

LE GUIDE D'IMPROVISATION DU CJP



UNE INITIATIVE DU CONSEIL JEUNESSE PROVINCIAL
(CJP) DE LA NOUVELLE ÉCOSSE



Survole du contenu du guide des séances

8 jeux de réchauffements	2
1. Freeze	2
2. Bippity Bippity Bop	3
3. Hep	4
4. Squirt	5
5. Zombie	5
6. Zip zap zop	6
7. Bang!	6
8. La nouvelle du jour	6
Semaine 1: Introduction à l'improvisation	7
Semaine 2: Expression d'émotions	10
Semaine 3: Oui et... En Action!.....	12
Semaine 4: Travailler en équipe.....	14
Semaine 5: Penser rapidement	16
Semaine 6: Mimes	18
Semaine 7: Personnages I	20
Semaine 8: Introduction au match d'improvisation	21
Semaine 9: Le caucus	24
Semaine 10: Pratiquer les catégories d'ambiance (musicale, dramatique, humoristique, à la manière de...)	26
Semaine 11: Mélanger les idées.....	28
Semaine 12: Les aspects d'une bonne histoire	30
Semaine 13: L'écoute active	32
Semaine 14: Pratiquer les catégories contraintes (rimée, chantée, sans sons, sans paroles)	33
Semaine 15: Gestion du temps sur scène	35
Semaine 16: Solo improvisé.....	37
Semaine 17: Mise en scène.....	38
Semaine 18: Personnages II	40
Semaine 19: Pratiquer les catégories de structure (poursuite, avec accessoire, sans limites ni frontières, countdown)	43
Semaine 20: Simulation d'un match officiel	45
Remerciements	48
Annexe.....	49
Feuille de cartes d'improvisations	49
L'impro-match : Règlements et information générale	50

8 jeux de réchauffements

Objectifs:

Ces 8 exercices visent à réveiller le cerveau des joueurs avant de commencer l'improvisation. L'improvisation demande une pensée rapide, et ces exercices les préparent à cela. En plus, ces jeux vont aider à créer des liens entre les joueurs et à renforcer l'esprit d'équipe. À chaque début de séance, choisissez un jeu de réchauffement pour commencer la session. Les 8 jeux présentés sont des exercices recommandés, mais il existe de nombreux autres jeux de réchauffement dans le monde de l'improvisation. Vous êtes libre d'utiliser n'importe quel exercice de votre choix pour commencer votre séance d'improvisation.

1. Freeze

Freeze est un jeu qui peut se jouer aussi bien au début d'une pratique d'improvisation qu'à la fin lorsque les joueurs ont moins d'énergie.

Le jeu commence avec 2 joueurs sur la scène et le reste dans la foule. Les deux joueurs commencent les 20 premières secondes d'une improvisation de leur choix. Après cette période de 20 secondes, un joueur dans la foule peut dire freeze. Les deux joueurs sur scène doivent garder leurs positions et le joueur qui a dit freeze doit prendre la position d'un des deux joueurs. Le joueur qui vient de rentrer sur scène doit commencer une nouvelle histoire en s'inspirant de sa position de départ jusqu'à ce qu'un autre joueur dit freeze. Il est important de noter que le joueur qui est sur la scène depuis le plus longtemps est celui qui sera remplacé à chaque fois.

Après avoir joué au jeu plusieurs fois, le coach peut ajouter la composante clap. À tout moment, lors d'une improvisation, le coach peut taper dans ses mains. Lorsque la clap est entendu, le dernier joueur qui a parlé doit changer le ou les derniers mots de sa phrase. Le coach n'est pas limité à un clap à la fois, il peut taper dans ses mains jusqu'à ce qu'il soit satisfait. Lorsque le coach est satisfait, l'improvisation continue avec la nouvelle phrase. Ceci encourage les joueurs à penser rapidement et peut-être un outil pour les forcer à sortir de zone de confort.

2. Bippity Bippity Bop

“Bippity Bippity Bop” est un jeu dynamique où les actions sont introduites progressivement au fil du jeu. Il est recommandé de ne pas présenter toutes les actions lors d'une même séance afin de maintenir un aspect de nouveauté à chaque partie.

Pour commencer, les joueurs forment un cercle avec le coach au centre. Lorsque le coach pointe un joueur et dit “Bippity Bippity Bop”, le joueur pointé doit dire “Bop” avant que l'entraîneur le dise.

Lorsque la première consigne est bien comprise, l'entraîneur peut pointer à un joueur et dire “Bop”, le joueur pointé doit rester silencieux et ne pas bouger.

“Bippity Bippity Bop” et “Bop” sont les actions de base du jeu. Mais d'autres peuvent être ajoutées dans n'importe quel ordre et à n'importe quel moment. Pour ajouter une action, le coach pointe un élève et fait l'action qu'il désire rajouter, puis dit “Bippity Bippity Bop”. Tous les joueurs doivent compléter l'action avant que l'entraîneur termine sa phrase. Voici une liste des autres actions qui peuvent être ajoutées:

- **Éléphant:** Lorsque le coach pointe à un joueur et dit «Éléphant», ce joueur doit lever son bras devant lui pour représenter la trompe de l'éléphant. Les joueurs de chaque côté doivent positionner leurs bras en demi-cercle pour simuler les oreilles de l'éléphant.
- **Power rangers:** Lorsque le coach pointe à un joueur et dit «power rangers», le joueur avance, les 2 joueurs à sa droite se placent en ligne diagonale derrière lui et les 2 joueurs à sa gauche font la même chose. Les élèves forment un V avec le premier joueur à la pointe. Tous les joueurs placent leur poing sur leurs hanches pour faire une pose de super héros.
- **Avion:** Lorsque le coach pointe à un joueur et dit «avion», ce joueur fait des lunettes avec ses mains et un joueur de chaque côté doit pointer ses bras dans la direction opposée du premier joueur de façon à former les ailes d'un avion.
- **Charlie's angels:** Lorsque le coach pointe à un joueur et dit «charlie's angels», ce joueur fait un pistolet avec ses mains et le pointe vers le haut. Les joueurs de chaque côté se mettent dos au premier joueur et à leur tour pointe leurs pistolets vers le haut

- **Surfeur:** Lorsque le coach pointe à un joueur et dit «surfeur», ce joueur se met de côté et mime être sur une planche de surf. Les joueurs de chaque côté doivent se tourner vers le premier joueur et imiter les vagues.
- **Machine à laver:** Lorsque le coach pointe à un joueur et dit «machine à laver», ce joueur commence à tourner sur lui-même. Les joueurs de chaque côté doivent mettre leur bras en forme de carré autour du premier joueur pour former les parois de la machine à laver.

3. Hep

Les joueurs (et l'entraîneur) se placent en cercle. On imagine une boule d'énergie qui bouge de joueur en joueur, le but est de se débarrasser de cette boule le plus vite possible lorsqu'on la reçoit. Il y a différentes façons de transférer la boule d'énergie, il est recommandé de les ajouter progressivement. Les voici:

- **Hep:** Le joueur avec la boule d'énergie tape dans ses mains dans la direction d'un joueur à ces côtés et dit «Hep». Hep peut seulement être utilisé pour transférer la boule d'énergie à un joueur directement adjacent et doit continuer dans le même sens.
- **Bang:** Lorsque quelqu'un se fait transférer la boule d'énergie, il lève ses bras en pliant ses coudes en 90 degrés et dit «bang». La boule d'énergie retourne à celui qui l'a envoyée et le sens de hep est inversé.
- **Shiva:** Lorsqu'un joueur se fait transférer la boule d'énergie, il pointe à n'importe quel joueur dans le cercle et dit «Shiva». Le joueur pointé reçoit la boule d'énergie et peut passer le hep dans n'importe quelle direction.
- **Dooptyloop:** Lorsqu'un joueur reçoit la boule d'énergie, il fait un cercle avec son doigt dans la direction du hep et dit «dooptyloop». La boule d'énergie passe un joueur et se fait transférer à celui d'après.
- **Dipadipdee:** Lorsqu'un joueur se fait transférer la boule d'énergie, il fait deux cercles avec son doigt dans la direction du hep et dit «dipadipdee». La boule d'énergie passe deux joueurs et se fait transférer à celui d'après.

4. Squirt

Les joueurs se rassemblent en cercle, avec le coach au centre. Tout le monde forme des pistolets à eau avec leurs mains. Lorsque le coach désigne un joueur et dit «s squirt», ce joueur doit se baisser. Les joueurs de chaque côté doivent pointer leurs pistolets l'un vers l'autre et crier "s squirt".

Le jeu commence par quelques rondes de pratique pour que les élèves se réchauffent, ensuite les éliminatoires commencent. Lorsqu'un joueur est éliminé, il s'assoit par terre. Il y a trois façons dont un joueur peut être éliminé :

1. Le joueur désigné par le coach ne se baisse pas.
2. Un joueur qui n'est pas censé se baisser ou pointer son pistolet le fait.
3. Un des deux joueurs qui doivent crier «s squirt» le fait plus lentement que l'autre joueur.

Quand il reste deux joueurs, ils entrent en duel. Ils se placent dos à dos au centre de la salle. Le coach dit des fruits, et à chaque fruit, les joueurs font un pas en avant. Quand le coach dit un légume, ils se retournent et crient "s squirt" en pointant leur pistolet d'eau vers l'autre. Si l'un des joueurs crie "s squirt" avant que le légume ne soit dit, l'autre joueur gagne. Sinon, le premier à crier "s squirt" gagne. Si vous ne pouvez pas déterminer qui a crié "s squirt" en premier, les joueurs peuvent jouer à roche-papier-ciseaux.

5. Zombie

Les joueurs et le coach se placent en cercle. Une personne se porte volontaire pour commencer. Ce joueur doit nommer un autre joueur qui n'est pas directement à côté de lui et marche vers ce joueur avec les bras tendus devant lui, comme un zombie. Lorsqu'un joueur est nommé, il doit à son tour choisir une autre personne et faire la même chose avant que le "zombie" (le joueur qui a dit son nom) le touche. Lorsqu'un joueur nomme quelqu'un et commence à se déplacer vers cette personne, le premier "zombie" continue à marcher et prend la place du joueur qu'il avait nommé.

Pour commencer, vous pouvez jouer sans élimination et demander aux joueurs de marcher lentement pour laisser le temps aux autres joueurs de réagir. Ensuite, vous pouvez introduire l'élimination si vous avez un groupe assez grand, en permettant aux joueurs de marcher plus rapidement comme des zombies. Un joueur peut être éliminé de deux façons :

1. S'il ne dit pas le nom d'un autre joueur avant que le "zombie" ne le touche.
2. S'il dit le nom du "zombie" ou d'un joueur à côté de lui.

6. Zip zap zop

Les joueurs se placent en cercle. Un joueur se porte volontaire pour commencer. Ce joueur pointe vers un autre et dit "zip". Ce joueur doit ensuite pointer vers un autre joueur et dire "zap". Ensuite, ce joueur doit pointer vers un autre et dire "zop". Ceci continue en suivant l'ordre "zip zap zop".

Pour commencer, vous pouvez jouer sans éliminations, puis ajouter l'élimination par la suite. Si un joueur ne dit pas le bon mot ou ne réagit pas assez rapidement, il est éliminé.

7. Bang!

Les joueurs se placent en cercle et regardent le sol. Le coach dit "1, 2, 3, bang". Lorsqu'il dit "bang", les joueurs doivent regarder un autre joueur de leur choix. Si deux joueurs se regardent mutuellement, ils sont tous les deux éliminés. Après l'élimination des paires, les joueurs regardent à nouveau le sol et le coach répète "1, 2, 3, bang". Ce processus continue jusqu'à ce qu'il ne reste qu'un ou deux joueurs.

8. La nouvelle du jour

Les joueurs se placent en cercle. Un joueur se porte volontaire pour commencer en disant une phrase qui pourrait être un titre d'article de nouvelle. Ensuite, le joueur suivant dans le cercle doit dire un autre titre d'article, mais il doit commencer avec le dernier mot de celui d'avant. Ce cycle continue en cercle, chaque joueur commençant le titre d'un article de nouvelle avec le dernier mot du précédent.

Exemple :

1. Un chien a attaqué une femme de 70 ans dans sa maison.
2. Maison à vendre à 100 millions de dollars à Halifax : l'inflation atteint un nouveau haut.
3. Haut en esprit, Jean-Yves a grimpé l'Everest seul.

Semaine 1: Introduction à l'improvisation

Objectifs de la séance:

L'objectif de cette séance est de permettre au participant d'**apprendre à se connaître** et d'introduire les **principes de base de l'improvisation**.

Cercle d'introduction (10-15 minutes)

Tous les joueurs et le coach se mettent en cercle puis à tour de rôle se présentent au groupe. Chaque personne peut dire leur nom, ses pronoms, son niveau d'étude, son expérience d'improvisation, et un fait intéressant. N'hésitez pas à être créatifs!

Explication de l'improvisation et des objectifs (10 minutes)

Bienvenue au Club d'impro!: Accueillez chaleureusement les futurs joueurs et montrez-leur votre enthousiasme pour leur choix de rejoindre le club. Rappelez-leur qu'essayer quelque chose de nouveau peut être difficile, mais que vous êtes vraiment content qu'ils aient décidé de le faire.

Présenter le coach: présentez-vous! Vous allez passer beaucoup de temps avec les joueurs, il est donc important d'apprendre à les connaître. Ils vont être plus confortables devant vous s'ils vous connaissent bien.

C'est quoi l'impro?: Demandez aux jeunes ce qu'ils connaissent de l'improvisation. Choisissez un volontaire pour expliquer sa vision de l'impro, puis ajoutez des détails pertinents. Si personne ne sait, prenez le temps d'expliquer brièvement. Voici des points à inclure:

- Discipline artistique de scène, souvent axée sur l'humour
- Présentation spontanée d'histoires, personnages et lieux par les improvisateurs
- Pas beaucoup de préparation, parfois seulement quelques secondes
- Diversité de formes de spectacles d'improvisation, notamment l'impro-match
- Impro-match : mélange de théâtre spontané et compétition sportive, inspiration de la structure compétitive du hockey
- Vous allez faire l'impro-match plus tard dans l'année
- Développement de la créativité et des compétences en communication orale

- Liens avec la confiance en soi, l'adaptabilité et le leadership face aux situations changeantes.

