permettant de rendre l'évanouissement crédible tout en garantissant la sécurité

→ Morts scéniques

Exploration de différentes manières de représenter une mort scénique de façon maîtrisée et crédible :

- Empoisonnement.
- Égorgement.
- Autres morts scéniques.

Travail sur la réaction corporelle, le rythme et la progression de l'action, le relâchement, la chute ou la descente au sol et l'immobilité. Recherche de crédibilité tout en conservant la maîtrise technique et les conditions de sécurité.

Programme^(suite)

jour 3

→ Intégrer chutes et morts scéniques dans l'interprétation d'une scène

À partir des techniques travaillées précédemment, les stagiaires intègrent des chutes et des morts scéniques dans des scènes comportant du texte et du jeu, en réinvestissant les principes d'interprétation abordés lors du travail sur les combats.

Une attention particulière est portée à l'inscription de ces actions dans la continuité de la situation dramatique et à leur crédibilité au regard des circonstances et du personnage.

Les stagiaires travaillent notamment :

- La préparation et le déclenchement d'une chute sans rendre perceptible son anticipation
- L'adaptation de la chute à la situation dramatique et à l'action qui la provoque
- La continuité de l'interprétation avant, pendant et après la chute
- La traduction dans le jeu des conséquences physiques de la chute
- La construction et l'interprétation d'une mort scénique en cohérence avec l'action et les circonstances de la scène
- La maîtrise de l'immobilité, de la respiration et du relâchement corporel nécessaires à la crédibilité d'une mort scénique
- Le maintien de la précision technique et des conditions de sécurité sans nuire à la justesse de l'interprétation

jour 4

Techniques d'action et adaptation à la caméra

→ Maniement d'armes – Techniques fondamentales

Découverte des principes fondamentaux permettant d'intégrer le maniement d'armes dans une action scénique de manière maîtrisée et sécurisée.

- Familiarisation avec les accessoires utilisés et les règles de sécurité associées.
- Travail des prises, des positions et des déplacements avec une arme.
- Apprentissage de manipulations simples et de leur enchaînement.
- Coordination des gestes avec les déplacements et les actions des partenaires.
- Recherche de précision, de fluidité et de crédibilité dans les manipulations.
- Respect permanent des consignes et procédures de sécurité.

→ Impacts de balles

Travail d'interprétation physique autour de la réception d'un impact de balle.

- Exploration de différentes réactions corporelles à un impact.
- Travail de la localisation de l'impact et de ses conséquences sur le mouvement du corps.
- Travail du déséquilibre, de la perte d'appui et, lorsque la situation le nécessite, de la chute.
- Recherche sur l'intensité, le rythme et la progression de la réaction physique.
- Enchaînement de plusieurs impacts et coordination des réactions corporelles.
- Recherche de crédibilité tout en conservant la maîtrise du mouvement et la sécurité.

Programme^(suite)

jour
4

→ Intégrer le maniement d'armes et les impacts de balles dans l'interprétation d'une scène

À partir des techniques travaillées précédemment, les stagiaires intègrent le maniement d'armes et le jeu d'impacts de balles dans des scènes comportant du texte et du jeu, en réinvestissant les principes d'interprétation abordés lors du travail sur les combats. Une attention particulière est portée à l'inscription de ces actions dans la situation dramatique, à leur incidence sur le comportement des personnages et à leur intégration dans la continuité du jeu.

Les stagiaires travaillent notamment :

- L'intégration de la manipulation de l'arme dans le jeu, les déplacements et la relation au partenaire.
- La réalisation des gestes techniques sans interrompre la continuité de l'interprétation ni rendre perceptible leur anticipation.
- L'adaptation du comportement du personnage à la présence, à la menace ou à l'utilisation d'une arme.
- La réaction physique à un impact de balle et son articulation avec la situation et les intentions du personnage.
- La continuité de l'interprétation avant, pendant et après l'impact.
- L'intégration des conséquences physiques de l'impact dans la poursuite de la scène.
- Le maintien de la précision technique, de la maîtrise des actions et des règles de sécurité tout au long de la scène.

→ Apprentissage et répétition de chorégraphies associant différentes techniques (combats, chutes, morts scéniques, manipulation d'armes)

L'intervenant·e apprend aux stagiaires plusieurs chorégraphies leur permettant de mobiliser et d'associer les différentes techniques travaillées au cours des journées précédentes : combats, empoignades, chutes, morts scéniques et manipulations d'armes.

