

À TOI DE JOUER

> Liées à la capsule vidéo : [Émotions 2.0](#)

ÉCHAUFFEMENT FACIAL ÉMOTIF

Comme le fait tout acteur ou toute actrice, réveille les muscles de ton visage afin de travailler ta diction et tes expressions !

> VIRE VITE TA LANGUE

Exerce-toi à dire des phrases difficiles à prononcer :

- Trois tortues têtues.
- Si un siffleur sait siffler, je sais siffler moi aussi.
- Le dragon gradé dégrade le gradé dragon.

Pas facile, n'est-ce pas ? Ta langue s'emmêle-t-elle quand tu répètes la phrase rapidement ? C'est ce qu'on appelle un **VIRELANGUE**.

Essaie de prononcer les phrases ci-haut trois ou quatre fois de suite. Si tu réussis, amuse-toi à les répéter de plus en plus vite.

Maintenant que ta langue est bien déliée, tente de dire l'une de ces phrases avec une émotion de ton choix. Par exemple :

- Colère
- Joie
- Tristesse
- Fatigue
- Peur
- Surprise
- Gêne
- Excitation

> POUR ALLER PLUS LOIN

- Choisis maintenant une émotion précise (colère, joie, tristesse ou peur) et un des virelangues proposés.
- Répète la phrase choisie à trois reprises en augmentant chaque fois la force de ton émotion (petite émotion, moyenne émotion, émotion extraforte).
- Recommence l'exercice en utilisant différents virelangues et émotions.

Si tu le souhaites, refais cette activité avec une personne de ton entourage qui devra essayer de deviner l'émotion que tu exprimes, et ce, dès la première étape (petite émotion). Tu verras alors si l'échauffement de ton visage a été efficace !

N'hésite pas à montrer tes expérimentations à tes proches, à prendre des photos ou à les filmer pour les partager à l'équipe de la Maison Théâtre.

BRAVO D'AVOIR RELEVÉ LE DÉFI !