3 règles essentielles de l'impro: Expliquez les trois règles fondamentales de l'improvisation:

- Respecter les autres
- Ne jamais dire non (oui et ...)
- Si vous n'êtes pas capable de trouver un mot en français, dites-le en anglais. Par contre, essayer de ne pas dire des phrases au complet en anglais.

N'hésitez pas à consulter le document *L'impro-match : Règlements et information générale* en annexe pour plus d'informations.

Questions et réponses: Terminez en demandant aux jeunes s'ils ont des questions.

Méthode de communication: Dites que vous souhaitez créer un groupe de discussion ou un espace sur Google Classroom pour rester en contact et gérer la logistique. Donnez les détails à la fin de la séance et prévoyez 5 à 10 minutes pour tout mettre en place.

Logistique des pratiques: Quand seront les pratiques? Où seront les pratiques? Quelle serait la durée des pratiques? À quelle fréquence va-t-il y avoir des pratiques? Allez-vous faire des spectacles bientôt?

La chaîne des gestes (10 - 15 minutes)

Formez **un cercle avec tous les joueurs**. Le premier joueur **dit son nom et fait un geste simple** (par exemple, lever les bras, taper des mains, sauter dans les airs, etc.). Les autres joueurs répètent son nom et son geste ensemble. Le joueur suivant, dans le sens horaire, dit son nom et fait un geste différent. Les autres joueurs **répètent d'abord le nom et le geste du premier joueur**, puis le nom et le geste du deuxième joueur. **Continuez jusqu'à ce que chaque joueur** ait ajouté son nom et son geste à la chaîne. Pour terminer, tous les joueurs font la chaîne entière, en commençant par le premier joueur et en finissant par le dernier joueur.

Apprendre un premier jeu d'introduction de la liste (10 minutes)

Choisissez un jeu de réchauffement de la liste et apprenez-le aux joueurs. Le choix du jeu n'est pas important, vous aurez la chance de tous les faire éventuellement.

Conclusion de la pratique et partage de la méthode de communication (5-10 minutes)

Terminez la pratique en remerciant les joueurs d'être venus. À ce moment, vous pouvez aussi mettre en place la méthode de communication, en ajoutant les joueurs à un groupchat ou bien un Google Classroom.

Semaine 2: Expression d'émotions

Objectifs de la séance:

Au cœur de tout personnage et de toute improvisation se trouvent les émotions. Sans elles, raconter une histoire et incarner des personnages devient difficile. L'objectif de cette séance est de **renforcer la capacité des improvisateurs à exprimer des émotions sur scène.**

Faites un jeu de réchauffement de la liste (10-15 minutes)

Cercle d'émotion (10-15 minutes)

Les joueurs forment un cercle avec le coach. Ils commencent avec des visages neutres. Ensuite, le coach nomme une émotion, comme la tristesse, et dit qu'elle est à 20%. Les joueurs doivent alors montrer cette émotion à 20%, en gardant 80% de neutralité sur leur visage. Ensuite, le coach augmente graduellement l'intensité de l'émotion : 40%, 60%, 80% et enfin 100%. Les participants doivent ainsi montrer comment leur expression émotionnelle évolue. Le coach peut répéter cet exercice autant de fois qu'il le souhaite.

Salut neutre (10-15 minutes)

Les joueurs prennent place dans la foule. Tour à tour, un joueur se lève, effectue un geste de salut ("Wave" en anglais) en direction de la foule, puis retourne s'asseoir. Le but pour le joueur est d'exécuter ce geste de la manière la plus neutre possible. Ensuite, les joueurs et le coach ont une conversation sur la neutralité du salut. Ils identifient les éléments qui ont contribué à ce que le salut ne soit pas totalement neutre. Par exemple : le visage du joueur semblait triste, le geste a été réalisé trop rapidement, le joueur n'a pas regardé la foule, etc.

L'objectif de ce jeu est de démontrer aux joueurs qu'il est impossible d'être à 100% neutre. Lorsqu'ils sont sur scène, ils expriment toujours quelque chose qui sera interprété par la foule.

Mini solo d'émotions (10-20 minutes)

Les joueurs se placent dans la foule. À tour de rôle, un joueur va sur scène pour 15 secondes et exprime une émotion de son choix : cela peut être la tristesse, la joie, la peur, etc., n'importe quelle émotion avec laquelle le joueur se sent à l'aise. Il est suggéré que les joueurs choisissent chacun une émotion différente. Le solo d'émotion du joueur ne doit pas avoir une histoire, seulement démontrer l'émotion choisie.

Après le solo, les autres joueurs essaient de deviner l'émotion. Une fois que l'émotion est devinée, les joueurs discutent des caractéristiques distinctives de cette émotion. Par exemple, si le joueur exprimait la tristesse, le fait de pleurer, de ne pas sourire et d'avoir les épaules baissées serait des caractéristiques aidant à déterminer que c'est la tristesse.

Une fois que tous les joueurs ont eu leur tour, vous pouvez passer à un deuxième tour. Pour ce tour, les joueurs auront maintenant 30 secondes pour démontrer leur émotion tout en racontant une histoire. Il est important qu'il ait une seule émotion tout au long de l'histoire. Ils peuvent choisir la même émotion ou une émotion différente de celle du dernier tour.

Semaine 3: Oui et... En Action!

Objectifs de la séance:

L'objectif de cette séance est de se pratiquer à **accepter les idées des autres** et de mettre de l'emphase sur **l'importance de faire avancer l'histoire**.

Faites un jeu de réchauffement de la liste (10-15 minutes)

L'histoire phrase par phrase (10-15 minutes)

Pour faire cet exercice, tous les joueurs se mettent en cercle puis à tour de rôle chaque joueur ajoute une phrase à une histoire. L'objectif est de faire une histoire cohérente avec un début, des péripéties et une fin. L'histoire se termine quand chaque personne a parlé deux fois ou lorsque 20 personnes ont passé. Lorsque l'histoire est terminée, le joueur qui a commencé l'histoire va essayer de la redire en entier. Lorsque le concept est bien compris, il est encouragé d'essayer de mettre au défi les autres joueurs en ajoutant des aspects farfelus à sa phrase pour les forcer à sortir de leur zone de confort.

Oui et en duo (10-15 minutes)

Les joueurs se mettent en partenaire et se répartissent dans l'espace. L'objectif est de faire une histoire complète (début, péripéties, fin) en commençant chaque phrase (sauf la première) avec «Oui et... » suivie d'une action à faire. La première phrase doit prendre la forme d'une question qui peut être répondue par oui ou non.

Par exemple:

Personne 1: Est-ce que tu viens à la plage avec moi?

Personne 2: Oui et j'emporte mon chien!

Personne 1: Oui et on ira nager avec ton chien

Personne 2: Oui et on va voir un requin

Personne 1: Oui et le requin va manger ton chien!

Personne 2: Oui et on ira à l'hôpital ...

Mots à la volée (15-20)

Les joueurs forment des groupes de 2 ou 3 et à tour de rôle, ils vont monter sur scène et faire une improvisation de 2 minutes (avec ou sans thème). À tout moment, lors de l'improvisation, le coach peut crier un mot et les joueurs sont obligés de l'incorporer dans leur histoire. Le coach peut crier 2 à 3 mots par histoire. L'objectif de ce jeu est de forcer les joueurs à s'adapter à de nouvelles idées.

Voici une liste de mots que le coach peut imposer:

Banane	Avion	Haine
Télescope	Fenêtre	Ordinateur
Jupiter	Orange	Pomme
Biologie	Table	Bleuet
Feux	Café	Poubelle
Physique	Paille	Voiture
Mathématique	Chargeur	Vie
Empathie	Canada	Sac à dos
Gouvernement	Drapeaux	Chameau
Pont	Vieillir	Cheval
Chapeau	Collaboration	Magie
Arbre	Froid	Potion
Coffre	Chaud	Mort
Amour	Marbre	Crayon

Semaine 4: Travailler en équipe

Objectifs de la séance:

Maintenant que vos joueurs se sont rencontrés et ont commencé à se connaître, il est crucial de **renforcer la collaboration**. Sans une bonne collaboration sur scène, l'improvisation risque de ne pas fonctionner. Il est essentiel d'avoir une **bonne harmonie de groupe et de savoir comment travailler en équipe**.

Faites un jeu de réchauffement de la liste (10-15 minutes)

Compter jusqu'à 20 (10-15 minutes)

Les joueurs se rassemblent en cercle assis et ferment les yeux. L'objectif est simple : compter jusqu'à 20 en disant un nombre à la fois, mais il y a des règles strictes. Un joueur ne peut pas dire deux chiffres de suite, et aucune communication verbale n'est permise autre que dire les chiffres. Si deux joueurs disent le même nombre ou parlent en même temps, le compte recommence à un. De plus, les joueurs ne peuvent pas adopter de méthode organisée pour compter, comme compter dans l'ordre du cercle. Une fois que les joueurs parviennent à compter jusqu'à 20 avec succès, ils peuvent réessayer en comptant plus loin.

Essayer de faire rire (10-20 minutes)

Les joueurs se regroupent dans la foule à l'exception d'un volontaire se tenant debout sur scène pour débiter. Son objectif est de ne pas rire pendant 2 minutes. Lorsque le coach lance le chronomètre, les autres joueurs tentent de le faire rire. Ils peuvent s'avancer pour tenter de le faire rire, mais **ils n'ont pas le droit de le toucher**. Le joueur qui essaie de ne pas rire peut également mettre en place d'autres limites en fonction de son niveau de confort, par exemple, il peut souhaiter que les autres gardent une distance de 2 pieds. À part ça, les joueurs ont carte blanche et peuvent utiliser n'importe quelle stratégie pour faire rire le joueur.

Le joueur qui essaie de ne pas rire n'est pas obligé de rester immobile sans rien faire. Après quelques tours, le coach peut proposer une stratégie pour le joueur qui essaie de ne pas rire. Cette stratégie est de faire une mini-improvisation en solo pendant les deux minutes. Cela donne

au joueur quelque chose sur quoi se concentrer, ce qui pourrait l'aider à se concentrer et à ne pas être distrait par les autres.

Le Clavier (15-20 minutes)

L'objectif des joueurs est d'épeler une phrase. Les joueurs se placent en ligne, côte à côte, face au coach. Le coach commence d'un côté de la ligne et attribue à chaque joueur une lettre de l'alphabet, en suivant l'ordre. Les joueurs doivent se souvenir de leur lettre. Une fois que le coach atteint l'autre côté de la ligne, il retourne au début et continue à attribuer les lettres aux joueurs jusqu'à ce que toutes les lettres de l'alphabet aient été assignées. Lorsque toutes les lettres ont été attribuées, le jeu peut commencer.

Les joueurs doivent utiliser les lettres qui leur ont été assignées pour épeler l'une de phrase contenant toutes les lettres de l'alphabet listé plus bas. Lorsque la phrase atteint la lettre d'un joueur, ce dernier avance d'un pas en faisant semblant d'appuyer sur une grosse touche de clavier et dit sa lettre. Ensuite, le joueur avec la prochaine lettre dans la phrase fait la même chose. Lorsque les joueurs arrivent à un espace dans la phrase, tous les joueurs avancent d'un pas et disent ensemble "Espace" en faisant semblant d'appuyer sur une grosse touche espace. Ceci continue jusqu'à la fin de la phrase.

Arrivés à la fin de la phrase, les joueurs avancent tous d'un pas en disant "point" comme pour l'espace.

Liste des phrases:

1. Portez ce vieux whisky au juge blond qui fume.
2. Voyez ce koala fou qui mange des journaux et des photos dans un bungalow.
3. J'ai versé cinq yoghourts aux kiwis sur de la pizza flambée.
4. Hier au zoo, j'ai vu dix guépards, cinq zébus, un yak et le wapiti fumer.

Semaine 5: Penser rapidement

Objectifs de la séance:

L'objectif de cette séance est de pratiquer la **créativité à haute vitesse!** Penser rapidement est l'une des choses les plus importantes en improvisation.

Faites un jeu de réchauffement de la liste (10-15 minutes)

Pareille pas pareille (10-15 minutes)

L'objectif de ce jeu est de réveiller les neurones! Tous les joueurs se mettent en cercle et tapent dans leurs mains pour faire un rythme constant. Une première personne dit un mot au hasard, puis à tour de rôle sur le rythme, les joueurs disent un mot qui est lié au mot de la personne qui les précède. Si un joueur prend trop de temps pour répondre ou dit un mot qui ne fait pas de sens, il est éliminé. Après un tour ou deux, on inverse les règles, les joueurs doivent désormais dire des mots qui n'ont aucun lien avec le mot de la personne qui les précède.

Question? (10-15 minutes)

Pour ce jeu, tous les joueurs se divisent en 2 lignes de sorte que la première personne de chaque ligne soit face à face. La première personne de chaque ligne va affronter celle de l'autre en ne posant que des questions et en répondant aux questions de l'autre joueur avec des questions. La première personne qui prend trop de temps à répondre ou dit une phrase qui n'est pas une question est éliminée et va à la fin de la ligne. La personne gagnante reste et affronte la personne qui a remplacé la personne éliminée. Si une personne reste trop longtemps, le coach peut l'éliminer pour donner une chance à tout le monde.

POPCORN! (10-15 minutes)

Pour ce jeu très simple, les joueurs se répartissent dans l'espace et s'assoient. Lorsque le coach tape dans ces mains, des joueurs au hasard se lèvent et font une impro sans thème donné jusqu'à ce que le coach tape à nouveau dans ces mains et que ceux qui sont debout s'assoient et que d'autres joueurs se lèvent pour commencer une nouvelle histoire différente. Un joueur peut décider de se lever aussi souvent qu'il le souhaite. L'objectif de ce jeu est d'éviter le plus possible les temps morts entre les histoires.

Ni oui ni non (10-15 minutes)

Le fonctionnement de ce jeu est similaire à QUESTION?, 2 joueurs s'affrontent en se posant des questions qui doivent être répondues par oui ou non, sans dire oui ou non. Le premier joueur à dire oui ou non est éliminé. Les affrontements peuvent durer plusieurs minutes donc il est recommandé que les duels se produisent simultanément pour donner la chance à tout le monde de jouer.

