

# BILAN FPC CIRQUE

Année scolaire 2009-2010

Dimitri DROUJININSKY, Vincent MILLET, Audrey BALAVOINE, Antoine CAMUS, Thibaut REGNIER,  
Francis PFEIFFER, Pierre CONRARDY, Daniel GUIZARD, Corinne et Thierry MAGOT

## **Information préalable :**

Vous pouvez également retrouver l'ensemble des formateurs Cirque sur le Forum Académique afin de leur poser toutes vos questions relatives à l'enseignement des arts du cirque à l'adresse suivante : <https://atlantique.ac-reims.fr/public/forum>

## Explication des niveaux de compétences attendues

### **Compétence attendue niveau 1 :**

Composer<sup>(1)</sup> et présenter<sup>(2)</sup> dans un espace orienté<sup>(3)</sup> un numéro collectif<sup>(4)</sup> organisé autour d'un thème<sup>(5)</sup> incorporant à un jeu d'acteur<sup>(6)</sup> des éléments simples issus de 2 des trois familles<sup>(7)</sup>.

Maîtriser ses émotions<sup>(8)</sup> et accepter le regard des autres<sup>(9)</sup>.

Observer avec attention et apprécier avec respect<sup>(10)</sup> les différentes prestations.

(1) A partir d'une situation donnée par l'enseignant, l'élève crée son univers en : combinant, transformant, développant, enrichissant la matière de base (éléments techniques ou scéniques)

Exemple technique : Sur une routine à 1 balle créée par l'enseignant, l'élève insert des répétitions, change les volumes, change de main, varie les trajets, commente le trajet de la balle, personnifie l'objet...

(2) Se confronter au regard d'un public (professeur, caméra, partenaire, classe...) à chaque séance sur un travail abouti ou en cours de construction.

(3) La scène est définie et délimitée. Le public est placé dans un espace démarqué. Les acteurs ont le regard en direction du public (sans forcément croiser son regard ni le prendre à parti).

(4) Le groupe se compose de 2 à 5 élèves. Ils recherchent des inter-relations au cours de leur numéro (physiques, verbales, spatiales...)

(5) Le thème peut être un scénario ou une contrainte (ex : un état, une image, un verbe, un événement, une énergie...)

(6) Rester dans son personnage en éliminant les gestes parasites (rires, tics, gestes personnels, regards fuyants...)

(7) Familles :

- Equilibre sur supports variés (boule, rolla-bolla, fil, barre, échelle, poutre, barrière...),

- Jonglage (balles, diabolos, massues, ballons de baudruce, sacs plastique, chaussures...)
  - Acrobaties (seul ou à plusieurs)
- (8) Par rapport au risque technique dans les 3 familles et au regard du public.
- (9) S'assumer sur scène en tant que personne ; assumer son travail.
- (10) En tant que spectateur :
- être concentré sur la prestation sans la parasiter (posture, discussions avec son voisin, commentaires, manipulation du matériel...)
  - se laisser imprégner de l'émotion suscitée par les acteurs
  - formuler une analyse simple sans jugement de valeur.

## Durée d'apprentissage requise

Minimum 12h de pratique effective, évaluation non comprise, soit une dizaine de séances de 2 heures.

## Explication et analyse des fiches ressources

Sur la fiche ci-dessous ont été surlignés en rouge les éléments de compétences privilégiés par les formateurs. En bleu souligné, des exemples de situations choisies parmi le recueil composant la suite du document. En cliquant sur le nom d'un exemple, vous accédez directement à la page de la situation présentée.

**Compétence attendue :**

Composer et présenter dans un espace orienté un numéro collectif organisé autour d'un thème incorporant à un jeu d'acteur des éléments simples issus de 2 des trois familles.

Maîtriser ses émotions et accepter le regard des autres.

Observer avec attention et apprécier avec respect les différentes prestations

<b>Connaissances</b>	<b>Capacités</b>	<b>Attitudes</b>
<p><u>Du pratiquant :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Le vocabulaire spécifique au regard des familles : jonglage, acrobatie et équilibre (actions, objets, disciplines).</li> <li>- Le vocabulaire lié aux concepts simples de mise en scène d'un spectacle : « l'équilibre plateau », « l'écoute », « la position 0 », le rythme du spectacle, la qualité du jeu des acteurs (ex : <a href="#">travail de la position zéro et du regard secret</a>)</li> <li>- Les règles de sécurité inhérentes aux acrobaties individuelles ou collectives et aux outils d'équilibre</li> </ul> <p><i>Les règles simples de la physique qui permettent de réussir une figure : les plans, les axes, les directions, rotations, le point mort haut, la position du centre de gravité.</i></p>	<p><u>Du pratiquant :</u></p> <p>Enchaîner plusieurs figures <u>avec un même objet ou engin</u> dans « au moins 2 des 3 familles »</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Equilibre : Se déplacer et s'équilibrer sur un engin à stabilité précaire ou un partenaire en respectant les règles de sécurité et d'équilibre (Ex <a href="#">La traversée</a>)</li> <li>- Jonglage Partager ses objets avec un partenaire : échanger, mélanger (jonglage à plusieurs : « passing ») (Ex : <a href="#">machine à jongler</a>) Manipuler un ou plusieurs objets ou engins en les lançant, attrapant, roulant, basculant, arrêtant pour produire des trajectoires précises et maîtrisées (ex : <a href="#">la phrase jonglée</a>)</li> <li>-Acrobaties Réaliser des figures acrobatiques simples, agencées de manière originale, synchronisée, inhabituelle. (Ex. <a href="#">La frontière</a>)</li> <li>-Jeu d'acteur Entrer en relation ou contact simple avec ses partenaires dans le but de créer une émotion chez le spectateur (ex : <a href="#">les yeux dans les</a></li> </ul>	<p><u>Du pratiquant :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Aborder avec sérieux et concentration le statut spécifique d' « acteur », différent des statuts habituels en EPS (Ex : <a href="#">danse en losange</a>)</li> <li>- Se concentrer avant d'entrer en piste et le rester.</li> <li>- Ne pas décrocher du numéro suite à un raté personnel ou du groupe. (Ex : <a href="#">position zéro</a>, <a href="#">le cercle</a>)</li> <li>- Accepter de répéter le numéro de nombreuses fois pour s'améliorer</li> <li>- Accepter et prendre en compte les remarques des spectateurs.</li> <li>- Organiser son travail en respectant celui des autres : partager l'espace, le matériel</li> <li>- Préparer son matériel pour l'ensemble du spectacle</li> </ul>

