



LE MIROIR

L'un reproduit les gestes de l'autre

Déroulement : Debout, un en face de l'autre. Un des participants fait une série de gestes ; une fois terminés, il attend que l'autre les mime. (grimaces, danse, gestuelles diverses...)

Conseils : Changer la situation le plus souvent possible. Triste, gai, énervé, etc...
Dans un premier temps commencer par des mouvements simples et courts.

Variantes : Le meneur devient le mené.

Notes : La reproduction exacte des mêmes situations, développe les capacités de concentration, d'improvisation et d'imitation.