Les chorégraphies sont d'abord décomposées puis répétées progressivement. Les stagiaires travaillent notamment la mémorisation des enchaînements, les déplacements, les distances, les trajectoires, le rythme et la coordination avec leurs partenaires. Une attention particulière est portée au respect des règles de sécurité et à la capacité à reproduire précisément les actions réalisées.

→ Comprendre les spécificités du travail face à la caméra

Une fois les chorégraphies maîtrisées, les stagiaires les réalisent devant une caméra, avec l'intervention d'un cadreur. Ces premières prises sont effectuées sans modifier spécifiquement le travail réalisé jusque-là afin de pouvoir observer la manière dont les actions sont perçues à l'image.

Programme^(suite)

jour
4

→ Comprendre les spécificités du travail face à la caméra (suite)

Les séquences tournées sont ensuite visionnées et analysées collectivement. Ce travail permet aux stagiaires de confronter leurs sensations pendant l'exécution à ce qui est effectivement perceptible à l'écran et de comprendre les principales spécificités de la réalisation d'un combat ou d'une cascade pour l'image.

À partir des différentes prises sont notamment abordées les notions suivantes :

- Identifier les différences entre la réalisation d'une action physique pour la scène et pour l'image.
- Comprendre l'incidence du cadre, de l'axe de prise de vue, de la distance à la caméra et de la valeur de plan sur la perception d'un combat, d'une chute ou d'une manipulation d'arme.
- Comprendre les principes de triche permettant de produire une impression de contact, d'impact, de violence ou de danger tout en préservant la sécurité des interprètes.
- Prendre en compte la lisibilité de l'action à l'image et la nécessité d'adapter l'amplitude, la vitesse, les trajectoires et le placement des gestes.

jour
5

Interprétation et réalisation de scènes d'action pour l'image

→ Adaptation des techniques (combats, chutes, morts scéniques, manipulation d'armes) au travail pour l'image

À partir de l'analyse effectuée précédemment, les stagiaires reprennent les mêmes chorégraphies afin de les adapter aux contraintes de la prise de vue.

Ils expérimentent différents placements, axes, distances, trajectoires et rythmes et ajustent leurs actions en fonction du positionnement et des mouvements de la caméra. Les chorégraphies ainsi adaptées sont de nouveau répétées puis filmées. Les nouvelles prises sont visionnées et comparées aux précédentes afin de mesurer les effets des modifications apportées. Les stagiaires procèdent enfin aux derniers ajustements nécessaires pour améliorer la lisibilité, la crédibilité et l'efficacité des actions à l'image, tout en maintenant leur maîtrise technique et les conditions de sécurité.

→ Intégration des chorégraphies dans l'interprétation de scènes

À partir des chorégraphies cascade travaillées précédemment, les stagiaires abordent leur intégration dans des scènes comportant du texte et nécessitant un véritable travail d'interprétation. Des situations dramatiques et des enjeux de jeu sont ainsi associés aux actions physiques afin que celles-ci prennent place dans le déroulement d'une scène et ne soient plus exécutées comme des éléments techniques isolés.

Les stagiaires prennent d'abord connaissance des scènes et des situations proposées. Ils en identifient les principaux éléments dramaturgiques : circonstances, relations entre les personnages, intentions, enjeux et évolution de la situation. Le texte et le jeu sont progressivement intégrés aux chorégraphies afin d'articuler précisément les différentes phases de jeu et d'action physique.

Une attention particulière est portée aux difficultés spécifiques rencontrées par l'interprète lorsqu'il doit simultanément jouer une situation et réaliser une action physique exigeante.



Programme^(suite)



jour
4

→ Comprendre les spécificités du travail face à la caméra (suite)

Les séquences tournées sont ensuite visionnées et analysées collectivement. Ce travail permet aux stagiaires de confronter leurs sensations pendant l'exécution à ce qui est effectivement perceptible à l'écran et de comprendre les principales spécificités de la réalisation d'un combat ou d'une cascade pour l'image.