<p>- Quelques registres musicaux et sonores.</p> <p><b>Liées aux autres rôles :</b></p> <p><u>Le metteur en scène :</u> Les règles et principes simples de composition :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Caractéristiques d'un début, d'un développement et d'une fin</b> (ex : <a href="#">les clowns</a>)</li> <li>- <b>Orientation par rapport au public, occupation de l'espace plateau</b> (ex : <a href="#">occupation de plateau</a>)</li> <li>- <b>Éléments de relation entre les acteurs</b> : « <i>L'unisson</i> », « <i>la cascade</i> », « <i>le canon</i> », « <i>le miroir</i> ...</li> </ul> <p><u>Le spectateur :</u> Les critères d'appréciation simples liés :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- A la qualité de jeu d'acteur des artistes</li> <li>- A la qualité des prestations « jonglage » « acrobatie » et « équilibre »</li> <li>- <b>Au respect du cadre de composition</b> (ex : <a href="#">les clowns</a>)</li> <li>- A la qualité du rythme du spectacle</li> </ul>	<p><a href="#">yeux</a>, <a href="#">la frontière</a>)</p> <p><b>S'orienter dans l'espace avec ses partenaires de façon à favoriser une bonne visibilité des actions par le spectateur</b> (ex : <a href="#">occupation de plateau</a>, <a href="#">chef de plateau</a>)</p> <p>Construire de brefs « moments » solo à partir de savoir-faire techniques simples.</p> <p><b>Entrer dans son rôle d'acteur, lever les yeux, regarder simplement.</b> (ex : <a href="#">L'interprétation orale</a>, <a href="#">le toucher</a>, <a href="#">la phrase de l'oeuf</a>)</p> <p>Eventuellement renvoyer une émotion au public (« le renvoi public »). Eliminer les gestes parasites.</p> <p>S'appuyer sur des accessoires, des costumes ou des décors simples pour souligner un trait ou un univers.</p> <p>Mémoriser les différentes formes corporelles à reproduire, les formes de groupements, les rôles, les espaces et les durées</p> <p><b>Liées aux autres rôles :</b></p> <p><u>Le metteur en scène :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Créer dans le cadre de composition proposé par l'enseignant.</b> (ex : <a href="#">Les clowns</a>)</li> <li>- Utiliser différentes formes <u>spatiales</u> (ligne, colonne, forme géométrique, lettre...), <u>temporelles</u> (unisson, répétition, canon) et des groupements variés (duos, trios...) adaptés aux intentions.</li> <li>- Travailler le rythme du spectacle : ralentir, marquer des arrêts, construire des instants clés, des coups de projecteur pour centrer l'attention du spectateur</li> <li>- Anticiper les changements de partenaire et la disposition du matériel.</li> </ul> <p><u>Le spectateur :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Donner un avis « orienté » sur un spectacle : qu'est ce qui était réussi ? qu'est ce qui pourrait être amélioré ?</li> <li>- Repérer et analyser la prestation du groupe à partir des critères simples (éléments constitutifs du numéro, niveau de difficulté</li> </ul>	<p><b>Liées aux autres rôles :</b></p> <p><u>Le metteur en scène :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Faire confiance à son imaginaire personnel : oser, proposer, faire des choix</b> (ex : <a href="#">1, 2, 3 soleil</a>, <a href="#">la marche aveugle avec histoire</a>, <a href="#">le toucher</a>)</li> <li>- <b>Etre à l'écoute, prendre en compte les idées, les qualités et la singularité de chacun.</b> « Rebondir » sur les idées avancées par ses partenaires (ex : <a href="#">les clowns</a>, <a href="#">le cercle vicieux</a>)</li> <li>- Echanger les savoirs faire, apprendre des autres et aux autres, encourager, aider.</li> </ul> <p><u>Le spectateur :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Se rendre disponible pour la prestation des autres</li> <li>- Observer de façon attentive, respectueuse et « critique »</li> </ul>
--	--	--

	réussi ou non, respect du thème).	
--	-----------------------------------	--

Liens avec le socle :

Compétence 1 : Maîtriser la langue, utiliser un vocabulaire spécifique, rester dans le propos de l'échange.

