

# Projet pédagogique

Si l'on aborde le cirque dans sa dimension pratique, l'intérêt pédagogique est multiple. Outre l'aspect moteur (équilibre, adresse, prise de risque) auquel on pense immédiatement, ce qui caractérise ces ateliers est l'importance de l'esprit collectif. En effet c'est une activité ludique, très variée qui participe à la découverte de soi et de l'autre et qui crée un climat propice aux échanges.

Tout le monde a un rôle à jouer et ne peut tricher. Un élève qui effectue une figure doit se dépasser et ses camarades chargés de sécuriser l'exercice sont obligés d'être vigilants. Il y a une solidarité obligatoire qui développe des réflexes d'entraide. A la différence du sport, il n'y a pas d'idées de compétition. Chaque élève œuvre pour la réussite d'un projet personnel et/ou collectif.

Le cirque permet ainsi de dépasser ses limites. L'élève apprend à maîtriser sa peur face à un exercice, puis à la surmonter pour en faire quelque chose qu'il va offrir au public.

## **Les objectifs.**

### Les objectifs généraux.

- Développer les aptitudes psychomotrices chez l'enfant.
- Développer et affirmer sa personnalité.
- Créer une dynamique de groupe allant dans le sens du respect mutuel et de la tolérance.
- Développer un état d'esprit de respect et de responsabilité face au matériel.
- Améliorer les capacités perceptives
- Favoriser l'échange entre les enfants.
- Se faire plaisir.

### Les objectifs spécifiques.

- Découvrir et s'initier aux arts du cirque : conscience et maîtrise corporelle.
- Développer l'adresse et la précision.
- Développer le sens de l'équilibre.
- Favoriser la créativité et le jeu d'expression
- Favoriser le travail de coopération entre enfant : parade, sécurité.
- Se mettre en situation de spectacle : exploiter le côté créativité et ludique, conscience du regard des autres.

## **Les compétences attendues.**

- Proposer une prestation qui interprète de façon personnelle et dans des registres moteurs propre au cirque, une démarche de composition identifiée dans une œuvre. Alternier les différents rôles (metteur en scène, circassien, spectateur).
- Créer et représenter une prestation circassienne singulière et originale pour une échéance donnée en assumant une prise de risque dans les choix personnels opérés.

## Les spécificités

Le cirque est une activité d'exploit, de prouesse, d'expression visant à déclencher l'émotion du spectateur en quête de fantastique, d'exceptionnel, d'extraordinaire. Elle laisse une grande part à l'imaginaire et au rêve.

## Enjeux

La pratique du cirque permet :

- d'augmenter les pouvoirs du corps
- d'améliorer les capacités perceptives (vitesse perceptive, perception de la profondeur, perceptions kinesthésiques, attention visuelle...)
- d'améliorer les aptitudes physiques (tonicité, force, souplesse, équilibre du corps, motricité)
- de développer les aptitudes cognitives (compréhension, mémorisation, créativité et recherche d'originalité...)

de faciliter le vouloir agir en développant des aptitudes affectives et relationnelles (communication et travail avec les autres, recherche et maîtrise de risques, prises d'initiatives, entraînement à esprit critique, pouvoir montrer, pouvoir regarder les autres, adopter à plusieurs un projet...).

## Problèmes fondamentaux posés par la pratique

Il s'agira de passer d'une motricité ordinaire du bipède terrien à une motricité inhabituelle :

- de plus en plus renversée, tournée et manuelle remettant en cause l'équilibre, avec ou sans l'utilisation d'objets divers posant des problèmes de coordination et de dissociation segmentaire, d'équilibre, de souplesse, d'adresse...
- de construire une motricité symbolique, en vue d'une communication à autrui (spectateurs, pairs) permettant une maîtrise progressive des émotions.

## Les ressources mobilisées

### *Mécaniques*

- Dynamisme d'action et vitesse de réaction.
- Force et souplesse.
- Coordination et dissociation segmentaire.

### *Informationnelles*

Perceptions sonores, visuelles, kinesthésiques.

- Équilibre, maîtrise des déséquilibres.
- Anticipation et mémorisation.

### *Énergétiques*

- Adaptation du système cardio-vasculaire aux efforts variés.

### *Affectives et relationnelles*

- Contrôle de soi et de ses émotions.
- Pouvoir de communications verbales et corporelles.

## Les différentes phases d'apprentissage.

### Phase de sensibilisation.

Elle a pour but de créer un climat propice à l'action, de faire prendre conscience de toutes les possibilités qu'offrent les arts et techniques du cirque.

### Phase de progression

Elle comprend l'apprentissage des techniques et la recherche artistique en vue d'une représentation.

### Phase de valorisation

Conception et réalisation d'un spectacle de cirque.

Cette phase est importante, elle permet d'entretenir une motivation permanente.