Semaine 6: Mimes

Objectif de la séance:

L'objectif de cette séance est d'aider les joueurs à **utiliser leur corps pour compter leurs histoires.**

Faites un jeu de réchauffement de la liste (10-15 minutes)

La boule d'énergie et les mimes (10-15 minutes)

Pour ce jeu, tous les joueurs se placent en cercle. Un joueur commence avec la boule d'énergie. Ce joueur mime la transformation de la boule d'énergie en un objet de son choix, comme s'il modelait de l'argile. Il fait ensuite une action avec cet objet imaginaire. Après avoir fait son action, il passe son objet au prochain joueur. Le joueur suivant doit accepter l'objet en remerciant le joueur précédent et en nommant l'objet reçu. Par exemple, si l'objet est une batte de baseball, il dira : « Merci pour la batte de baseball ». Après avoir remercié, le tout recommence et le joueur qui a reçu la boule d'énergie mime à son tour la création d'un objet qui va par la suite donner au prochain et ainsi de suite.

Miroir, miroir (5-10 minutes)

Pour ce jeu, les joueurs se divisent en groupes de 2 et se répartissent dans l'espace. Les deux joueurs se positionnent face à face à une distance confortable permettant de se voir clairement. Un des deux joueurs est désigné comme le meneur, cette personne prendra l'initiative des mouvements. Le meneur commence par faire des mouvements lents. L'autre joueur, le miroir, doit imiter ces mouvements le plus fidèlement possible, comme si un miroir invisible les séparait. Après 2 à 3 minutes les rôles s'inversent. L'objectif est de mettre au défi son partenaire et de travailler sur la cohésion au sein d'un duo.

Le mélange animal (5-10 minutes)

Pour ce jeu, les joueurs marchent en cercle. Le coach annonce le nom d'un animal et un pourcentage initial (par exemple, 10%). Les joueurs doivent alors ajuster leur démarche, posture et comportement pour refléter l'animal mentionné à l'intensité correspondante au pourcentage. Le coach augmente graduellement le pourcentage (30%, 50%, 75%, 90%, jusqu'à 100%). À chaque augmentation, les joueurs intensifient leur interprétation pour se rapprocher de plus en plus du comportement de l'animal.

Par exemple, si le coach dit «vache à 10%», les joueurs pourraient commencer par ralentir leur marche et baisser légèrement la tête. À 50%, ils pourraient ajouter des mouvements de mâchonnement et à 100%, ils imiteraient pleinement le comportement d'une vache.

La machine (10-15 minutes)

L'objectif de ce jeu est de créer collectivement une machine imaginaire en utilisant uniquement le mime. Pour faire cela, un joueur débute sur scène, et incarne la première composante de la machine. Puis, à tour de rôle, chaque joueur rejoint la scène pour ajouter une nouvelle action à la séquence en cours. Le jeu se poursuit jusqu'à ce que tous les joueurs soient sur scène, chacun représentant une partie spécifique et essentielle de la machine. Par exemple, un joueur peut commencer par mimer le remplissage d'une boîte. Le suivant pourrait simuler le lancement de cette boîte en l'air, un autre la fermerait avec du tape imaginaire, et un dernier la déposerait au sol pour compléter le cycle. Il est important que les mouvements soient clairs et exagérés pour que tout le monde comprenne correctement ce que fait la machine. N'hésitez pas à être créatifs pour rendre la machine plus divertissante et unique!

Semaine 7: Personnages I

Objectifs de la séance:

L'objectif de cette séance est de **développer les personnages** de vos joueurs. Avoir des **personnages complexes** est un élément clé pour élever vos improvisations à un niveau supérieur

Faites un jeu de réchauffement de la liste (10-15 minutes)

Le gardien de but (20-25 minutes)

Tous les joueurs se mettent en ligne un derrière l'autre, sauf un joueur désigné comme le gardien de but, qui se positionne dos au premier joueur de la ligne, à une distance d'environ 2 mètres. Le premier joueur de la ligne choisit un personnage et marche jusqu'au gardien de but. Ce joueur mime le fait de frapper à une porte. Le gardien de but se tourne et ouvre la porte, comme s'il répondait à quelqu'un frappant chez lui. Le joueur dit une phrase au gardien de but dans le rôle du personnage choisi, et le gardien de but répond en adoptant un personnage qui interagit avec celui qui frappe à la porte. Ensuite, le joueur conclut l'interaction et s'en va. Le gardien de but se retourne alors, et le deuxième joueur dans la ligne avance pour faire la même chose. Une fois que tous les joueurs dans la ligne sont passés, vous pouvez changer de gardien de but.

Le banc de parc (15-20 minutes)

Un joueur se porte volontaire pour commencer. Il se met en scène et va s'asseoir sur le banc de parc*. Ce joueur fait un solo de 30 secondes dans la peau de son personnage assis sur le banc de parc. Après environ 30 secondes, un autre joueur entre en scène et incarne un personnage de son choix. Les joueurs doivent improviser pendant 30 secondes et à la fin trouver une raison pour que le premier joueur quitte. Si les joueurs sont sur scène depuis plus de 30 secondes, le coach peut leur indiquer qu'ils doivent conclure leur interaction. Quand le deuxième joueur se retrouve seul sur le banc de parc, un autre joueur entre en scène et incarne un personnage. Ce processus continue jusqu'au dernier joueur. Le dernier joueur fait un solo de 30 secondes et doit trouver lui-même une raison de partir. Vous pouvez faire ce jeu autant de fois que vous le souhaitez en fonction du nombre de joueurs que vous avez. * *Si possible, placez deux chaises au milieu de la salle. Sinon, les joueurs peuvent mimer être assis sur un banc.*

Semaine 8: Introduction au match d'improvisation

Objectif de la séance:

L'objectif de cette séance est de **découvrir le format du match d'improvisation** et son fonctionnement.

Faites un jeu de réchauffement de la liste (10-15 minutes)

Explication de l'improvisation (5-10 minutes)

Prenez le temps d'expliquer le fonctionnement de base d'un match d'improvisation, n'hésitez pas à vous référer au guide du CJP pour vous aider.

La carte (20-25 minutes) (Papier et Crayon requis)

Pour cet exercice les joueurs doivent créer des cartes d'improvisation comme celles qu'un arbitre lirait lors d'un match. Les cartes doivent comporter ces informations dans l'ordre suivantes:

La nature de l'improvisation:

Mixte: Une improvisation de nature *mixte* permet aux deux équipes de jouer ensemble. L'improvisation débute dès le coup de sifflet de l'arbitre annonçant la fin du caucus, à quel moment un maximum d'un joueur par équipe doit être dans l'arène. D'autres joueurs peuvent s'y ajouter ou courant de l'histoire.

Comparé: Dans le cas d'une improvisation de nature *comparée*, chaque équipe effectue sa propre improvisation à tour de rôle. Suite au caucus, l'arbitre lance la rondelle associant une équipe à chacun de ses côtés. L'équipe gagnante du lancer choisit l'ordre de passage. Dès que le choix est fait, la première improvisation débute au coup de sifflet; l'autre équipe attend son tour dans le silence (aucune communication n'est permise). Puis, on inverse les rôles.

Le thème:

Le thème est un mot, une phrase, un paragraphe, etc. qui inspire le contenu d'une improvisation. Le thème peut être utilisé littéralement, ou il peut prendre un sens métaphorique.

Le nombre de joueurs:

Cette condition indique le nombre de joueurs qui est permis ou exigé dans l'improvisation, par équipe. Cette condition n'impose pas de genres ni quelconque qualité que l'on pourrait attribuer à un joueur, seulement le *nombre* de joueurs qui doivent jouer l'improvisation par équipe. Quand c'est *illimité*, il n'y a pas de contraintes. Il est important de clarifier si le nombre de joueurs marqués est le nombre *minimum* ou *maximum* par équipe.

La durée:

Cette condition indique la durée de l'improvisation imposée par l'arbitre, normalement entre 1 et 3 minutes.

La catégorie:

Une catégorie est un style ou une contrainte qui est imposée par l'arbitre pendant une improvisation. La plus commune est la libre, mais il en existe pleins, voici une courte liste: À la manière de..., avec accessoire, chantée, dramatique, humoristique, fixe, musicale, poursuite, rimée, sans limites ni frontières, sans paroles, sans sons, etc.

N'hésitez pas à consulter le document *L'impro-match : Règlements et information générale* en annexe pour plus d'informations sur les catégories.

Voici un exemple de carte:

Nature	Mixte
Thème	La ferme de mon oncle
Nombre de joueurs	4 max
Durée	2 minutes
Catégorie	Chanté

Au jeu! (20-25 minutes)

Désormais que vous avez plusieurs cartes d'improvisations, il est temps de les tester!

Le coach divise les joueurs en 2 équipes et tire une carte au hasard. Lorsque la lecture de la carte est terminée, les équipes ont 45 secondes pour faire leur caucus puis ils doivent réaliser l'improvisation. Après chaque improvisation, prenez quelques instants pour discuter des points forts et faibles de l'improvisation puis passer à la prochaine.

Semaine 9: Le caucus

Objectif de la séance:

L'objectif de cette séance est de **travailler le caucus** et de **comprendre les différences clés** entre un caucus pour une mixte et pour une comparée.

Faites un jeu de réchauffement de la liste (10-15 minutes)

Le caucus mixte vs comparé (40-45 minutes)

Le but de cette activité est d'expliquer le déroulement d'un caucus dépendamment de la nature d'une improvisation.

Comparé:

La clé d'un caucus d'une comparée est de se concentrer sur l'histoire en répondant aux questions dans l'ordre: **Quoi?**(conflit) **Qui? Où? Comment?** Il n'est bien souvent pas nécessaire de penser à la fin de l'histoire à moins que la durée de l'improvisation soit très courte, de bons personnages et un conflit mènent naturellement à une conclusion.

Mixte:

La clé d'un caucus mixte est **le personnage**. De par la nature imprédictible de la mixte, il n'est pas pertinent d'essayer d'écrire l'histoire lors du caucus. Lorsqu'une idée générale est décidée, il est temps de **choisir le joueur** qui va commencer. Il est important de noter que le joueur qui commence **ne doit pas suivre à la lettre** le caucus, mais simplement s'en inspirer.

Lorsque c'est bien compris, il est temps de pratiquer!

Les joueurs se divisent en **groupe de 5** (si le nombre ne permet pas de faire 2 équipes, le groupe se divise en 2, peu importe le nombre), le coach donne **un thème et une nature** d'improvisation et chaque équipe à **30 secondes** pour faire leur caucus. Lorsque le temps est épuisé;

Si c'est une comparée, une personne par équipe **explique le caucus** de son groupe au grand groupe. Lorsque toutes les équipes ont expliqué leur caucus, **une des équipes réalise son improvisation**.

Si c'est une mixte, deux équipes vont réaliser la mixte, puis **à la fin expliquer leur caucus**. Puis le coach donne un autre thème et une nature d'improvisation. Après 2 ou 3 fois, prenez un instant pour parler de **ce qui va bien et moins bien** avec les caucus, puis **mélanger les équipes** et continuer.

Semaine 10: Pratiquer les catégories d'ambiance (musicale, dramatique, humoristique, à la manière de...)

Objectifs de la séance:

L'objectif de cette séance est de **familiariser vos joueurs** avec les différentes **catégories d'ambiance**, la musicale, la dramatique, l'humoristique et "à la manière de". Perfectionner ces catégories d'ambiance aidera également les joueurs à **créer des atmosphères convaincantes** lors de leurs autres improvisations.

Faites un jeu de réchauffement de la liste (10-15 minutes)

Expliquez les catégories d'ambiance (5-10 minutes)

Musicale: Les joueurs devront faire une improvisation accompagnée de musique fournie par les officiels. Les improvisateurs doivent se laisser inspirer par la musique et créer un univers à partir de celle-ci. Dans la mesure du possible, leurs mouvements devraient suivre le rythme et ton de la musique. Cette improvisation est essentiellement une mimée. Il est déconseillé de parler pendant l'improvisation pour éviter la confusion autant au niveau des joueurs que du public. La musicale est nécessairement une improvisation mixte.

Dramatique: Une improvisation dramatique doit se jouer sur un ton qui ne se prête pas à la comédie. La dramatique privilégierait plutôt la vérité, le développement de la psychologie des personnages, les choses sérieuses, le silence, l'inconfort, l'intensité, etc.

Humoristique: Une improvisation humoristique doit se jouer sur un ton qui ne se prête pas au drame. L'humoristique privilégierait plutôt le comique, l'absurde, le burlesque, la caricature, le jeu de mots, le punch, et autres procédés comiques.

À la manière de... : L'arbitre propose une improvisation dans le style d'un auteur.e, artiste, cinéaste, mouvement, etc., par exemple Victor Hugo ou le théâtre de l'absurde. Les joueurs doivent créer une histoire originale qui pourrait appartenir au corps littéraire, visuel ou sonore de l'auteur.e, artiste, cinéaste ou mouvement en question. Le cliché est à éviter. Bien que les manières dites « génériques » (ex. : le western, la bande dessinée, le film d'horreur) peuvent survenir sans préavis, l'arbitre fera l'effort d'aviser les joueurs à l'avance quant aux styles plus spécifiques (ex. : Kurosawa, Molière, Homère) en leur transmettant les détails de ce qui est recherché.

N'hésitez pas à consulter le document *L'impro-match : Règlements et information générale* en annexe pour plus d'informations sur les catégories.

Marche dans l'espace musical (5-15 minutes)

Tous les joueurs se mettent à marcher dans l'espace de la salle. Le coach spécifie un lieu, et les joueurs doivent alors incarner un personnage qui se déplace dans ce lieu. Une fois que tous les joueurs ont leur personnage, le coach lance une musique instrumentale de 2 à 3 minutes. Inspirés par la musique, les joueurs doivent improviser une scène musicale sans interagir les uns avec les autres, dans le lieu déterminé. Ils n'ont pas le droit de parler pendant cette improvisation. Lorsque la chanson se termine, le coach pointe chaque joueur et leur demande d'expliquer leur personnage et l'histoire miniature qu'ils ont développée. Cet exercice peut être répété 2 à 3 fois avec différents lieux et en essayant différents styles de musique à chaque fois.