Compétence 5 : Acquérir une culture et une sensibilité artistique, s'ouvrir vers différentes formes d'expression (histoire des arts).

Compétence 6 : Comprendre l'importance du respect mutuel, accepter les différences, participer à la réalisation d'une production collective.

Compétence 7 : Concevoir et mener un projet à son terme.

# SOMMAIRE DES SITUATIONS

## S'ÉCHAUFFER/SE CONCENTRER

<a href="#">Relaxation – préparation</a>	p.9
<a href="#">Automassage</a>	p.10
<a href="#">Massage</a>	p.11
<a href="#">Le cercle</a>	p.12
<a href="#">Le jeu de l'imitation</a>	p.13
<a href="#">Travail corporel</a>	p.14

## LES MISES EN PISTE

<a href="#">Les présentations</a>	p.15
<a href="#">La ronde des gestes</a>	p.16
<a href="#">La balade du clown</a>	p.17
<a href="#">Le jeu du miroir</a>	p.18
<a href="#">Danse en losange</a>	p.19
<a href="#">1, 2, 3 soleil</a>	p.20

<a href="#">Statue et sculpteur</a>	p.21
<a href="#">Les yeux dans les yeux</a>	p.22
<a href="#">Le comptage</a>	p.22
<a href="#">Wizz boing</a>	p.24
<a href="#">Le cercle vicieux</a>	p.25

## MISES EN PISTE ET NOTION FONDAMENTALES :

### REGARD SECRET/ POSITION ZERO/EQUILIBRE PLATEAU

<a href="#">Travail de la position zéro et du regard secret</a>	p.26
<a href="#">Travail de l'occupation de plateau</a>	p.27
<a href="#">Le chef de plateau</a>	p.28

### MISES EN PISTE ET CONFIANCE EN SOI/EN L'AUTRE

<a href="#">Le bourdon</a>	p.29
<a href="#">La marche aveugle</a>	p.30
<a href="#">La marche aveugle avec histoire</a>	p.31

## **LE JEU D'ACTEUR**

[Le détournement d'objet](#) p.32

[La répétition \(exercice de l'œuf\)](#) p.33

[La conversation en trio](#) p.34

[L'interprétation orale](#) p.35

[La marche imaginaire](#) p.36

[La marche des émotions](#) p.37

[Les hommes objets](#) p.38

[Les scènes courtes](#) p.39

[Les tapis](#) p.40

[Les clowns](#) p.41

[Le toucher](#) p.42

## **L'ACROBATIE**

[L'hypnose](#) p.43

[La frontière](#) p.44

[La circulation humaine](#) p.45

[Le rouleau dorsal](#) p.46

## **L'EQUILIBRE**

[La traversée](#) p.47

[Le compte à rebours](#) p.48

[Le bâton](#) p.49

[La statue](#) p.50

## **LE JONGLAGE**

[La machine à jongler](#) p.51

[La cascade](#) p.52

[Faire vivre son objet en musique](#) p.53

[La phrase jonglée](#) p.54

## **RETOUR AU CALME**

[Le roi du silence](#) p.55

[Relaxation](#) p.56

[Tomber](#) p.57

## Relaxation/préparation

Objectifs	Dispositif/C Réalisation	C Réussite	Variables
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Apaiser les esprits (pôle affectif) et les tensions (pôle moteur).</li> <li>• Mettre les élèves dans un état de disponibilité physique et mentale.</li> </ul>	<p>Les élèves sont répartis dans la totalité de la salle. Les orientations et distances entre eux doivent leur permettre de faire abstraction de leurs voisins (séparer les copains !).</p> <p>Dans le silence ou sur fond de musique douce : Allongés sur le dos, yeux fermés, tête dans l'axe, bras le long du corps, paumes vers le bas, jambes décroisées. Les élèves suivent mentalement les indications que l'enseignant leur donne au fur et à mesure (avec une voix posée !).</p> <p>Quelques possibilités à associer ou non :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Respiration « abdominale » profonde mais non forcée</li> <li>- Visite mentale de toutes les parties du corps dans le but d'obtenir leur relâchement</li> <li>- Ecoute des sons en variant les distances (des sons internes au corps jusqu'à ceux extérieurs à la salle)</li> <li>- Ballade virtuelle, lieu ou matière agréable</li> <li>- Souvenirs de ce qui a été fait ou imagination de ce que l'on va faire durant le cours...</li> </ul> <p>Sortir doucement de la situation : laisser le temps à chacun de reprendre contact avec la réalité. Le redressement est progressif avec des pauses possibles, yeux ouverts ou fermés : bascule en fœtus, à genoux, accroupi, puis déroulement vertébral.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Les yeux restent fermés.</li> <li>▪ Le corps est relâché.</li> <li>▪ Il n'y a plus de mouvements parasites, de rires ou d'échanges avec les voisins.</li> </ul>	<p><b>Simplification</b> : Réaliser l'exercice à deux et se donner la réplique</p> <p><b>Complexification</b> : Y associer une technique circassienne et garder le poids du propos.</p>