À partir des différentes prises sont notamment abordées les notions suivantes :

- Identifier les différences entre la réalisation d'une action physique pour la scène et pour l'image.
- Comprendre l'incidence du cadre, de l'axe de prise de vue, de la distance à la caméra et de la valeur de plan sur la perception d'un combat, d'une chute ou d'une manipulation d'arme.
- Comprendre les principes de triche permettant de produire une impression de contact, d'impact, de violence ou de danger tout en préservant la sécurité des interprètes.
- Prendre en compte la lisibilité de l'action à l'image et la nécessité d'adapter l'amplitude, la vitesse, les trajectoires et le placement des gestes.



jour
5

Interprétation et réalisation de scènes d'action pour l'image

→ Adaptation des techniques (combats, chutes, morts scéniques, manipulation d'armes) au travail pour l'image

À partir de l'analyse effectuée précédemment, les stagiaires reprennent les mêmes chorégraphies afin de les adapter aux contraintes de la prise de vue.

Ils expérimentent différents placements, axes, distances, trajectoires et rythmes et ajustent leurs actions en fonction du positionnement et des mouvements de la caméra. Les chorégraphies ainsi adaptées sont de nouveau répétées puis filmées. Les nouvelles prises sont visionnées et comparées aux précédentes afin de mesurer les effets des modifications apportées. Les stagiaires procèdent enfin aux derniers ajustements nécessaires pour améliorer la lisibilité, la crédibilité et l'efficacité des actions à l'image, tout en maintenant leur maîtrise technique et les conditions de sécurité.

→ Intégration des chorégraphies dans l'interprétation de scènes

À partir des chorégraphies cascade travaillées précédemment, les stagiaires abordent leur intégration dans des scènes comportant du texte et nécessitant un véritable travail d'interprétation. Des situations dramatiques et des enjeux de jeu sont ainsi associés aux actions physiques afin que celles-ci prennent place dans le déroulement d'une scène et ne soient plus exécutées comme des éléments techniques isolés.

Les stagiaires prennent d'abord connaissance des scènes et des situations proposées. Ils en identifient les principaux éléments dramaturgiques : circonstances, relations entre les personnages, intentions, enjeux et évolution de la situation. Le texte et le jeu sont progressivement intégrés aux chorégraphies afin d'articuler précisément les différentes phases de jeu et d'action physique.

Une attention particulière est portée aux difficultés spécifiques rencontrées par l'interprète lorsqu'il doit simultanément jouer une situation et réaliser une action physique exigeante.



Programme^(suite)

→ Intégration des chorégraphies dans l'interprétation de scènes (suite)

Les scènes sont répétées dans leur continuité afin de rechercher une articulation fluide entre interprétation et action physique. Les stagiaires travaillent particulièrement les transitions entre les moments de jeu et les différentes phases de la chorégraphie, afin que l'action physique (combat, chute, mort scénique, manipulation d'armes) apparaisse comme la conséquence de la situation dramatique et non comme une rupture dans l'interprétation.

Au fil des répétitions, les stagiaires ajustent leur jeu et leur engagement physique afin de maintenir la justesse de leur interprétation tout en conservant la précision, la maîtrise et la sécurité nécessaires à la réalisation des actions chorégraphiées.

→ Mise en situation : tournage de scènes d'action

Le tournage des scènes d'action travaillées précédemment permet aux stagiaires de mobiliser et d'articuler l'ensemble des compétences techniques et d'interprétation acquises au cours de la formation.

Avant le tournage, les scènes sont reprises afin d'effectuer les dernières répétitions et de procéder aux ajustements nécessaires en fonction de leur réalisation face à la caméra. En lien avec le cadreur, les stagiaires prennent en compte le cadre, les axes de prise de vue, les placements et les déplacements nécessaires à la lisibilité des actions. Ce travail permet de remobiliser de manière intégrée les principaux acquis de la formation :

- Préparation et mise en sécurité de son corps avant la réalisation d'actions physiques exigeantes
- Maîtrise des techniques de combat, d'empoignade, de chute, de mort scénique et de manipulation d'armes
- Mémorisation et restitution précise des actions chorégraphiées.
- Maîtrise des distances, des trajectoires, des impacts, des déplacements et du rythme.
- Adaptation des actions au cadre, aux axes et aux contraintes de la prise de vue.
- Maintien de l'écoute, des intentions, du texte et de la justesse de l'interprétation pendant la réalisation des actions physiques.
- Coordination avec les partenaires et respect permanent des règles de sécurité.