Crescendo dramatique (10-20 minutes)

Deux joueurs se portent volontaires et les autres s'assoient dans la foule. Le coach donne un lieu aux deux joueurs. Ils commencent alors une improvisation en étant totalement neutres, c'est-à-dire sans aucun dramatisme, à 0%. Après environ 20 secondes, le coach annonce "10%". Les joueurs doivent alors intégrer un peu de dramatisme, à hauteur de 10%. Toutes les 20 secondes environ, le niveau de dramatisme augmente progressivement. Lorsque les joueurs atteignent 100% de dramatisme, ils doivent être aussi dramatiques que possible. Ensuite, deux nouveaux joueurs se portent volontaires et un nouveau lieu est attribué.

À la manière de (15-20 minutes)

2-3 joueurs se portent volontaires pendant que les autres s'assoient dans la foule. Sans thème préalable, les joueurs ont un caucus de 15 secondes pour discuter. Ensuite, ils improvisent pendant une minute. Après l'improvisation, le coach donne un "à la manière de". Les joueurs doivent alors refaire la même improvisation, mais dans le style spécifié. Ce processus se répète pour un total de 3 différents "à la manière de", en plus de l'improvisation originale. Ensuite, 2-3 nouveaux joueurs se portent volontaires et le cycle recommence jusqu'à ce que tout le monde ait eu la chance de jouer.

Semaine 11: Mélanger les idées

Objectifs de la séance:

Un élément essentiel de l'improvisation est la capacité à **jouer en harmonie avec les autres**. Lorsque plusieurs joueurs improvisent individuellement sur scène, il devient difficile de suivre le fil. L'objectif de cette séance est d'apprendre à **mélanger habilement plusieurs idées**, même si elles semblent n'avoir aucun lien apparent.

Faites un jeu de réchauffement de la liste (10-15 minutes)

Action Phrase (10-15 minutes)

Les joueurs se mettent par deux et se placent à distance des autres duos dans la salle. Ils décident qui sera le joueur A et qui sera le joueur B, puis se mettent dos à dos. Le joueur A pense à une action simple, comme courir sur place, mélanger un gâteau, brosser ses cheveux, etc. Pendant ce temps, le joueur B pense à une phrase, comme "Arrête!", "J'ai perdu mon chien" ou "Voulez-vous acheter de la pizza ?"

Une fois que tous les joueurs ont choisi leur action ou leur phrase, le coach dit "go". Les joueurs se retournent pour faire face à leur partenaire. Le joueur A commence à faire son action en même temps que le joueur B dit sa phrase. Les deux joueurs doivent alors combiner leurs idées pour improviser une courte scène de 30 secondes.

Après les 30 secondes, le coach arrête les improvisations et demande à chaque groupe d'expliquer quelles étaient leur action et leur phrase initiale, et comment ils les ont combinées. Ensuite, les deux joueurs échangent de rôle : le joueur A dit une phrase et le joueur B fait une action. Cette rotation peut se répéter pendant plusieurs tours, et vous pouvez également mélanger les duos après un certain temps.

Le Sac à Mots (15-20 minutes)

Avant la pratique d'improvisation, découpez des petits morceaux de papier et écris un mot sur chacun d'eux. Ensuite, plie les morceaux de papier et mets-les dans un sac ziplock. Vous pouvez aussi attendre d'être à la pratique pour que les joueurs puissent écrire les mots.

2 à 3 volontaires se positionnent au centre de la scène et les autres restent dans le public. Le coach sort le sac avec les mots et demande à chaque joueur sur scène de tirer un mot. Les joueurs

lisent ensuite leur mot à voix haute et ont un caucus de 30 secondes pour réfléchir. Leur défi est d'incorporer ces mots dans l'histoire de leur improvisation. Ils doivent seulement dire les mots, mais c'est encore mieux s'ils sont capables de les intégrer naturellement dans l'histoire. Après le caucus, les joueurs improvisent pendant 2 minutes. Ensuite, 2 à 3 autres joueurs montent sur scène et répètent l'exercice. Ce processus se répète jusqu'à ce qu'il n'y ait plus de mots dans le sac.

Pratiquez le match d'improvisation (10-15 minutes)

Si vous avez du temps supplémentaire, utilisez-le pour pratiquer des improvisations. Divisez les joueurs en deux équipes et organisez un mini match. Pendant ce match, donner beaucoup d'improvisations mixtes pour encourager les joueurs à pratiquer le mélange d'idées.

Semaine 12: Les aspects d'une bonne histoire

Objectif de la séance:

L'objectif de cette séance est **d'explorer les aspects** qui différencient les bonnes histoires du reste. Il est essentiel de **comprendre les éléments d'une bonne histoire** pour transmettre efficacement son message

Faites un jeu de réchauffement de la liste (10-15 minutes)

La ligne de temps (15-20 minutes)

Pour ce jeu, les joueurs se positionnent dans la foule. Un joueur monte sur scène et joue une courte scène (environ 30 secondes) illustrant un moment de la vie d'un personnage. Après sa performance, ce joueur se place à l'arrière de la scène. Par la suite, un par un, les autres joueurs montent sur scène pour jouer un moment différent de la vie du même personnage. Puis il se positionne soit devant ou derrière le joueur déjà présent. Les joueurs ont la liberté de choisir n'importe quel moment de la vie du personnage pour leur scène, en se positionnant de manière appropriée sur la ligne de temps. Une fois que tous les joueurs ont joué leur scène, une ligne de temps complète est formée représentant la vie du personnage. Vous pouvez faire l'exercice plusieurs fois en vous assurant de créer des personnages très différents les uns des autres.

Un café s'il vous plaît (10-15 minutes)

Deux joueurs se portent volontaires. Un joueur (Joueur B) se place sur scène comme employé dans un café, tandis que l'autre joueur (Joueur A) se met en position hors scène. Chaque joueur a des phrases établies, mais il n'est pas obligatoire de les dire mot à mot. Voici les phrases :

Joueur A : "J'aimerais commander un café."

Joueur B : "Malheureusement, nous n'avons plus de café."

Joueur A : "Est-ce que je pourrais avoir un jus d'orange à la place ?"

Joueur B : "Oui, certainement."

Avant de monter sur scène, le coach attribuera aux joueurs une relation entre les personnages, une situation ou une émotion. Les joueurs devront donc jouer la scène avec ces quatre phrases

établies tout en exprimant les caractéristiques définies par le coach. Voici quelques exemples de situations, relations et émotions :

- Un personnage est jaloux de l'autre.
- Un personnage est amoureux de l'autre, mais l'autre n'a aucune idée.
- Les personnages sont en colère l'un envers l'autre.
- Les personnages ont peur l'un de l'autre.
- Les personnages sont des amis d'enfance qui ne se sont pas vus depuis 20 ans.

Pratiquez le match d'improvisation (10-15 minutes)

Si vous avez du temps supplémentaire, utilisez-le pour pratiquer des improvisations. Divisez les joueurs en deux équipes et organisez un mini match.

Semaine 13: L'écoute active

Objectif de la séance:

L'objectif de cette séance est de **pratiquer l'écoute active** pour éviter les faux pas et **créer de meilleures histoires.**

Faites un jeu de réchauffement de la liste (10-15 minutes)

Ton dernier mot est mon premier (15-20 minutes)

Pour ce jeu, les joueurs vont faire des improvisations en groupe 2 d'une durée de 2 à 3 minutes avec un thème donné et comme restriction que le dernier mot dit par l'autre joueur doivent impérativement être leur premier mot. Il est encouragé de mettre au défi l'autre joueur en utilisant un vocabulaire déstabilisant.

Le carré hollandais (20-25 minutes)

Pour ce jeu, 4 joueurs se positionnent sur scène de façon à former un carré avec 2 joueurs à l'avant de la scène et 2 à l'arrière. Le jeu commence avec les deux joueurs à l'avant de la scène qui improvisent une scène basée sur un thème donné par le coach. Cette scène dure 45 secondes. À la fin de cette période, le coach interrompt l'improvisation et les joueurs tournent dans le sens horaire. Cela fait passer un des joueurs initiaux à l'arrière de la scène et amène un nouveau joueur à l'avant. Le coach donne alors un nouveau thème aux deux joueurs actifs à l'avant de la scène. Ils ont ensuite 45 secondes pour improviser une scène sur ce nouveau thème. Ce processus de rotation et de changement de thème se poursuit jusqu'à ce que les deux joueurs initiaux se retrouvent à nouveau à l'avant de la scène. À ce moment-là, ils reprennent leur histoire originale et continuent à l'improviser. L'objectif est que chaque joueur participe à deux histoires différentes et que chaque histoire soit vue trois fois.

Semaine 14: Pratiquer les catégories contraintes (rimée, chantée, sans sons, sans paroles)

Objectif de la séance:

L'objectif de cette séance est de renforcer la **confiance de vos joueurs dans les catégories de contraintes**. Ces contraintes peuvent parfois poser des défis aux participants, c'est pourquoi il est crucial de les pratiquer.

Faites un jeu de réchauffement de la liste (10-15 minutes)

Expliquez les catégories de contraintes (5-10 minutes)

Rimée: Pendant une improvisation rimée, les joueurs en jeu doivent faire rimer toutes leurs paroles

Chantée: Lors d'une improvisation chantée, les joueurs doivent chanter toutes leurs paroles. Les joueurs peuvent inventer une mélodie ou utiliser l'air d'une ou des chansons connues, du moins qu'ils changent suffisamment les paroles.

Sans sons: Durant cette improvisation, les joueurs ne peuvent causer aucun bruit volontairement ou n'émettre aucun son ou parole. C'est donc une improvisation complètement mimée et silencieuse.

Sans paroles: Bien que ce soit une catégorie axée sur le mime et qui n'accepte pas les paroles, les joueurs doivent faire l'usage de bruits, incluant les onomatopées. Le charabia, c'est-à-dire l'utilisation d'une langue inventée pour faire parler un personnage, n'est pas permis (ex. « blahblahloublou »).

N'hésitez pas à consulter le document *L'impro-match : Règlements et information générale* en annexe pour plus d'informations sur les catégories.

L'histoire chantée (10-15 minutes)

Pour faire cet exercice, tous les joueurs se mettent en cercle, puis à tour de rôle chaque joueur ajoute une phrase à une histoire, mais avec une particularité : ils doivent chanter leur phrase. L'objectif est de faire une histoire cohérente avec un début, des péripéties et une fin, tout en

améliorant le confort des participants en chantant. L'histoire se termine quand chaque personne a parlé deux fois ou lorsque 20 personnes ont passé.

Cercle rimé (10-15 minutes)

Les joueurs forment un cercle, avec le coach qui commence le jeu en disant un mot. L'objectif du coach est de choisir un mot qui possède de nombreuses rimes pour aider la réflexion des joueurs. Le joueur à côté du coach doit alors dire un mot qui rime avec celui précédemment mentionné. Le jeu se poursuit ainsi en suivant le cercle, chaque participant proposant un mot qui rime. Le tour se termine lorsque quelqu'un ne parvient pas à penser à un mot, propose un mot qui ne rime pas avec les autres, ou répète un mot déjà utilisé. Dans ce cas, la personne est éliminée et quitte le cercle. Le coach lance alors un nouveau mot avec des rimes différentes et le jeu continue jusqu'à ce qu'il ne reste qu'un joueur, désigné comme le champion des rimes.

Pratiquez le match d'improvisation avec les catégories de contraintes (10-15 minutes)

Familiariser les joueurs avec ces catégories. Séparez les joueurs en deux équipes et faites un match d'improvisation. Assurez-vous de leur donner la chance de pratiquer ces catégories.

Semaine 15: Gestion du temps sur scène

Objectif de la séance:

L'objectif de cette séance est de **développer un chronomètre interne** chez les joueurs. En maîtrisant leur **temps sur scène**, ils pourront donner à leur histoire un début, un milieu et une fin harmonieux

Faites un jeu de réchauffement de la liste (10-15 minutes)

Chronomètre interne (25-30 minutes)

Ce jeu comporte trois tours différents, et tout le monde aura la chance de participer à chaque ronde. Si quelqu'un dépasse largement le temps, vous pouvez les arrêter.

Tour 1:

Dans ce premier tour, choisissez une durée à deviner, idéalement entre 30 secondes et une minute. Un joueur se met sur scène tandis que les autres restent dans la foule. Le coach dit "1, 2, 3, go !" et commence un chronomètre. Le joueur sur scène doit rester silencieux et dire "fin" quand il pense que la durée déterminée s'est écoulée. Le coach arrête alors le chronomètre et annonce le temps écoulé. Le but du joueur est de dire "fin" le plus près possible de la durée déterminée.

Tour 2:

Pour le deuxième tour, choisissez une durée à deviner, préférablement autour d'une minute. Un joueur se met sur scène et les autres restent dans la foule. Le coach dira "1, 2, 3, go !" et commence le chronomètre. Les joueurs dans la foule posent des questions au joueur sur scène, qui doit y répondre et interagir avec eux. Quand le joueur sur scène pense que le temps est écoulé, il dit "fin". Le coach arrête alors le chronomètre et annonce le temps écoulé. Le but du joueur est de dire "fin" le plus près possible de la durée déterminée, avec le défi supplémentaire des questions des autres joueurs.

Tour 3:

Pour le troisième tour, choisissez une durée à deviner, idéalement entre une minute et une minute trente. Deux joueurs se mettent sur scène et les autres restent dans la foule. Le coach dit "1, 2, 3, go !" et commence le chronomètre. Les joueurs sur scène improvisent une scène. Quand

l'un des deux joueurs pense que le temps est écoulé, il dit "fin". Le coach arrête alors le chronomètre et annonce le temps écoulé. Le but des joueurs est de dire "fin" le plus près possible de la durée déterminée, cette fois-ci en réalisant une improvisation.

Conclusion spontanée (10-20 minutes)

Dans ce jeu, 2-3 personnes se portent volontaires pour monter sur scène, tandis que les autres restent assis dans le public. Le coach leur donne un endroit spécifique où se déroule l'action, comme une école, un parc ou une plage.

Les joueurs commencent alors une improvisation dans cet endroit sans discuter à l'avance de ce qu'ils vont dire ou faire. À tout moment, que ce soit après 15 secondes ou après 5 minutes, le coach crie "conclusion".