### S'ECHAUFFER/SE CONCENTRER

[Sommaire](#)

## AUTOMASSAGE

Objectifs	Dispositif/C Réalisation	C Réussite	Variables
<ul style="list-style-type: none"><li>Réveiller le corps et se préparer à l'action.</li></ul>	Frotter et/ou tapoter chacune des parties du corps, du crâne (sans oublier le visage) jusqu'aux orteils.	<ul style="list-style-type: none"><li>La manipulation est plus appuyée qu'un effleurement.</li><li>Les élèves restent concentrés.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Réveiller le corps et se préparer à l'action.</li></ul>

## S'ECHAUFFER/SE CONCENTRER

[Sommaire](#)

## MASSAGE

Objectifs	Dispositif/C Réalisation	C Réussite	Variables
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Idem +</li> <li>• Créer du partenariat, de la complicité</li> </ul>	<p>Par 2 :</p> <p>L'un allongé sur le dos (idem relaxation), l'autre sur le côté.</p> <p>Le manipulateur se déplace avec discrétion et respect. Après chaque acte, il dépose au sol avec précaution la partie du corps manipulée :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- « pâte à modeler » sur chaque bras de l'épaule jusqu'au petit doigt. Massage possible des paumes.</li> <li>- Idem sur les jambes.</li> <li>- Massage et étirement de la nuque.</li> <li>- Allègement du bassin en soulevant les pieds, petites secousses, puis dépose en allongement. Attention : le manipulateur agit en contre-poids et fléchit les jambes pour protéger son dos.</li> <li>- Paumes sur les ailes iliaques, légères secousses latérales.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Idem +</li> <li>▪ Pas d'échanges verbaux.</li> <li>▪ Le manipulateur agit avec douceur et précautions. Il ne sollicite pas son dos.</li> </ul>	

### S'ECHAUFFER/SE CONCENTRER

[Sommaire](#)

## LE CERCLE

Description d'une situation	Capacités visées	Intérêt, sens artistique	Remédiations, variables
<p>Tout le groupe réuni en cercle avec le professeur. Les deux mains devant soi, ouvertes, orientée vers le ciel. Une balle en main droite. Le professeur est le chef d'orchestre. Il prononce « tic », « tac ». Au « tic », chacun passe la balle de la main droite dans la main gauche, au « tac », chacun passe la balle de sa main gauche dans la main droite du partenaire à gauche et, du même coup reçoit dans sa main droite la balle du partenaire de droite.</p>	<p><b>. être à l'écoute du professeur, des autres</b></p> <p><b>. Entrer en relation avec l'autre (état de jeu et de coopération)</b></p> <p><b>. gérer la manipulation d'objets avec les deux mains</b></p>	<p>. Situation ludique qui peut vite devenir très technique avec un rendu visuel impressionnant)</p> <p>. situation de préparation pour rentrer dans un travail plus technique ou un travail en groupe à l'écoute du groupe ou d'un leader.</p>	<p><b>Simplification</b> : quelques balles pour tout le groupe</p> <p><b>Complexification</b> :</p> <p>. lancer la balle à chaque passe : « tic, tac, plouf », plouf étant le temps de réception de la balle du voisin.</p> <p>. varier les types de lancers (simple, sous la jambe, dans le dos, avec rebond au sol...)</p> <p>. changer de sens</p> <p>Orienter tous les membres du cercle vers la droite (se retrouvent les uns derrière les autres). Se donner la balle de derrière vers devant.</p> <p>. idem en s'asseyant et en passant la balle en la faisant rouler au sol</p>

S'ÉCHAUFFER/SE CONCENTRER

[Sommaire](#)

## LE JEU DE L'IMITATION

Description d'une situation	Capacités visées	Intérêt, sens artistique	Remédiations, variables
Imitation de déplacements par 2.	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Mémoriser les différentes formes corporelles à reproduire, les formes de groupements, les rôles, les espaces et les durées.</li> <li>. Entrer en relation ou contact simple avec ses partenaires (mains, bustes, regard).</li> <li>. Mettre en place des codes, des signaux pour communiquer entre les différents acteurs</li> </ul> Liées aux autres rôles : <b>Le metteur en scène :</b> Utiliser différentes formes spatiales	<b>réactions à des signaux, mémorisation, reproduction de formes</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Réactions à des signaux visuels (déplacement crabe, cheval, serpent)</li> <li>. Faire le funambule</li> <li>. Mimer une gestuelle sportive (faire du vélo, de la gym, de l'escrime, de l'aérobic, lancer le javelot, nager le crawl, dribler etc.....)</li> </ul>

### S'ECHAUFFER/SE CONCENTRER

[Sommaire](#)

## TRAVAIL CORPOREL

Description d'une situation	Capacités visées	Intérêt, sens artistique	Remédiations, variables
<p>Ecrire son <b>prénom</b> avec différentes parties du corps et sur différentes surfaces.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Mémoriser les différentes formes corporelles à reproduire, les formes de groupements, les rôles, les espaces et les durées.</li> <li>. Entrer en relation ou contact simple avec ses partenaires (mains, bustes, regard).</li> <li>. Mettre en place des codes, des signaux pour communiquer entre les différents acteurs</li> </ul> <p>Liées aux autres rôles :  <b>Le metteur en scène :</b>                      Utiliser différentes formes spatiales</p>	<p>travail corporel, production de formes dans différents espaces</p>	<p><b>Simplification :</b> imposer la partie à utiliser</p> <p><b>Complexification :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>. varier les énergies, le volume d'exploitation de la production</li> </ul>