## l'interdisciplinarité.

### Éducation physique et sportive

*Compétence : concevoir et réaliser des actions à visée artistique, esthétique et/ou expressive.*

Le cirque est particulièrement adapté aux activités physiques, sportives et artistiques. Il permet de mettre en œuvre les activités artistiques qui doivent déboucher sur une prestation.

### Éducation artistique

*Compétences :*

- ➔ *décrire et comparer des images en utilisant un vocabulaire approprié;*
- ➔ *comparer sa propre production aux démarches et procédés d'artistes;*
- ➔ *écouter les autres, pratiquer l'écoute intérieure de courts extraits;*
- ➔ *produire des rythmes simples avec un instrument, marquer corporellement la pulsation;*

## Les composantes de l'activité cirque

### **L'acrobatie**

Technique de base du cirque grâce au travail de l'agilité au sol, l'acrobatie permet la prise de conscience de son corps dans diverses positions, le travail postural, le gainage, le travail respiratoire, la relation à l'autre (portées, parades).

**Babies cirque :** Être capable de connaître et de reproduire les différentes démarches d'animaux (éléphant, lapin, grenouille, girafe, serpent, phoque, araignée avant et arrière, chenille etc...)

**Découvertes :** Être capable de connaître et de reproduire les mélanges démarches d'animaux et acrobatie (éléphant roulade avant, lapin montée de bassin en vue de l'ATR, grenouille trépied, girafe roue, araignée chandelle,

**Initiation 1 :** Être capable de faire une roulade avant et arrière, tenir 3 secondes un ATR et un trépieds, roue 2 mains bon et mauvais côté

**Initiation 2 :** Être capable de faire roue une main 1ère et 2ème, rondade, souplesse avant et arrière

### **La jonglerie**

Jonglerie, balles, anneaux, massues, foulards, diabolo, assiettes chinoises, bâton du diable... ces manipulations permettent avant tout de travailler sur les capacités manuelles : l'agilité manuelle, l'ambidextrie, et permet aussi d'améliorer les fonctions perceptives et sensorielles, les repères dans l'espace et dans le temps, le développement du sens du toucher et la latéralité.

### **L'art clownesque et présentation**

Oser devant l'autre, prendre des risques, tous en piste dans le groupe qui fédère... apprendre à rire de soi, à

faire rire les autres car le rire est le fondement de l'Homme. Apprentissage de la ventriloquie, de la présentation au micro.

### **Le dispositif de sécurité.**

Une prise de risque calculée est inhérente aux arts du cirque. La sécurité du pratiquant repose sur une juste appréciation de ses capacités, la mise en place d'une sécurité adaptée et l'utilisation d'un matériel fiable. Aussi chaque participant devra respecter les consignes de sécurité qui seront données par le personnel enseignant et devra les mettre en application. Dans certaines techniques, il aura une parade ou l'aide d'un initiateur afin d'aborder le mouvement sans risque.

Pour cela les élèves disposent :

- D'une salle aménagée avec des tapis au sol adapté aux chutes.
- De tapis de réception.
- D'espaces de rangement.
- D'adultes en nombre suffisant afin de les encadrer et les parer.
- Ainsi que du matériel adapté pour chaque activité.

### **Déroulement des activités.**

La séance commencera par un échauffement et une mise en forme (exercices de musculation) Ensuite plusieurs ateliers pourront être mis en place afin d'aborder les disciplines de base et technique du cirque. Tous les ateliers se clôtureront par un temps de retour au calme et de réappropriation du vécu de l'atelier par la parole.

### **Les locaux.**

Le local est important pour le bon déroulement de l'atelier cirque car il permet aux enfants de pouvoir s'exprimer librement dans un espace délimité ce qui leur fournit des repères. De plus, un local connu de tous permet une adaptation et une prise de repères plus rapides.

« Le cirque est une activité de production et de reproduction de formes où la motricité est transcendée pour devenir communication et émotion. Le cirque fait appel à tous les sens. C'est avant tout une activité d'expression. Le cirque n'existe pas sans public, sans cris, sans rires sans souffle. Le cirque est une expression humaine. »

## Les composantes de l'activité cirque par tranche d'âge

### **Babies cirque ¾ ans**

#### **Être capable de :**

- Jongler à 2 objets sans croiser ; Retenir des enchaînements acrobatique et jonglerie
- Rester concentré, appliquer les consignes de sécurité,
- Respecter les personnes, le matériel et le ranger
- Oser se produire en spectacle

### **Découvertes 5/6 ans idem que les Babies et**

#### **Être capable de :**

- Jongler à 2 objets croiser
- S'entraider
- Créer de nouveaux mouvements et des petits numéros

### **Initiation I idem que les Babies et les découvertes et**

#### **Être capable de :**

- Se corriger
- Etre autonome
- Travailler en groupe

### **Initiation II idem que les Babies, les découvertes, Initiation I et**

#### **Être capable de :**

- Se parer
- Travailler seul
- S'occuper des plus jeunes
- Prendre des initiatives