Ensuite, le coach procède à un compte à rebours de 10 secondes en utilisant ses mains pour marquer le temps restant. Pendant ce temps, les joueurs doivent rapidement trouver une façon de terminer leur histoire. Leur objectif est de donner une fin satisfaisante à leur histoire en un court laps de temps. Ensuite, le jeu recommence avec d'autres joueurs et dans un autre lieu, et ainsi de suite.

Semaine 16: Solo improvisé

Objectif de la séance:

Dans le contexte d'un match d'improvisation, en cas d'égalité, chaque équipe doit choisir un joueur pour faire un solo. Il est donc important que vos joueurs puissent **se démarquer individuellement sur scène**. L'objectif de cette séance est de perfectionner les capacités d'improvisation en solo des joueurs.

Faites un jeu de réchauffement de la liste (10-15 minutes)

Fusillades (5-10 minutes)

Un joueur commence volontairement. Il se tient sur la scène tandis que les autres restent dans la foule. Le coach donne alors un thème au joueur, qui a quelques instants pour réfléchir à ce qu'il va faire. Ensuite, le joueur improvise seul sur ce sujet pendant environ 30 secondes à 1 minute. Ensuite, les autres joueurs feront de même à tour de rôle.

Publicité (10-15 minutes)

Un joueur se porte volontaire pour commencer et monte sur scène. Le coach lui donne un produit, par exemple une brosse à dents. Le joueur a une minute pour faire une annonce publicitaire convaincante pour ce produit, essayant de persuader le public de l'acheter. Ensuite, les autres joueurs feront la même chose à tour de rôle.

Le professionnel (20-25 minutes)

Un joueur se porte volontaire et sort de la salle. Pendant ce temps, les autres joueurs assis dans la foule doivent décider ensemble quel type de professionnel le joueur sera lorsqu'il reviendra. Par exemple, ils pourraient choisir qu'il soit un professionnel de Disney, un biologiste, un expert du tricot, etc. Une fois leur décision prise, le coach va chercher le joueur pour qu'il revienne dans la salle. À son retour, les autres joueurs l'applaudissent comme s'il était un professionnel dans le domaine choisi. Ensuite, ceux dans la foule lèvent la main pour poser des questions au joueur. Le joueur pointe vers ceux qui lèvent la main pour qu'ils posent leur question, puis il répond du mieux qu'il peut. Le but du joueur est de deviner quel type de professionnel il est après quelques minutes, en fonction des questions posées. Le public doit poser des questions qui aident le joueur à deviner sa profession, mais pas des questions trop évidentes.

Semaine 17: Mise en scène

Objectif de la séance:

L'objectif de cette séance est de **pratiquer différents types de mise en scène** ainsi que la création d'un environnement.

Faites un jeu de réchauffement de la liste (10-15 minutes)

Mon château en Espagne (10-15 minutes)

L'objectif de ce jeu est de créer un espace uniquement à l'aide de gestes et de bruitages. Pour ce faire, les joueurs vont passer à tour de rôle sur scène ajouter quelque chose à la maison en ajoutant une chose à la fois. Chaque joueur doit interagir avec l'ajout des autres avant de faire leur propre ajout, à l'exception du premier joueur qui est chargé de mettre en place la porte en plus de son propre ajout. Par exemple, le premier joueur met en place une porte et un lit. Le deuxième joueur ouvre la porte, se couche sur le lit, puis ferme la lumière et ainsi de suite. Une fois que tous les joueurs ont ajouté quelque chose, le premier joueur revient pour une dernière interaction avec les éléments, clôturant ainsi la construction de l'espace.

Les mises en scène de base (30-35 minutes)

Le positionnement dans l'espace a un impact important lorsque l'on compte une histoire. Lors du caucus, il est très utile d'avoir des mises en scène de base pour faciliter la tâche. Voici une liste de 5 techniques de mise en scène, après avoir expliqué une technique, mettez en pratique cette information en faisant 2 ou 3 improvisations qui utilisent cette technique.

La double scène:

La double scène est de loin la mise en scène la plus utile. Cette méthode consiste à alterner entre deux scènes distinctes qui se déroulent dans le même univers, mais à des moments différents ou avec des personnages différents. Par exemple, l'improvisation débute avec une première scène où deux personnes se préparent à dormir. Après quelques instants elles quittent discrètement la scène, laissant place à une deuxième scène où deux cambrioleurs apparaissent pour planifier leur vol. L'histoire continue en alternant entre ces 2 points de vue jusqu'à ce qu'ils se rencontrent. Ceci est simplement un exemple d'histoire, n'hésitez pas à l'adapter à d'autres histoires.

La voiture

La voiture est un endroit qui revient souvent dans les improvisations, mais elle est très souvent ratée. Le réflexe de bien des improvisateurs est de se déplacer physiquement dans l'espace lorsqu'il mime la conduite. Mais, dans la majorité des cas, il est bien mieux de se positionner au centre de la scène, de faire face au public et de mimer de sorte que c'est l'environnement qui se déplace autour de la voiture et non l'inverse.

La différence de hauteur

La différence de hauteur aide à définir clairement les différents espaces de la scène, comme les étages d'un bâtiment ou les niveaux d'un paysage. Néanmoins, jouer avec la différence de hauteur entre des personnages peut être compliqué à faire comprendre correctement au public. La clé dans la majorité des scénarios lorsque les personnages sont à des hauteurs différentes, est d'ajuster son regard pour créer une ligne de vision qui se connecte dans l'espace imaginaire, plutôt que de se regarder directement. Cela aide le public à visualiser l'espace de la scène. Par exemple, un personnage est sur le toit de la maison et l'autre dans le jardin. Le joueur sur le toit va regarder vers le bas et celui dans le jardin vers le ciel.

Dans ma tête (Ange et démon)

La mise en scène "dans ma tête" est utile lorsque vous essayez de mettre des personnages dans la tête d'un autre personnage. La technique consiste à positionner le joueur principal au centre de la scène puis positionner les joueurs qui sont dans la tête aux extrémités avant ou arrière de scène. Dans ce cas, si le positionnement peut ne pas être suffisant essayer de subtilement indiquer ce qu'il se passe au public dans votre dialogue et votre gestuel.

La narration

La narration est une catégorie d'improvisation, mais elle peut très bien être utilisée hors de celle-ci. Le positionnement du narrateur est important et consiste à jongler entre la vue et la projection de la voix. Un joueur avec une voix assez forte peut se mettre sur le côté et reculer ou se tourner vers les joueurs qui font les actions, mais un joueur avec une voix plus faible doit essayer de se positionner le plus possible à l'avant de scène ce qui résulte en une moins bonne vision du jeu. La narration est un atout qui permet d'ajouter soit un effet humoristique à une improvisation, d'expliquer les pensées des personnages ou créer une histoire dans le style du conte de fée.

Semaine 18: Personnages II

Objectifs de la séance:

L'objectif de cette séance est de pratiquer davantage **la création et l'interprétation des personnages** en leur donnant plus de dimension.

Faites un jeu de réchauffement de la liste (10-15 minutes)

Point de vue (15-20 minutes)

Pour ce jeu, 4 joueurs se placent en ligne sur scène, face au public. Le coach annonce un lieu, comme un parc, et les joueurs ont 15 secondes pour réfléchir à un personnage et à une situation liée à ce lieu. Lorsqu'un joueur est prêt, il fait un pas en avant et réalise un monologue de 30 secondes, incarnant son personnage et décrivant une situation du point de vue de celui-ci. Par exemple, un joueur peut raconter comment, en allant chercher une glace, son cornet est tombé et il s'est mis à pleurer. Après son monologue, le joueur retourne dans la ligne. Par la suite, un autre joueur avance et présente le point de vue d'un autre personnage. Par exemple, ce joueur pourrait décrire comment, assis dans le parc, il n'était pas capable de parler avec son copain, car il a été distrait par les pleurs d'un enfant. Le jeu se termine lorsque tous les joueurs sont passés 2 fois. Recommencer le jeu pour que tous les joueurs passent.

Les trois visages du personnage (20-25 minutes)

Pour ce jeu, 2 joueurs commencent sur scène. Le coach attribue à chaque joueur un personnage distinct, en précisant pour chacun un emploi, un fait connu et un fait secret. Les joueurs improvisent ensemble pendant 3-5 minutes, cherchant à révéler les trois aspects de leur personnage. L'emploi doit être évident dès le début de l'improvisation, exprimé par les actions et non par des paroles directes. Par exemple, un enseignant pourrait montrer sa fatigue et mentionner avoir corrigé des copies tard dans la nuit. Le fait connu doit être introduit après l'emploi de manière moins évidente, et révélé au cours de la conversation de manière naturelle. Finalement, le fait secret doit être révélé subtilement vers le milieu de l'improvisation, à travers des actions et des allusions plutôt que par une confession directe. L'objectif de ce jeu est de démontrer leur capacité à incarner un personnage de manière nuancée, en révélant progressivement et de façon créative les différentes facettes de leur personnage.

Voici une liste pour vous aider avec les personnages:

<u>Emploi</u>	<u>Fait connu</u>	<u>Fait secret</u>
Avocat	Parle 5 langues.	Collectionne des figurines de superhéros depuis l'âge de 5 ans.
Ingénieur en informatique	Champion nationale d'échecs	Écrit des romans romantiques sous un pseudonyme.
Enseignant de mathématiques au secondaire	Passionné par la photo et expose ses œuvres dans des galeries locales.	Expert en arts martiaux et s'entraîne régulièrement dans un dojo local
Bibliothécaire	Collectionne des timbres depuis son enfance.	A peur des clowns à cause d'un incident au cirque
Comptable	Joue de la guitare dans un groupe de musique amateur.	A une phobie des araignées et s'évanouit s'il en voit.
Infirmier	Végétalien et cuisine des repas sains pour sa famille.	A peur de l'eau et ne sait pas nager.
Vendeur de vêtements en magasin	Danseur talentueux et prend des cours de ballet depuis son enfance.	Très allergique aux chats, mais en possède un puisqu'il adore les animaux.
Chauffeur de taxi	Passionné de jardinage et cultive ses propres légumes dans son jardin.	A une collection secrète de poupées en porcelaine, qu'il cache soigneusement dans son grenier.

Président d'une compagnie	Est un randonneur passionné et explore régulièrement les sentiers de montagne.	Écrit de la poésie depuis des années, mais n'a jamais montré ses poèmes à personne.
Coiffeur	Admirateur inconditionnel de rock des années 80 et assiste à tous les concerts locaux.	A un tatouage de Bob l'éponge sur le dos qu'il cache à tout le monde
Mécanicien automobile	Est un admirateur de jeux de société et organise souvent des soirées jeux avec ses amis.	Aime secrètement regarder des émissions de télé-réalité
Astronome	Est un champion de karaté et a remporté plusieurs compétitions.	Est en contact secret avec une civilisation extraterrestre depuis des années, mais garde cette information confidentielle de peur d'être considéré comme un menteur
Professeur de français	Est un excellent jongleur et peut jongler avec jusqu'à cinq balles à la fois.	Peut parler aux animaux.
Artiste	Parle à ses plantes et leur donnent des noms.	A une peur irrationnelle des canards en plastique.
Dentiste	A une obsession pour les bonbons en forme de serpent.	Pratique secrètement le "yodel" dans sa salle de bain chaque soir.
Pharmacien	A un talent pour imiter les cris d'animaux.	Collectionne les cravates à motifs de dinosaures.

Semaine 19: Pratiquer les catégories de structure (poursuite, avec accessoire, sans limites ni frontières, countdown)

Objectif de la séance:

L'objectif de cette séance est de **renforcer la confiance des joueurs dans les catégories de structure**. Ces catégories peuvent sembler difficiles, mais lorsqu'elles sont bien exécutées, elles peuvent très bien transmettre une histoire.

Faites un jeu de réchauffement de la liste (10-15 minutes)

Expliquez les catégories de structure (5-10 minutes)

Poursuite : Une poursuite est nécessairement une improvisation comparée. L'équipe qui passe en premier présente la première partie d'une improvisation. La deuxième équipe doit ensuite continuer l'improvisation en prenant en compte le ton utilisé par l'équipe précédente, et en respectant les détails qui ont été présentés auparavant. Il existe deux façons de poursuivre une improvisation : Soit en continuant l'action du même moment en reprenant les mêmes personnages avec différents joueurs ; soit en créant un lien entre les deux improvisations à travers un lieu, un univers, un personnage communs (par exemple, une impro qui se passe au même endroit, mais des heures avant ou un an plus tard, ou en même temps et ailleurs à un personnage mentionné dans la première impro, etc.). Dans les deux cas, le public devra vraisemblablement comprendre qu'une impro est la « suite » de l'autre.

Avec accessoire : Cette improvisation se fait à l'aide d'un ou des objets choisis par l'arbitre. Cet objet, qui doit être au centre de l'action, doit devenir plusieurs différentes choses durant l'improvisation, mais il ne peut jamais être ce qu'est l'objet en réalité. Un balai peut être une guitare, une rame, mais ne peut pas être un balai. Les choses dans lesquelles on transforme l'accessoire devront être inspirées de sa forme, sa couleur, sa texture, etc. Par exemple, un balai ne serait pas une montre, un soleil, etc.

Sans limites ni frontières : Cette catégorie donne le droit aux joueurs de sortir de l'arène et faire usage de l'espace dans la salle. L'utilisation des objets dans la salle est inacceptable, incluant le micro et la musique. Il est conseillé d'exploiter un seul aspect de la salle (ex : rideaux, sièges de l'auditoire, coin sombre) et d'éviter de courir partout dans la salle. Les joueurs doivent signaler leur entrée dans l'improvisation en mettant un pied dans l'arène.

Countdown: Cette catégorie de jeu demande aux joueurs de se lancer dans une improvisation d'une minute. Ensuite, les participants devront répéter la même improvisation, mais en seulement 30 secondes. Par la suite, les joueurs devront réduire à chaque fois de moitié du temps pour l'improvisation. La dernière performance devra durer seulement une seconde.

N'hésitez pas à consulter le document *L'impro-match : Règlements et information générale* en annexe pour plus d'informations sur les catégories.

Pratiquez le match d'improvisation avec les catégories de structure (10-15 minutes)

Familiariser les joueurs avec ces catégories. Séparez les joueurs en deux équipes et faites un match d'improvisation. Assurez-vous de leur donner la chance de pratiquer ces catégories.