## S'ECHAUFFER/SE CONCENTRER

[Sommaire](#)

## LES PRESENTATIONS

Objectifs	Dispositif/C Réalisation	C Réussite	Variables
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b><u>Faire entrer les élèves dans l'activité</u></b></li> <li>• <b><u>Décomplexer les élèves/Se produire devant les autres.</u></b></li> </ul>	<p>Cette situation se fait en classe entière . Délimiter une surface de jeu circulaire de préférence. Un ballon ou une balle de jonglage.</p> <p>-J'annonce le prénom de la personne à qui je lance et j'envoie la balle en l'air...La personne dont le prénom a été cité doit se dépêcher de récupérer la balle avant qu'elle ne tombe. Une personne ne peut envoyer la balle deux fois à la même personne.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Je respect les consignes.</li> <li>▪ Je lance la balle à plusieurs personnes.</li> </ul>	<p>Vitesse d'annonce. Imposer un rythme.</p>

## LES MISES EN PISTE

[Sommaire](#)

## LA RONDE DES GESTES

Objectifs	Dispositif/C Réalisation	C Réussite	Variables
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b><u>Faire entrer les élèves dans l'activité</u></b></li> <li>• <b><u>Décomplexer les élèves/Se produire devant les autres.</u></b></li> <li>• <b><u>Travail de la voix</u></b></li> <li>• <b><u>Observer et reproduire.</u></b></li> </ul>	<p>Par groupe de 10 à 20 effectuer un cercle.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Envoyer des prénoms : Taper dans les mains en direction de quelqu'un du cercle. Celui qui reçoit mime le fait qu'il le reçoive et le renvoie à quelqu'un d'autre du cercle. Quand chacun l'a fait une fois au moins, envoyer en plus son prénom. Recevoir le prénom de celui qui l'a envoyé puis envoyer le sien. Recevoir son prénom puis annoncer le prénom de celui à qui j'envoie.</li>   <li>2. Chaque élève annonce son prénom à voix haute puis effectue un geste quelconque. Il fait ensuite le tour du cercle (par l'intérieur) et annonce le prénom et le geste de chaque personne déjà passée (le premier dit son nom fait son geste et fait un tour vide, le deuxième a une seule personne, la dernière a par exemple 15 prénoms et 15 gestes....).</li> </ol> <p>Pas de musique...</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Je n'oublie pas de prénom</li> <li>▪ Je reproduis les gestes et les mimiques de manière précise</li> <li>▪ Je me fais entendre des autres</li> <li>▪ Je reste concentré</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Adapter le nombre d'élèves aux possibilités de concentration et d'autonomie du groupe.</li> <li>-Commencer par un tour à juste avec les prénoms sans les gestes si les élèves sont complexés puis ajouter les gestes au deuxième tour.</li> <li>-Ne pas forcer les élèves qui ne veulent absolument pas passés (difficile en ZEP pour une question d'égalité).</li> <li>-Travailler sur l'intonation du prénom.</li> </ul>

## LES MISES EN PISTE

[Sommaire](#)

## LA BALADE DU CLOWN

Objectifs	Dispositif/C Réalisation	C Réussite	Variables
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b><u>Faire entrer les élèves dans l'activité</u></b></li> <li>• <b><u>Décomplexer les élèves.</u></b></li> <li>• <b><u>Observer et reproduire</u></b></li> </ul>	<p>Par groupe de 4 à 8 une colonne (les uns derrière les autres).</p> <p>Le premier est leader et à le droit de se déplacer comme il le souhaite (liberté totale), les autres sont chargés d'observer attentivement et de reproduire le plus rapidement et le plus fidèlement le mode de déplacement du leader.</p> <p>Musique péchue !</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ L'observateur extérieur a l'impression de voir un groupe qui fait la même chose et pas une somme d'individus en retard les uns par rapport aux autres.</li> </ul>	<p>Taille du groupe</p> <p>Mettre des contraintes (se déplacer sur un appui, par terre, sur un plinth, des tapis, mimer des personnages).</p> <p>Adapter la situation aux objectifs fixés (travail sur le corps, sur la voix....).</p>

## LES MISES EN PISTE

[Sommaire](#)

## LE JEU DU MIROIR

Objectifs	Dispositif/C Réalisation	C Réussite	Variables
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b><u>Faire entrer les élèves dans l'activité</u></b></li> <li>• <b><u>Décomplexer les élèves/Se produire devant les autres.</u></b></li> <li>• <b><u>Travail sur les expressions.</u></b></li> <li>• <b><u>Observer et reproduire. Apprendre à se mettre à l'écoute de l'autre (doser ses gestes).</u></b></li> </ul>	<p>Par groupe de 2. 2 plots délimitent un miroir. Un des 2 élèves fait des gestes <u>lents et visibles</u>. L'autre les reproduit de l'autre coté le plus fidèlement possible.</p> <p>1 groupe qui fait/un groupe qui observe. (vidéo intéressante pour retour)</p> <p>Musique cool...</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Faire des gestes lents et visibles !</li> <li>▪ Observer les détails et ne rien oublier (la main et la tête tourne en même temps).</li> <li>▪ L'observateur extérieur a l'impression de voir réellement une personne et son miroir.</li> </ul>	<p>Vitesse d'exécution. Donner des contraintes (uniquement au sol, de profil, enlever les mimiques du visage).</p>