Les scènes sont ensuite tournées avec l'intervention d'un cadreur. À chaque prise, les stagiaires doivent restituer précisément les actions chorégraphiées tout en maintenant la continuité et la justesse de leur interprétation et en tenant compte des contraintes liées à la caméra.

La réalisation de plusieurs prises permet également de travailler la reproductibilité : retrouver les placements, les trajectoires, le rythme et les intentions, assurer la continuité des actions et intégrer les ajustements demandés d'une prise à l'autre.

Entre les prises, les stagiaires analysent le résultat obtenu et procèdent aux ajustements nécessaires. Le tournage constitue ainsi une mise en situation de synthèse au cours de laquelle ils doivent conjuguer sécurité, précision technique, efficacité à l'image, coordination avec leurs partenaires et justesse de l'interprétation.

→ Bilan de la formation

- Retour collectif sur les différentes mises en situation réalisées et les difficultés rencontrées.
- Identification par chaque stagiaire de ses acquis et des points restant à consolider.
- Échanges avec l'intervenant-e et conseils pour poursuivre la pratique des techniques abordées en sécurité.
- Bilan général et clôture de la formation.

Modalités pédagogiques

Techniques pédagogiques

→ Démonstration pratique par l'intervenant-e

Suivie de la reproduction des gestes et techniques par les stagiaires.

→ Exercices pratiques dirigés

Individuels, en binôme ou en groupe, avec répétition progressive des techniques et des enchaînements.

→ Apprentissage et répétition de chorégraphies

Permettant d'associer les différentes techniques travaillées et d'en développer la maîtrise, la fluidité et la reproductibilité.

→ Mises en situation

Par l'intégration des techniques et des chorégraphies dans des scènes comportant du texte et du jeu.

→ Observation, captation vidéo et analyse collective

Permettant aux stagiaires d'analyser leur pratique et d'adapter leurs actions aux contraintes du travail pour l'image

→ Mise en situation professionnelle de synthèse

A travers le tournage de scènes d'action mobilisant l'ensemble des acquis techniques et d'interprétation.

→ Entretien avec des professionnels

Des échanges sont menés régulièrement avec l'intervenant-e, professionnel-le expérimenté-e en activité, sur les attentes de la profession en termes d'interprétation de scènes d'action.

Supports de travail

- Textes et scènes de travail intégrant combats, chutes, morts scéniques, maniement d'armes et autres actions physiques.
- Chorégraphies et enchaînements préparés par l'intervenant-e, utilisés comme supports de mémorisation, de répétition et de mise en situation.
- Séquences vidéo réalisées pendant la formation, utilisées pour le visionnage, l'analyse des actions et la comparaison des différentes prises.
- Extraits vidéo de référence, le cas échéant, permettant d'illustrer et d'analyser différentes réalisations de scènes d'action.

Modalités pédagogiques^(suite)

Évaluation

L'évaluation est continue tout au long de la formation, notamment lors des exercices de mise en pratique.

Évaluation en fin de stage

Cette évaluation se fait jour 5 lors de la mise en situation professionnelle (tournage de scènes d'action).

L'intervenant-e évalue l'acquisition des objectifs pour chaque stagiaire à l'aide d'une grille d'évaluation dont les critères ont été déterminés en amont par l'intervenant-e et le responsable pédagogique.

Des bilans et synthèses personnalisés sont effectués par l'intervenant-e.

Moyens Techniques

- Une grande salle de travail dégagée et adaptée à la pratique d'activités physiques et de combats scéniques.
- Tapis de protection permettant le travail au sol et l'apprentissage des chutes en sécurité.
- Paos et matériel de frappe pour les exercices de précision, de trajectoire et de contrôle des coups.
- Armes factices et accessoires scéniques adaptés aux exercices de manipulation prévus pendant la formation.
- Caméra et matériel de prise de vue, utilisés pour la captation des chorégraphies et le tournage des scènes d'action.
- Matériel de diffusion vidéo (écran ou vidéoprojecteur) permettant le visionnage et l'analyse collective des prises réalisées.
- Matériel informatique permettant la lecture et la gestion des séquences vidéo tournées pendant la formation.

Inscription

Sur notre site internet : escalesbuissonnieres.fr