Semaine 20: Simulation d'un match officiel

Objectif de la séance:

Pendant cette session, vous allez simuler un match officiel pour aider les joueurs à **se familiariser avec le déroulement d'un match**. L'objectif de cette séance est de préparer vos joueurs à improviser lors d'un vrai match.

Faites un jeu de réchauffement de la liste (10-15 minutes)

Simulation d'un match officiel (10-15 minutes)

Préparation:

Pour commencer, essayez d'obtenir des jerseys pour chaque joueur (votre école devrait avoir des jersey, sinon contactez le CJP). Avant le début du match, divisez les joueurs en deux équipes et nommez un capitaine pour chaque équipe. Distribuez les jerseys aux joueurs et expliquez-leur que c'est le seul accessoire autorisé. Ils ne doivent pas toucher leurs cheveux, mettre les mains dans les poches, etc.

Placez des objets pour délimiter les quatre coins de la scène. Pendant les improvisations, les joueurs ne peuvent pas sortir de la scène, sauf s'il s'agit d'une improvisation ayant comme catégorie sans limites ni frontière.

Début du match:

Les joueurs sortent de la salle et se placent en ligne, séparés par équipe avec leur capitaine à la fin de leur file. Le coach se tient dans la foule et présente une équipe à la fois, en nommant chaque joueur et le capitaine à la fin. Lorsqu'un joueur est nommé, il entre dans la salle en saluant la foule imaginaire et se place du côté de son équipe. Le joueur suivant entre en saluant également la foule et en donnant des "high-fives" aux joueurs de son équipe déjà sur scène, puis se place à côté d'eux. Ce processus se répète jusqu'à ce que tous les joueurs soient entrés.

Une fois que tous les joueurs sont entrés, le coach annonce l'arbitre du match (le coach lui-même). Les joueurs vont huer l'arbitre. Lorsque l'arbitre siffle son sifflet, les joueurs arrêtent de huer et l'arbitre souhaite un bon match. À ce moment-là, les joueurs échangent des "high-fives" avec l'équipe adverse.

Maintenant, les improvisations commencent! L'arbitre lit les détails de l'improvisation aux joueurs, qui ont ensuite 30 secondes de caucus.

Improvisation comparée:

Après le caucus pour une improvisation comparée, un représentant de chaque équipe (généralement le capitaine) monte sur scène et joue à roche-papier-ciseaux. Le gagnant décide si son équipe commence en premier ou en deuxième. Si l'équipe gagnante choisit de commencer en premier, l'autre équipe dit en même temps "quel courage". Si l'équipe gagnante choisit de commencer en deuxième, l'autre équipe fait des bruits de poule.

Improvisation mixte:

Après le caucus pour une improvisation mixte, l'arbitre demande à un joueur de chaque équipe de monter sur scène. Chaque équipe commence avec un seul joueur, les autres peuvent rejoindre plus tard dans l'improvisation.

Signes de temps:

Pendant l'improvisation, l'arbitre communique avec les joueurs le temps restant en utilisant des signes avec ses mains. Lorsqu'il reste une minute, l'arbitre lève un doigt. S'il reste deux minutes, il lève deux doigts, etc. Lorsqu'il reste 30 secondes, l'arbitre fait un point. Lorsqu'il reste 10 secondes, l'arbitre utilise ses deux mains pour faire un compte à rebours.

Quand le temps est écoulé, l'arbitre siffle et les équipes applaudissent. Si c'est une improvisation comparée, l'autre équipe prendrait maintenant le relais.

Pénalités:

Une fois que les deux équipes ont joué, l'arbitre monte sur scène et annonce les éventuelles pénalités. Si une équipe reçoit une ou plusieurs pénalités, le capitaine peut les contester. Il est important de souligner avant le match que les contestations doivent être humoristiques et ne pas durer plus de 15-20 secondes. Après une contestation, l'arbitre décide de maintenir ou de retirer la pénalité. Si l'arbitre décide de maintenir la pénalité, le capitaine ne peut plus contester pour cette pénalité. Si une équipe reçoit 3 pénalités, un de leurs points est donné à l'autre équipe.

Pointage:

Après les contestations, il est temps de voter! Les équipes se tournent dos au public et encouragent l'autre équipe. L'arbitre demande alors au public de voter en levant une main plate pour une équipe et en faisant un point pour l'autre. Puisque vous n'avez pas de public, l'arbitre décide quelle équipe obtient le point.

Remerciements

Merci à Daphnée de Lamirande et Gabriel Marchand d'avoir rédigé ce guide.

Le CJP tient à souligner que ce projet est possible grâce à l'appui du gouvernement du Canada, du gouvernement de la Nouvelle-Écosse via "Soutien à la culture" et la FéCANE.

The logo for Canada, featuring the word "Canada" in a black serif font with a small Canadian flag to the right of the letter 'a'.The logo for Nova Scotia, featuring a stylized black bird or wing above the words "NOVA SCOTIA" and "NOUVELLE-ÉCOSSE" in a black serif font, with a horizontal line between the two lines of text.The logo for "soutien à la culture", featuring the word "soutien" in a large blue sans-serif font and "à la culture" in a smaller blue sans-serif font below it.

Annexe

Feuille de cartes d'improvisations

Nature		Nature	
Thème		Thème	
Nombre de joueurs		Nombre de joueurs	
Durée		Durée	
Catégorie		Catégorie	
Nature		Nature	
Thème		Thème	
Nombre de joueurs		Nombre de joueurs	
Durée		Durée	
Catégorie		Catégorie	

L'impro-match : Règlements et information générale

Qu'est-ce que l'impro-match?

Bien que l'improvisation comme jeu peut se manifester de différentes façons, l'impro-match est la formule compétitive créée par Robert Gravel et Yvon Leduc en 1977, par la suite adoptée par les quatre coins de la Francophonie. À son plus simple, deux équipes d'improvisateur.trice.s jouent des scènes improvisées basées sur des thèmes donnés. Le public vote après chaque improvisation pour l'équipe qui lui a fait le plus plaisir, ce qui décide de l'équipe gagnante à la fin du match.

Tout ce qui entoure ce spectacle est emprunté au hockey. Les joueur.euse.s portent des jerseys, jouent dans une petite arène, se font arbitrer et pénaliser pour leurs fautes, peuvent bénéficier d'un.e entraîneur.e, reçoivent des étoiles, etc. Le présent document tâchera de vous enseigner les bases du jeu pour que vous puissiez commencer à jouer dès maintenant.

Note importante : L'impro-match telle que décrit ici représente un idéal. N'ayez pas peur de l'adapter à votre milieu, réalité, nombre de participant.e.s disponibles, etc.

Pourquoi de l'impro à mon école ou dans ma communauté?

L'improvisation est une activité culturelle à bon marché qui développe bon nombre d'atouts pour le.la participant.e, que ce soit l'aisance langagière, la confiance, l'entraide, les capacités d'adaptation, l'écoute, et le développement des talents reliés à la scène. De plus, elle offre une expérience d'équipe souvent niées aux élèves qui n'ont pas de facilité avec les sports, et bien sûr, elle alimente la vie étudiante et communautaire.

Une équipe d'impro

Une équipe est normalement représentée sur le banc par 6 joueur.euse.s – dont 2 qui s'identifient à chaque sexe – et d'un.e entraîneur.e. Une équipe peut aussi comprendre 1 ou 2 réservistes pour remplacer quelqu'un qui manque, ou parce que l'entraîneur.e veut faire jouer plus de monde. Un.e réserviste n'est pas sur le banc pendant le match, mais une substitution peut avoir lieu entre les périodes ou d'un match à l'autre. Chaque joueur.euse porte un jersey de la même couleur avec un nombre dans son dos pour être reconnu.e par la table des statistiques.

Un.e des joueur.euse.s est Capitaine et servira d'interface entre l'équipe et l'arbitre. Seul.e le.la Capitaine peut parler à l'arbitre, lui poser des questions sur les punitions accordées, et participer aux mises au jeu. Le rôle de l'entraîneur.e pendant un match est de coordonner les efforts de l'équipe sur le banc; il.elle ne peut pas entrer en jeu ni parler directement à l'arbitre. Il.elle est aussi en charge de préparer son équipe aux compétitions et voir à son bien-être et sa ponctualité.

L'équipe des officiel.le.s

Les officiel.le.s encadrent les deux équipes qui s'affrontent et comprennent :

- L'arbitre en chef qui prépare et lit les thèmes sur lesquels les équipes improviseront, sévit à l'aide de punitions si les participant.e.s font des fautes, annonce par un coup de sifflet quand un caucus ou une impro commence et se termine, et fait les mises au jeu.

- Deux juges de ligne qui évaluent ou comptent les votes du public et aident à déterminer qui a remporté le point de chaque improvisation.
- Le.la statisticien.ne qui prend en note qui entre dans les improvisations et qui les remporte, cumule les punitions, et note les étoiles.
- Le.la maître.esse de cérémonie qui souhaite la bienvenue au public, annonce les participant.e.s, les punitions, les étoiles et le pointage final.
- Le.la responsable de la musique (ou DJ) qui fait jouer de la musique pendant l’annonce des joueur.euse.s et des étoiles, pendant les caucus et les pauses.
- Pour assurer que le vote soit le plus juste possible, il est possible qu’il y ait aussi deux ou trois juges de salle qui évaluent les impros sans biais, sur des critères comme la qualité des personnages, l’écoute, la construction et l’originalité (voir Le vote, pour plus de détails). Il.elle.s attribuent les étoiles du match (sinon, c’est la tâche de l’arbitre en chef).

Dans une situation de tournoi, il y aura aussi un.e Ombudsman qui agit comme chef d’équipe des officiel.le.s, organise les horaires, gère les plaintes, et guide son équipe dans le déroulement de l’événement.

Déroulement d’un match

Règle générale, voici ce à quoi les équipes peuvent s’attendre :

15 minutes avant le match, les 2 équipes rencontrent l’arbitre à l’extérieur de la salle de spectacle. Il.elle leur donnera des conseils, expliquera certaines difficultés (au besoin), et répondra aux questions. Le.la statisticien.ne aura ici la chance de vérifier si les noms des joueur.euse.s figurent bien à la feuille de statistiques si ce n’est déjà fait.

Au préalable, les membres du public ont pris ou reçu des cartons de vote à la porte. Il s’agit ici de deux cartons de deux couleurs distinctes (souvent bleu et rouge). La salle a déjà une ambiance agrémentée de musique.

Au début du match, les équipes, l’arbitre et les juges de ligne sont en coulisse. Le.la maître.esse de cérémonie débute le match avec un mot de bienvenue et de façon enjouée, annonce chacune des équipes; les joueur.euse.s se rendent à l’intérieur de l’arène à mesure qu’il.elle.s entendent leur nom. Puis l’arbitre en chef est nommé.e, et à tour de rôle, les officiel.le.s (incluant ceux.celles qui sont déjà sur scène à la table des statistiques, mais excluant les juges de salle qui restent dans le public).

Une fois que tout le monde est sur scène, le match peut commencer. L’arbitre s’avance, siffle pour faire taire la musique et le public, et lit son carton de thème. Un autre sifflet annonce le début du *caucus*, une période de 20 secondes pendant laquelle chaque équipe, chacune de son côté, peut décider le.laquel.le de leurs joueur.euse.s commencera l’improvisation, et fera une remue-méninge de ce qui pourrait s’y passer. Un autre sifflet et l’improvisation commence, pendant laquelle l’arbitre pourrait noter des punitions. L’espace de jeu est limité par quatre bandes qui forment l’*arène*. Pour faire partie de l’improvisation en cours, l’improvisateur.trice devra physiquement y entrer. Un.e joueur.euse ayant fait une intervention, et qui désire se retirer du jeu en cours, se doit de rester à l’intérieur des quatre bandes et adopter la position neutre (soit, se mettre en petit bonhomme au bord de la bande); il.elle ne peut

pas retourner au banc ni communiquer avec lui, avant que l'arbitre ne signale la fin de l'improvisation (ce.tte joueur.euse peut toutefois réintégrer le jeu à tout moment, en se relevant).

Quand la durée annoncée de l'improvisation est épuisée, l'arbitre siffle à nouveau, la musique reprend, et les joueur.euse.s s'en retournent sur leur banc.

S'il y a eu punition, le.la maître.esse de cérémonie l'annonce, et les Capitaines des équipes pénalisées peuvent entrer, au coin avant de l'arène, pour demander à l'arbitre des explications. Ces explications se veulent efficaces (brèves) et pédagogiques. Les équipes et le public devraient sortir de chaque match avec une meilleure compréhension du jeu grâce à celles-ci. Quand une équipe a accumulé 3 points de punition, l'autre équipe marque automatiquement un point, et le.la maître.esse de cérémonie l'annonce. Quand un.e joueur.euse accumule 3 points de punition personnels, il.elle est expulsé.e du match.

Ensuite, l'arbitre s'avance vers le public, rappelle quelle équipe est représentée par quelle couleur de carton (s'il y a beaucoup de gens pour qui s'est la première expérience d'impro, il.elle devra peut-être aussi expliquer la procédure de vote), et demande le vote avec une formule comme « Mesdames et messieurs, de façon claire, précise et même temps, votre vote! ». Les membres du public lèvent le carton de leur choix. S'il y a majorité claire, il.elle pointe le.la juge de ligne approprié.e (debout du côté de l'équipe gagnante) qui devra alors dire haut et fort « Majorité! » et un point est attribué à l'équipe. S'il n'y a pas de majorité claire, l'arbitre annonce un *comptage* et les juges de ligne comptent chaque carton de la couleur qui leur a été assignée. Il.elle.s les révèlent à l'arbitre quand il.elle leur demande (haut et fort) et le point va à l'équipe qui a le plus de votes. En cas d'égalité, un point est attribué à chaque équipe. Le pointage n'est pas annoncé pendant le match. (Pour la procédure de vote avec juges de salle, voyez Le vote, ci-bas.)