## LES MISES EN PISTE

[Sommaire](#)

## DANSE EN LOSANGE

Objectifs	Dispositif/C Réalisation	C Réussite	Variables
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b><u>Faire entrer les élèves dans l'activité</u></b></li> <li>• <b><u>Décomplexer les élèves.</u></b></li> <li>• <b><u>Observer et reproduire.</u></b></li> </ul>	<p>Groupe classe. Par groupe de 4 en losange. Celui qui est devant effectue des gestes lents et visibles des autres. Les autres reproduisent fidèlement ce qu'ils voient. Quand il veut il peut donner le relais aux autres en effectuant un quart de tour sur lui-même (un autre se retrouve alors devant et donc leader).</p> <p>1 groupe qui fait et un qui observe. (vidéo intéressante pour retour)</p> <p>Musique cool...</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Faire des gestes lents et visibles !</li> <li>▪ Observer les détails et ne rien oublier (la main et la tête tourne en même temps).</li> <li>▪ L'observateur extérieur a l'impression de voir réellement une seule troupe de danse !</li> </ul>	<p>Vitesse d'exécution. Donner des contraintes (uniquement au sol, de profil, enlever les mimiques du visage...).</p> <p>1 seul groupe qui fait et le prof observe (si le groupe se moque facilement, tout le monde pratique).</p>

## LES MISES EN PISTE

[Sommaire](#)

## 1, 2, 3 SOLEIL

Objectifs	Dispositif/C Réalisation	C Réussite	Variables
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b><u>Faire entrer les élèves dans l'activité</u></b></li> <li>• <b><u>Décomplexer les élèves.</u></b></li> <li>• <b><u>Travailler sur le caractère des personnages et ce qui fait leur identité.</u></b></li> <li>• <b><u>Travail de la position zéro.</u></b></li> </ul>	<p>Groupe classe.</p> <p>Ce sont les règles du jeu habituelles. Cependant, quand les élèves s'arrêtent ils sont soumis à certaines contraintes.</p> <p>-S'arrêter une imitant un personnage (cowboy, super héro, animal...).</p> <p>-S'arrêter en imitant une émotion (joie, peur, vide, colère...).</p> <p>Les élèves qui ne correspondent pas à la contrainte repartent depuis le début.</p> <p>Pas de musique.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mon arrêt (la position de mon corps ou mes mimiques) correspondent à la contrainte demandée.</li> </ul> <p>Je reste concentré pendant l'arrêt pour ne pas bouger ou ne pas rire.</p>	<p>Prof meneur</p> <p>Elèves meneurs</p>

## LES MISES EN PISTE

[Sommaire](#)

## STATUE ET SCULPTEUR

Objectifs	Dispositif/C Réalisation	C Réussite	Variables
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b><u>Faire travailler l'imagination</u></b></li> <li>• <b><u>Accepter le contact avec autrui</u></b></li> <li>• <b><u>Accepter le regard d'autrui.</u></b></li> <li>• <b><u>Travailler une forme d'entrée possible</u></b></li> <li>• <b><u>Apprendre à tenir une position sans bouger.</u></b></li> </ul>	<p>Demander aux élèves de se mettre par deux. 1 sculpteur/1 statue</p> <p>Les statues vont se mettre au centre de la salle. Les sculpteurs se rassemblent à un bout de la salle.</p> <p>Quand l'enseignant lance la musique (péchuée ou calme) les sculpteurs vont manipuler les statues pour leur donner la forme voulue.</p> <p>Quand les sculpteurs ont fini ou quand l'enseignant baisse la musique les sculpteurs vont s'asseoir. Les statues tiennent le position 10 secondes (photo éventuelle), puis tournent le dos (signal de fin).</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Sculpteur : Faire une figure originale Prendre le temps d'aller ds le détail (visage).</li> <li>▪ Statue : Accepter de se laisser faire. Tenir la position.</li> </ul>	<p>Ajouter 2 objets à bloquer sur le corps.</p> <p>Obliger les contacts entre statues</p> <p>Imposer des humeurs et émotions aux statues.</p> <p>Les statues restent en place, les sculpteurs se déplacent à l'intérieur du groupe, les statues doivent rester de marbre.</p>

### LES MISES EN PISTE

[Sommaire](#)

## LES YEUX DANS LES YEUX

Objectifs	Dispositif/C Réalisation	C Réussite	Variables
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b><u>Accepter le regard de son partenaire.</u></b></li> <li>• <b><u>Aborder les notions d'espace et de rythme.</u></b></li> </ul>	<p>Par 2, chacun se déplace sans jamais couper le contact « yeux dans yeux ». Varier distances entre partenaire, les déplacements (lieux, types de déplacement, hauteur) et les rythmes. Chacun est indépendant dans son évolution, excepté la contrainte du regard.</p> <p>Chacun est vigilant aux autres duos pour occuper les espaces libres et éviter une collision (en vision périphérique notamment).</p> <p>Variante facilitante : L'un est le miroir de l'autre.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Les élèves varient les propositions sans s'éterniser dans chacune.</li> <li>▪ Ils ne perdent pas le regard. Les bousculades sont rares et douces.</li> </ul>	<p>S'éloigner le plus possible et dire le prénom d'une personne, une date de naissance, un animal...</p> <p>Le but étant d'arriver à se concentrer uniquement sur les infos que me donne mon partenaire et pas les autres.</p>

