

PROGRAMME DE FORMATION

La musique de l'instinct

Module 1 / Oser la musique

Formateurs : Anthony Doux et Othello Ravez

Durée : 4 jours consécutifs en présentiel

Nombre d'heures : 32h30 (+ 5h30 facultatives)

Public visé : Particuliers, collectivités et entreprises

Intervenants, salariés, entrepreneurs, musiciens, non musiciens, animateurs, moniteurs, éducateurs spécialisés, accompagnants, thérapeutes...

Toutes personnes motivées et désireuses de développer leurs connaissances, leur expression et leur sensibilité à travers la musique.

Secteurs socio-culturel, artistique, éducatif, bien-être et santé...

Pré-requis: Aucun

Objectifs pédagogiques

A l'issue de la formation, les apprenants seront capables d'improviser de façon spontanée, de construire et d'élaborer un espace sonore improvisé, harmonieux et captivant.

ENJEUX DE LA FORMATION

- Permettre à chaque participant de :
- « Jouer » sa musique, être « dans » la musique.
- Élaborer des créations sonores avec aisance, confiance et plaisir.
- Jouer et utiliser des instruments zen et intuitifs (voix comprise) pour une médiation musicale, sans apprentissage au préalable de la musique ou du solfège.
- Savoir établir un cadre sonore propice au développement sensoriel de manière individuelle et collective.
- Approfondir sa relation musicale avec lui-même et les autres
- Être disponible à la créativité de l'instant présent
- Acquérir des clés d'improvisation précises et variées
- Savoir suivre son intuition, ses sensations, son discours intérieur
- Oser, improviser, donner de la voix, prendre sa place.
- Pour les formateurs, enseignants et aidants : savoir utiliser cette médiation musicale pratique et agréable pour enrichir les axes pédagogiques et relationnels.

OBJECTIFS PRINCIPAUX

- Appréhender la musique et l'instrument sans partition, avec plaisir.
- Être libre dans son rapport à l'instrument, au son et à la musique
- Concevoir et approfondir la posture créative
- Développer ses sources et ressources d'inspirations
- Nourrir son imaginaire et son expression instinctive
- Construire et architecturer une création sonore improvisée
- Étendre ses qualités d'écoute, d'analyse, d'accueil et d'action
- Expérimenter de nouveaux supports d'expression et de co-création collective
- Acquérir des nouveaux outils pour des pratiques collectives

PROCESSUS PÉDAGOGIQUE

- Présentation des instruments (plus de 150 instruments à découvrir)
- Exploration des instruments intuitifs
- Approche progressive des instruments conventionnels
- Pratiques corporelles et respiratoires de présence à soi et d'inspiration
- Jeux musicaux : de l'approche libre à l'approche consciente intuitive
- Exploration du cadre de création sonore : son, musique, espace, intention, présence, émotion, symbole, sensation
- Ecoute active : compréhensions et résonances fréquentielles, spatiales, sensorielles, corporelles
- Mise en situation de pleine présence par le son : état d'ouverture de sa sensibilité.
- Enregistrement et analyse sensorielle et intellectuelle
- Structuration et développement du discours musical
- Apprentissage et classements des familles d'instruments
- Notions musicales, fréquentielles et musico-thérapeutiques
- Applications pratiques et pédagogiques.
- Création collective d'un voyage sonore équilibrant et relaxant

MODALITES PEDAGOGIQUES

- Formation en présentiel
- Explorations individuelles, en petits groupes et collectives
- Cours théoriques et pratiques
- Mise en situation d'improvisation et de représentation
- Etude de cas

MOYENS ET SUPPORTS PÉDAGOGIQUES

- Instrumentarium de plus de 150 instruments comprenant claviers, kora, gonis, gonilele, ukulélé, guitares, accordéons, bandonéon, carillons, flûtes, didgeridoos, tsingha, bols chantant, bols de cristal, pyramide en cristal, shruti-box, gong, sanza, sanzula, kalimba, océan drum, bâtons de pluie, arbre de pluie, graines, lyre, rêverie harpe, cithare, balalaïka, monocorde, anantar, rave drum, balafon, tubalophone, happo, diapasons, percussions sur cadre, tambours, djembé, shaker, tongue drum en bois, tongue drum métallique, kigonki, guimbarde, cloches et clochettes, songpod, tubes plastiques, wawa, mélodicas, harpe, instruments pour enfants, bol taoïste, chant... et instruments des stagiaires selon leur désir. (liste non exhaustive)
- Livret papier de la formation "La Musique de l'Instinct"
- Enregistrement sonore et support vidéo