On enchaîne avec une autre improvisation et ainsi de suite jusqu'à ce que le match de 8 improvisations soit terminé. Un match normal dure 55-60 minutes, et comprend deux périodes de 25 minutes (en temps réel, ce qui équivaut à peu près 17 minutes de jeu par période). Une pause de 2 minutes est accordée entre les deux périodes pour se ressourcer et prendre son souffle. (À noter que les matchs pour les élèves de la 5^e à la 8^e année, selon les normes des Jeux de l'Acadie, sont plutôt de 6 improvisations, soit deux périodes de 20 minutes en temps réel, ce qui représente 12 minutes de jeu chacune).

Quand toutes les improvisations du match sont jouées, l'arbitre s'avance et annonce « Fin de match! » et le.la maître.esse de cérémonie annonce enfin le pointage final et demande au public de rester assis pour l'annonce des trois étoiles du match. Les équipes se félicitent entre elles dans l'arène avant de retourner à leurs bancs pendant que les étoiles sont déterminées. Enfin, trois étoiles (en ordre, une 3e, 2e et 1e étoiles) sont annoncées et les joueur.euse.s choisies (pour leur contribution, impact, ou amélioration) font un salut à la foule et aux autres joueur.euse.s. Puis, le.la maître.esse de cérémonie remercie le public d'être venu et, si possible, l'invite au prochain match.

À noter que dans un match de 8 impros, 5 seront de nature mixte, et 3 de nature comparée. 5 seront de catégorie libre et 3 auront une catégorie spéciale. 6 auront un nombre de joueur.euse.s illimité, 2 mettront une limite sur le nombre de joueur.euse.s que chaque équipe peut envoyer (voir Le carton de thème, ci-bas, pour tous les détails). Ainsi, on crée des défis différents et on donne au public un spectacle de variété.

Le vote

On peut décider qu'il est préférable, pour éviter la partisanerie dans des événements entre régions/écoles, d'utiliser des juges de salle impartiaux.ales comme ajout ou remplacement du public. Normalement, deux juges de salle seront utilisé.e.s. Ceux-celles-ci s'assoient en avant, à une certaine distance l'un.e de l'autre pour les empêcher de communiquer entre eux.elles et assurer leur impartialité. Leur tâche est de voter pour la meilleure improvisation immédiatement au signal de l'arbitre, sans avoir consulté l'autre juge de salle ou le public. Si les deux juges de salle votent pour la même équipe, cette équipe remporte le point. Si chacun.e vote pour une différente équipe, on se réfère au public pour donner le point. Afin de guider l'évaluation des improvisations, les juges prennent des notes tout au long; ces notes sont toujours confidentielles et ne sont disponibles qu'à l'Ombudsman d'un tournoi. Les équipes ne pourront en aucun cas demander à un.e juge pourquoi il.elle a voté de la façon qu'il.elle l'a fait, ni pendant le match, ni après. Elles référeront plutôt toute inquiétude ou plainte à l'Ombudsman.

Il est aussi possible d'utiliser 3 juges (ce que les Jeux de l'Acadie font, par exemple). Dans un tel cas, le public est invité à voter pour qu'il se sente impliqué, puisse encourager les improvisateur.trice.s visuellement, et développe une habitude, mais son vote ne compte pas.

Et si le match se termine en égalité?

Il y a trois résultats possibles pour une équipe à la fin d'un match – une victoire, une défaite, et un nulle. Donc il est parfaitement acceptable de terminer un match sans qu'une équipe ne soit couronnée la gagnante. Cependant, à la fin d'un tournoi ou d'une saison où une demi-finale ou finale *doit* déclarer une équipe gagnante, l'égalité sera brisée par une improvisation *supplémentaire*. Celle-ci sera nécessairement de nature comparée, de nombre de joueur.euse.s illimité, de catégorie libre, et d'une durée de 2 minutes (le terrain le plus égal possible). Si, en raison des points de punitions ou d'un vote égal du public, on reste encore à l'égalité, une deuxième improvisation supplémentaire sera jouée jusqu'à ce qu'il y ait une équipe gagnante.

Le carton de thème

L'arbitre est responsable de préparer les improvisations de son match, et veille à ce qu'il ait une variété autant dans les types de thèmes, que dans les défis proposés. Chaque improvisation comprend 5 éléments : Sa nature (mixte/comparée), le thème comme tel, le nombre de joueur.euse.s permis.es, la catégorie, et la durée.

La nature de l'improvisation

Une improvisation de nature *mixte* permet aux deux équipes de jouer ensemble. L'improvisation débute dès le coup de sifflet de l'arbitre annonçant la fin du caucus, à quel moment un maximum d'un.e

joueur.euse par équipe doit être dans l'arène. D'autres joueur.euse.s peuvent s'y ajouter ou courir de l'histoire.

Dans le cas d'une improvisation de nature *comparée*, chaque équipe effectue sa propre improvisation à tour de rôle. Suite au caucus, l'arbitre lance la rondelle associant une équipe à chacun de ses côtés. L'équipe gagnante du lancer choisit l'ordre de passage. Dès que le choix est fait, la première improvisation débute au coup de sifflet; l'autre équipe attend son tour dans le silence (aucune communication n'est permise). Puis, on inverse les rôles.

Le thème

Le thème est un mot, une phrase, un paragraphe, etc. qui inspire le contenu d'une improvisation. Le thème peut être utilisé littéralement, ou il peut prendre un sens métaphorique.

Le nombre de joueur.euse.s

Cette condition indique le nombre de joueur.euse.s que l'on permet ou exige dans l'improvisation, par équipe. Cette condition n'impose pas de genres, ni quelque qualité que l'on pourrait attribuer à un.e joueur.euse, seulement le *nombre* de joueur.euse.s qui doivent jouer l'improvisation par équipe. Quand c'est *illimité*, il n'y a pas de contraintes.

La catégorie

Une catégorie est un style ou une contrainte qu'impose l'arbitre pendant une improvisation.

Libre : Cette catégorie, qui survient le plus fréquemment, n'impose pas de catégorie ou style spécifique. Les joueur.euse.s peuvent donc simplement faire une improvisation sans catégorie ou style particulier, ou alternativement en faire une qui évoque une catégorie existante, par exemple une chantée, sans pourtant jouir du bris de règlements permis lors de certaines catégories, tel quitter l'arène comme on peut le faire en sans limites ni frontières.

À la manière de... : L'arbitre propose une improvisation dans le style d'un.e auteur.e, artiste, cinéaste, mouvement, etc., par exemple Victor Hugo ou le théâtre de l'absurde. Les joueur.euse.s doivent créer une histoire originale qui pourrait appartenir au corps littéraire, visuel ou sonore de l'auteur.e, artiste, cinéaste ou mouvement en question. Le cliché est à éviter. Bien que les manières dites « génériques » (ex. : le western, la bande dessinée, le film d'horreur) peuvent survenir sans préavis, l'arbitre fera l'effort d'aviser les joueur.euse.s à l'avance quant aux styles plus spécifiques (ex. : Kurosawa, Molière, Homère) en leur transmettant les détails de ce qui est recherché.

Avec accessoire : Cette improvisation se fait à l'aide d'un ou des objets choisis par l'arbitre. Cet objet, qui doit être au centre de l'action, doit devenir plusieurs différentes choses durant l'improvisation, mais il ne peut jamais être ce qu'est l'objet en réalité. Un balai peut être une guitare, une rame, mais ne peut pas être un balai. Les choses dans lesquelles on transforme l'accessoire devront être inspirées de sa forme, sa couleur, sa texture etc. Par exemple, un balai ne serait pas une montre, un soleil etc.

Chantée : Lors d'une improvisation chantée, les joueur.euse.s doivent chanter toutes leurs paroles. Les joueur.euse.s peuvent inventer une mélodie ou utiliser l'air d'une ou des chansons connues, du moins qu'ils changent suffisamment les paroles.

Dramatique : Une improvisation dramatique doit se jouer sur un ton qui ne se prête pas à la comédie. La dramatique privilégierait plutôt la vérité, le développement de la psychologie des personnages, les choses sérieuses, le silence, l'inconfort, l'intensité, etc.

Fixe : Au début de l'improvisation, les joueur.euse.s prennent une position fixe, comme dans une photo, position qui devra être gardée jusqu'à la fin de l'improvisation. La position de chaque joueur.euse doit correspondre à un moment dans l'improvisation (le même ou des différents). Une fois l'improvisation commencée, aucun.e nouveau.elle joueur.euse ne pourra entrer en jeu, donc tous les personnages doivent être en position fixe du début de l'improvisation.

Humoristique : Une improvisation humoristique doit se jouer sur un ton qui ne se prête pas au drame. L'humoristique privilégierait plutôt le comique, l'absurde, le burlesque, la caricature, le jeu de mots, le punch, et autres procédés comiques.

Musicale : Les joueur.euse.s devront faire une improvisation accompagnée de musique fournie par les officiel.le.s. Les improvisateur.trice.s doivent se laisser inspirer par la musique et créer un univers à partir de celle-ci. Dans la mesure du possible, leurs mouvements devraient suivre le rythme et ton de la musique. Cette improvisation est essentiellement une mimée. Il est déconseillé de parler pendant l'improvisation pour éviter la confusion autant au niveau des joueur.euse.s que du public. La musicale est nécessairement une improvisation mixte.

Poursuite : Une poursuite est nécessairement une improvisation comparée. L'équipe qui passe en premier présente la première partie d'une improvisation. La deuxième équipe doit ensuite continuer l'improvisation en prenant en compte le ton utilisé par l'équipe précédente, et en respectant les détails qui ont été présentés auparavant. Il existe deux façons de poursuivre une improvisation : Soit en continuant l'action du même moment en reprenant les mêmes personnages avec différents joueur.euse.s ; soit en créant un lien entre les deux improvisations à travers un lieu, un univers, un personnage commun (par exemple, une impro qui se passe au même endroit mais des heures avant ou un an plus tard, ou en même temps et ailleurs à un personnage mentionné dans la première impro, etc.). Dans les deux cas, le public devra vraisemblablement comprendre qu'une impro est la « suite » de l'autre.

Rimée : Pendant une improvisation rimée, les joueur.euse.s en jeu doivent faire rimer toutes leurs paroles.

Sans limites ni frontières : Cette catégorie donne le droit aux joueur.euse.s de sortir de l'arène et faire usage de l'espace dans la salle. L'utilisation des objets dans la salle est inacceptable, incluant le micro et la musique. Il est conseillé d'exploiter un seul aspect de la salle (ex : rideaux, sièges de l'auditoire, coin

sombre) et d'éviter de courir partout dans la salle. Les joueur.euse.s doivent signaler leur entrée dans l'improvisation en mettant un pied dans l'arène.

Sans paroles : Bien que ce soit une catégorie axée sur le mime et qui n'accepte pas les paroles, les joueur.euse.s doivent faire l'usage de bruits, incluant les onomatopées. Le charabia, c'est-à-dire l'utilisation d'une langue inventée pour faire parler un personnage, n'est pas permis (ex : « blahblahloublou »).

Sans sons : Durant cette improvisation, les joueur.euse.s ne peuvent causer aucun bruit volontairement ou n'émettre aucun son ou parole. C'est donc une improvisation complètement mimée et silencieuse.

La durée

Cette condition indique la durée de l'improvisation imposée par l'arbitre, normalement entre 1 et 5 minutes. Aucune demi-minute ne sont acceptées (2 minutes 30, par exemple), sauf la 30 secondes (qui est toujours une comparée).

La philosophie du jeu

On a nos joueur.euse.s, une salle, l'équipement de base, mais avant de se lancer dans le feu de l'action, parlons un peu de la philosophie du jeu.

Ce qu'il faut bien comprendre, c'est que c'est un spectacle *déguisé* en compétition. Il est toujours plus important de donner un bon spectacle que de gagner un point, et pour réussir, il faut *travailler avec l'autre* et non *contre l'autre*.

Dans la boîte à outils de chaque joueur.euse, on trouvera sept valeurs importantes qu'on appelle les 7 *piliers de l'improvisation* :

Le respect : Des idées des autres, du public, des règles, de ce qui se passe dans l'improvisation, du fait que c'est un jeu *d'équipe* et que tout le monde a sa valeur et sa place dans celle-ci.

L'écoute : Sans quoi on ne peut pas voir les opportunités qui nous sont offertes.

La disponibilité : Vouloir entrer et jouer, quel que soit le défi présenté, mettre nos peurs et nos insécurité de côté, et oser faillir puis se relever.

L'efficacité : Savoir quand *ne pas* entrer et laisser l'improvisation se dérouler, quand la quitter une fois notre intervention faite, et quand entrer pour aider l'histoire en cours.

La vérité : Un sincérité, un sens du plaisir, une énergie positive, mais aussi la capacité de toucher les gens, de les faire se reconnaître dans ce que l'on fait.

L'écriture : La construction de personnages, de lieux et d'atmosphères, la capacité de voir où les choses s'en vont et *devraient* s'en aller pour créer une impro satisfaisante.

Et la culture : La capacité d'amener sa culture personnelle, ses intérêts et connaissances avec soi sur scène pour assurer une véritable variété au spectacle, et une curiosité naturelle qui donne à l'improvisateur.trice le goût d'ajouter à cette culture.

Différent.e.s improvisateur.trice.s maîtrisent ces piliers à différents niveaux, mais visent tous.tes cet idéal.

Comme on le verra, les punitions que l'arbitre peut accorder sont toutes en lien avec ces valeurs. On ne sera pénalisé que quand notre sens du spectacle fait défaut, ou quand on oublie de respecter les valeurs représentées par ces 7 piliers.

Le travail de l'arbitre – L'équipement

L'arbitre a besoin d'un sifflet, d'un gazou (aussi appelé mirliton ou en anglais *kazoo*), et d'un chronomètre. À la table de statistiques, il.elle a aussi à la portée de la main une rondelle pour faire les mises aux jeu. Il.elle porte normalement un chandail rayé.

Le travail de l'arbitre – Les punitions

L'outil principal de l'arbitre est la punition, ou plutôt, *l'explication* de ces punitions offerte par la session de questions qui suit chaque improvisation. À travers celles-ci, il.elle guide les joueur.euse.s dans la bonne direction et contribue à leur développement à court et long terme. Il ne s'agit pas de punir les erreurs, mais bien de se servir d'elles pour donner des leçons et approfondir la compréhension du jeu autant pour les équipes que le public. L'approche demande donc à l'arbitre de faire des choix. Les joueur.euse.s feront plus d'erreurs que ce qui es recommandé de punir. Pour ne pas alourdir le match, l'arbitre choisira sur quelles leçons il.elle veut se concentrer pour éviter que trop de temps soit passé sur les explications – le public est là pour voir des *improvisations*, ne l'oublions pas!