## LES MISES EN PISTE

[Sommaire](#)

## LE COMPTAGE

Objectifs	Dispositif/C Réalisation	C Réussite	Variables
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b><u>S'écouter</u></b></li> <li>• <b><u>Renforcer l'esprit de groupe</u></b></li> </ul>	<p>Groupe classe. Assis en cercle.</p> <p>Le bu de l'exercice est de compter de 1 à...X personne (suivant le nombre de présent) à voix haute . Chaque personne ne peut dire qu'un nombre.</p> <p>Si deux personnes parlent en même temps on redémarre à zéro.</p> <p>Aucun signe n'est autorisé</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Prendre son temps</li> <li>▪ Etre calme</li> <li>▪ Accepter les erreurs des autres.</li> </ul>	<p>Pour que ce soit plus facile, autoriser les formes d'organisation spontanées visant à une organisation de la répartition des nombres.</p> <p>Plus dur ne tolérer aucune forme d'organisation quelle qu'elle soit.</p>

## LES MISES EN PISTE

[Sommaire](#)

## WIZZ BOING

Objectifs	Dispositif/C Réalisation	C Réussite	Variables
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b><u>Mémoriser des gestes et des sons associés</u></b></li> <li>• <b><u>Réagir dans l'urgence</u></b></li> </ul>	<p>En classe entière. En cercle On fait passer le WIZZ de personne en personne avec le geste qui va avec. Rajouter le BOING (change de sens), WOUF (on se baisse et le wizz passe au suivant), ou HOP (on saute et le wizz saute une personne), PAN (pistolet pour traverser le cercle et faire repartir le wizz de la personne visée...). Chaque geste est accompagnée d'un son. La personne qui rate va au centre du cercle et ne joue plus.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Respecter les règles du jeu.</li> <li>▪ Aller vite.</li> <li>▪ Associer systématiquement geste et son.</li> </ul>	<p>Rajouter des règles à volonté.</p>

## LES MISES EN PISTE

[Sommaire](#)

## LE CERCLE VICIEUX

Objectifs	Dispositif/C Réalisation	C Réussite	Variables
<p>Travail d'écoute, d'imitation, de concentration</p> <p>Etre capable d'enchaîner des actions totalement différentes</p>	<p>En cercle, imiter le déplacement de celui qui va au centre. Un élève va au centre du cercle et se déplace avec une démarche particulière. Au bout d'une dizaine de secondes, un autre entre, l'imité. Au bout de 5" environ, le premier reprend sa place et le deuxième adopte une démarche à lui et ainsi de suite.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Respecter les règles du jeu.</li> <li>▪ Ne pas laisser un élève trop longtemps seul dans le cercle.</li> </ul>	<p><b>Simplification</b> : Donner un chiffre à chacun pour entrer dans le cercle.</p> <p><b>Complexification</b> : demander de jouer un personnage, une émotion, de les tenir en soutenant le regard des membres du cercle.</p>

## LES MISES EN PISTE

[Sommaire](#)

## TRAVAIL DE LA POSITION ZERO ET DU REGARD SECRET

Objectifs	Dispositif/C Réalisation	C Réussite	Variables
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b><u>Acquérir la faculté de se mettre en position zéro</u></b></li> <li>• <b><u>Identifier la position zéro chez un partenaire.</u></b></li> <li>• <b><u>Acquérir le regard secret.</u></b></li> </ul>	<p>En un seul groupe. Demander aux élèves de se répartir dans toute la salle. Demander aux élèves de prendre une position comme si on les tenait debout par un cheveu et qu'ils ne ressentait rien (rien ne doit transparaître sur leurs visages).</p> <p>Musique cool ou en silence.</p> <p><b>Même travail sur la marche.</b> Changement de vitesse : Vitesse normale Vitesse 1 (rapide) Vitesse deux (très rapide) Vitesse -1 (mouvement au ralenti, décomposé)</p> <p>Travail sur l'écoute : Une personne est désignée et tout le monde doit se caler sur le rythme de son pas.</p>	<p>Je me tiens droit les bras le long du corps, regard à l'horizon (au dessus du public) relâché et je ne montre aucune émotion.</p>	<p>En 2 groupes pour que les élèves observent leurs camarades. ++Des élèves passent dans les rangs et essaient de les déconcentrer sans les toucher (système d'élimination).</p>

MISES EN PISTE ET NOTIONS FONDAMENTALES : REGARD SECRET/ POSITION ZERO/EQUILIBRE PLATEAU

[Sommaire](#)