L'arbitre peut décerner une punition à un.e joueur.euse en particulier, appelée une punition personnelle, ou à une équipe en entier, appelée punition d'équipe. Les punitions peuvent être mineures (l'équipe accumule un point de punition) ou majeure (2 points de punition).

Quand un.e arbitre donne une punition, il.elle fait un signal au.à la statisticien.ne à l'aide d'un *gazou*, puis fait le signe associé à la punition et pointe le.la joueur.euse ou l'équipe qui reçoit la punition. Même si les punitions sont ainsi données à mesure, rien n'empêche l'arbitre, à la fin de l'improvisation, après plus mure réflexion, d'ajouter, de changer, ou d'enlever une punition. L'utilisation du gazou et des signes est devenu, avec le temps, optionnel; certains les trouvent distrayants ou difficiles à apprendre. Tout de même, dans la liste complète des punitions qui suit comprendra une image des signes associés à chacune.

Les punitions mineures

Accessoire illégal : En improvisation, nous n'avons droit qu'à deux accessoires – les bandes et les chandails d'impro de joueur.euse.s en jeu. Toute utilisation volontaire d'un autre accessoire, objet ou vêtement pour créer un objet ou effet lors d'une impro résultera en une punition. Par exemple : Manipuler ses lunettes, un maquillage distrayant, changer son style de cheveux avec élastiques et barrettes, chapeaux, souliers et lacets, gomme à mâcher, et tout accessoire retrouvé à l'extérieur de l'arène, dans la sans limite ni frontières ou non.

Cabotinage : Le cabotinage survient lorsqu'un.e improvisateur.trice ou une équipe tente de faire rire le public au détriment de l'improvisation, des autres joueur.euse.s ou de l'intégrité de son personnage. Il se présente habituellement comme un gag ou jeu de mot qui n'ajoute rien à l'improvisation, mais plutôt la freine, et n'est habituellement pas quelque chose que le personnage ferait ou dirait. Les blagues de

mauvais goût (caricatures offensantes, grossièretés sexuelles gratuites, etc.) et celles que seul un petit segment du public peut comprendre (les « inside jokes ») peuvent être des cabotinages.

Cliché : Un cliché est la reproduction d'une idée, blague, histoire, personnage, etc. d'un référent (pièce de théâtre, film, roman, publicité, chanson, autre impro...) sans la modifier, ou la reproduction d'une idée à plusieurs reprises au cours d'un match, d'un tournoi, ou d'une saison.

Confusion : Toute action au sein d'une improvisation qui résulte en un élément illogique, impossible dans le contexte du monde créé, ou difficile à suivre pour les autres joueur.euse.s ou un public francophone peut être considérée comme une confusion.

Décrochage : Une punition sera décernée si, au courant d'une improvisation, un.e joueur.euse subit la perte involontaire de l'intégrité de son personnage, ou « décroche ». Le fou rire est la forme de décrochage la plus fréquente, mais la punition peut être occasionnée par la perte d'une voix, d'un accent, d'un tic, d'une infirmité ou autre gestuelle, ou quand un.e joueur.euse remarque visiblement les éléments qui devraient lui être invisibles et insonores (arbitres, public, lumières, bruits momentanés dans la salle, potentielles punitions, etc.), à l'extérieur d'un style qui briserait volontairement le quatrième mur.

Manque d'écoute : Une punition résulte si un.e joueur.euse ne saisit pas une information importante à l'improvisation causant un problème de logique interne dans celle-ci (oublier et changer un détail, par exemple). La punition peut aussi être accordée quand l'entrée ou l'intervention d'un joueur est complètement ignorée.

Nombre illégal de joueurs : Lorsque le nombre de joueur.euse.s imposé par la carte n'est pas respecté, soit en trop ou en moins, il y a un nombre illégal de joueurs. Entrer dans l'arène pendant les dernières secondes de l'improvisation sans intervenir, ou passer l'improvisation entière en position neutre sans intervenir ne satisfait pas les demandes de la carte.

Non-respect de la catégorie : Cette punition est décernée lorsque la catégorie imposée par l'arbitre n'est pas adéquatement respectée. Quelle que soit la catégorie, elle doit être la vedette de l'improvisation, et non une contrainte à contourner. Par exemple, on ne fera pas une rimée ou personne ne parle, ou une sans paroles qui ne fait presque pas de bruitage.

Non-respect du thème : Cette punition est décernée lorsque le thème imposé par l'arbitre n'est pas adéquatement respecté. L'improvisation doit refléter le thème, littéralement ou figurativement, comme s'il était vraisemblablement le titre exact de la scène présentée.

Procédure illégale : Punition donnée à un.e joueur.euse ou une équipe agissant à l'encontre des règlements techniques de l'impro, en particulier quand la faute ne relève pas d'une autre punition. Les exemples suivants ne se veulent pas une liste exhaustive :

- Lors d'une improvisation comparée, il est strictement défendu de communiquer sur le banc pendant l'improvisation de l'autre équipe, que ce soit par parole, geste ou écrit. La punition est

donnée même si l'équipe a déjà joué son improvisation (et donc, ne poursuit évidemment pas son caucus), est indépendante du contenu du message (on ne peut même pas demander pour une gourde, par exemple), et peut être donnée à l'entraîneur.e autant qu'aux joueur.euse.s.

- La communication entre un banc et l'arène est également défendue. Cela inclut donner des indications de temps aux joueur.euse.s dans l'arène.
- La communication autrement légale (sur le banc ou en position neutre), mais audible au point d'être distrayante soit pour l'arbitre ou le public, pourra être punie de la même façon.
- Il est défendu de sortir de l'arène avant le coup de sifflet.
- Quand un.e joueur.euse ne parle pas assez fort, l'arbitre devrait lui donner un avertissement. Si la voix faible persiste, le.la joueur.euse peut être passible de procédure illégale. Si le public a crié « plus fort » pendant l'impro, l'arbitre peut considérer que l'avertissement est déjà donné et punir en conséquence.
- À la mise au jeu ou à la session de question, un mauvais protocole peut résulter en une procédure illégale. Par exemple, si une équipe n'envoie pas leur capitaine, ou interfère avec la rondelle.
- Toute interférence verbale ou physique du travail des officiels est défendue.

Refus de situation/Refus de personnage : Lorsqu'un.e joueur.euse refuse la proposition de jeu qui lui est faite par un.e autre joueur.euse ou par l'histoire, et que ce refus nuit au déroulement de l'improvisation, une punition sera donnée. Il est, par exemple, défendu de refuser indûment le rôle qu'un.e autre joueur.euse nous donne, ou de refuser d'exploiter l'idée qui prône dans l'improvisation.

Retard du jeu : Punition qu'un.e joueur.euse ou une équipe se mérite si il.elle fait perdre du temps à l'arbitre et au public pendant les éléments protocolaires. Par exemple : Ne pas avoir un joueur dans l'arène à la fin du sifflet de début d'improvisation, un caucus qui se poursuit pour quelques secondes après la fin de ce sifflet, et tout autre délai encouru à la mise au jeu, session de question, etc.

Rudesse : Une punition résulte d'un comportement qui vise à forcer un.e joueur.euse de l'autre équipe à faire quelque chose contre son gré, ou à l'empêcher de participer pleinement à l'improvisation. Par exemple, lui imposer un personnage ou une idée sans lui donner la chance de contribuer à sa construction, le.la placer dans une position servile à son propre personnage sans son approbation, par son manque de contribution forcer les joueur.euse.s de l'autre équipe à faire tout le travail, etc. Toute violence physique est évidemment défendue.

Statisme du jeu : Un statisme du jeu peut être décerné lorsque, pendant une improvisation, la situation ou l'histoire cesse d'avancer et stagne, relative à la durée imposée.

Si l'arbitre a déjà donné une punition mineure et que ce comportement se répète, se poursuit, ou s'aggrave, il.elle peut la rendre *majeure*. Par exemple, un.e improvisateur.trice ne peut pas recevoir deux décrochages dans une même improvisation; il.elle recevra plutôt un décrochage majeur (qui vaut 2 points de punition).

Punitions majeures

Mauvaise conduite : Puntition accordée pour tout acte, pendant un match, qui démontre un comportement antisportif, manque de respect sévère, ou mépris définitif, envers les participant.e.s, le public ou les organisateur.trice.s de l'événement.

Obstruction : Il y a obstruction quand un.e joueur.euse ou une équipe exclue totalement du jeu un.e ou des joueur.euse.s de l'équipe opposée. Par exemple, le meurtre d'un personnage sans l'approbation de son.sa joueur.euse, son renvoi sommaire des lieux établis par l'improvisation, enterrer ses paroles avec des bruits ou cris, enlever l'usage de ses membres ou capacités. La monopolisation du jeu par une équipe au détriment des joueur.euse.s de l'autre équipe (ne s'adresser qu'aux joueur.euse.s de sa propre équipe pour une durée jugée excessive, par exemple) est une forme d'obstruction.

Si l'arbitre a déjà donné une punition majeure et que ce comportement se répète, se poursuit, ou s'aggrave, il.elle peut la rendre *double-majeure* qui vaut 3 points de punition.

Le travail de l'arbitre – Les signes de temps restant

Tout au long de chaque improvisation, l'arbitre peut faire des signes indiquant le temps restant dans l'improvisation. S'il.elle le fait, chaque minute sera indiquée par un nombre de doigts, c'est-à-dire en montrant 4 doigts s'il reste 4 minutes et ainsi de suite. Les trente (30) dernières secondes seront indiquées par un T fait avec les mains, et les dix (10) dernières secondes seront indiquées par deux mains ouvertes (10 doigts). Ce décompte n'est pas garanti – l'arbitre a beaucoup de choses à jongler – mais quand possible, peut aider les improvisateur.trice.s à gérer leur temps, leur rythme, et la fin de leur impro.

Le travail de l'arbitre – Le nettoyage

L'arbitre peut imposer un nettoyage lorsqu'une ou des actions nuisent irréparablement au déroulement de l'improvisation et/ou perdurent malgré la réception de punitions. Par exemple, un fou rire généralisé, un statisme ou une confusion qui s'étend longuement, un cabotinage qui impose un élément vulgaire ou inapproprié à l'histoire, sont des situations qui peuvent provoquer un nettoyage. L'arbitre signale un nettoyage en faisant deux courts coups de sifflet. L'improvisation s'arrête et tou.te.s les joueur.euse.s dans l'arène retournent à leurs équipes respectives. L'arbitre donne un caucus supplémentaire de vingt (20) secondes afin de permettre aux équipes de solutionner les problèmes rencontrés pendant l'improvisation. Suite au caucus, tous les joueur.euse.s antérieurement en jeu ou en position neutre retournent dans l'arène. L'improvisation doit se poursuivre du même point, dans la mesure du possible, et le chronomètre reprend du moment qu'il fut arrêté. L'arbitre signale la fin du caucus supplémentaire par deux courts coups de sifflet.

Et si nous n'avons pas tout ce monde-là?

Dans des plus petits milieux où l'improvisation n'est pas encore une tradition, il est possible qu'on ne puisse recruter 12 joueur.euse.s, 2 entraîneur.e.s et 6-8 officiel.le.s pour notre match d'improvisation. Est-ce qu'on abandonne le projet? Non! On s'adapte.

Une équipe d'impro peut fonctionner avec un minimum de 4 joueur.euse.s (idéalement dont un.e s'identifie à chaque sexe) et sans entraîneur.e, par exemple. L'arbitre peut vérifier les votes lui.elle-même sans l'aide de juges de ligne, et les rôles de maître.esse de cérémonie et de statisticien.ne

peuvent être combinées. Dans un match très simple, l'arbitre peut aussi animer et même prendre note des statistiques lui-même.

Et si on n'a même pas assez de monde pour deux équipes? On joue avec une seule équipe! Les 4 à 6 joueurs se font donner des défis par un.e arbitre/animateur.trice, jouent leurs improvisations (toutes comparées) et, si une dimension pédagogique est voulue, peuvent même recevoir des punitions. Il n'y a pas de vote.

Quelle que soit votre situation, il y a moyen de faire de l'impro qui mise sur le spectacle et vous prépare à des matchs traditionnels quand vous aurez la chance de rencontrer une équipe d'ailleurs. Il suffit d'être prêt.e... à improviser!

Ressources additionnelles

Les procédures d'un match d'improvisation : <https://www.youtube.com/watch?v=tIDR28Zbqbw>
Lire à propos d'un match d'impro peut sembler abstrait, cette aide visuelle fait la démonstration de toutes les parties du match.

Le plan de bande : <https://impronb.wordpress.com/docs/documents-de-tournoi-2/plan-de-construction-bandes-dimprovisation/>

Si vous voulez vous bâtir une arène d'improvisation.

La feuille de statistiques : En annexe.

Le guide du.de la maître.esse de cérémonie :

https://impronb.files.wordpress.com/2019/05/guide_mc_improvisation-nb.pdf

Quoi dire et quand!

Improvisation NB : <https://impronb.wordpress.com/>

Un site Web rempli d'articles sur toutes les facettes du jeu – ateliers, conseils, témoignages, analyses, et même un peu d'humour!

Catégorie Libre : <https://impronb.wordpress.com/podcast-categorie-libre/>

Un podcast qui discute avec des improvisateur.trice.s de leurs carrières et démarches, mais aussi de tous les enjeux qui entourent le jeu de l'improvisation. Disponible sur Apple Podcasts, Spotify et YouTube.

De l'improvisation en ligne? : <https://impronb.files.wordpress.com/2020/11/impro-competitive-en-ligne.pdf>

Un format d'impro-match en ligne qui rapproche les communautés d'impro.

Banque de thème : <https://www.dramaction.qc.ca/fr/improvisation/themes-dimprovisation/>

Lives à ajouter à votre bibliothèque :

Impro – Réflexions et analyses, Robert Gravel et Jean-Marc Lavergne, 1987, Leméac.

Impro II – Exercices et analyses, Robert Gravel et Jean-Marc Lavergne, 1989, Leméac.