## TRAVAIL DE L'OCCUPATION PLATEAU

Objectifs	Dispositif/C Réalisation	C Réussite	Variables
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b><u>Se rendre compte de tout l'espace de jeu</u></b></li> <li>• <b><u>Occuper tout l'espace de jeu</u></b></li> <li>• <b><u>Observer les autres.</u></b></li> <li>• <b><u>Agir en fonction des autres.</u></b></li> </ul>	<p>Les élèves marchent sur tout l'espace du plateau et doivent constamment occuper l'espace entier. Il ne doit pas y avoir de trou.</p> <p>Au moment où le professeur dit « stop », tout le plateau doit être occupé, puis on repart en marche et on recommence.</p> <p>Imaginer un plateau sur une boule : si il est mal équilibré, tout ce qui se trouve dessus tombe.</p> <p>Musique ou pas...</p>	<p>Occuper tout le plateau au moment des stops</p> <p>Interagir avec les autres pour compenser immédiatement constamment les trous créés.</p>	<p>Vitesse de marche.</p> <p>Quand les élèves ont compris passer à la situation « chef d'orchestre »</p>

MISES EN PISTE ET NOTIONS FONDAMENTALES : REGARD SECRET/ POSITION ZERO/EQUILIBRE PLATEAU

[Sommaire](#)

## LE CHEF DE PLATEAU

Objectifs	Dispositif/C Réalisation	C Réussite	Variables
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b><u>Se rendre compte de tout l'espace de jeu</u></b></li> <li>• <b><u>Occuper tout l'espace de jeu</u></b></li> <li>• <b><u>Agir avec l'espace de jeu.</u></b></li> </ul>	<p>Même consignes qu'avant.            Au moment où les élèves sont arrêtés une personne sort (enseignant ou élève).            Elle se saisit d'une feuille de carton représentant le plateau. Elle va manipuler cette feuille pour modifier la structure du plateau et les élèves doivent réagir en fonction.            Ex : pencher le plateau à gauche, à droite, en avant en arrière,...</p> <p>Musique ou pas</p>	<p>Occuper tout le plateau au moment des stops            Agir en concordance avec les changements d'orientation du plateau.</p>	<p>Descendre le plateau d'un coup sec (tout le monde collé au plafond)            Monter le plateau d'un coup sec (tout le monde écrasé au sol)            Secouer le plateau de droite à gauche...            Pencher la feuille de manière à ce que tout le monde tombe...</p>

**MISES EN PISTE ET NOTIONS FONDAMENTALES : REGARD SECRET/ POSITION ZERO/EQUILIBRE PLATEAU**

[Sommaire](#)

## LE BOURDON

Objectifs	Dispositif/C Réalisation	C Réussite	Variables
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b><u>Travailler sur la confiance en soi : repousser sa peur</u></b></li> <li>• <b><u>Travailler sur le chœur</u></b></li> </ul>	<p>Couper la classe en 2            Une partie se met en chœur à un bout de la salle (très dense).            Les autres sont en ligne à une dizaine de mètres.            La chorale va alors émettre un « mmmmm » collectif (continu, donc quand un s'arrête, les autres reprennent).            Les autres arrivent en marchant de manière frontale par rapport à la chorale. Ils se déplacent les yeux fermés.            Le but est de passer au dessus de sa peur de rentrer dans la chorale pour s'en arrêter le plus près possible.            Si une personne fonce dans la chorale</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Je m'arrête juste devant la chorale.</li> <li>2. Je progresse de séance en séance.</li> </ol>	<p>Demander aux élèves de marcher tout doucement au départ.            Demander aux élèves de trotter.            Demander aux élèves de courir pour les plus téméraires.</p>

### MISES EN PISTE ET CONFIANCE EN SOI/EN L'AUTRE

[Sommaire](#)

## LA MARCHE AVEUGLE

Objectifs	Dispositif/C Réalisation	C Réussite	Variables
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b><u>Travailler sur la confiance en soi : repousser sa peur</u></b></li> <li>• <b><u>Faire confiance aux autres</u></b></li> </ul>	<p>Par deux : un aveugle et un meneur. Le meneur va diriger l'aveugle en le tenant par les épaules sans lui parler. Petit à petit on peut diriger à une main, puis lâcher la personne de temps à autres si elle est à l'aise.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Meneur : donner des consignes claires et identifiables (consignes tactiles) afin de donner confiance à l'aveugle.</li> <li>▪ Aveugle : se décontracter au fur et à mesure pour prendre une allure de marche «normale ».</li> </ul>	<p>On mène l'aveugle à la voix en prononçant son prénom et des informations claires (stop, accélère, ralenti). On mène l'aveugle en frottant ses mains à son oreille. On mène l'aveugle par l'épaule et on change les meneurs en plein marche (surprise de la personne qui me mène) Puis faire des grappes avec les aveugles qui ne se rendent pas compte qu'on les attache les uns aux autres.</p>

### MISES EN PISTE ET CONFIANCE EN SOI/EN L'AUTRE

[Sommaire](#)

## LA MARCHÉ AVEUGLE AVEC HISTOIRE

Objectifs	Dispositif/C Réalisation	C Réussite	Variables
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b><u>Travailler sur la confiance en soi : repousser sa peur</u></b></li> <li>• <b><u>Faire confiance aux autres</u></b></li> <li>• <b><u>Etre concentré</u></b></li> </ul>	<p>Même consignes que « la marche aveugle » mais le meneur raconte une histoire imaginaire qu'il fait vivre à l'aveugle.</p> <p>Ex : partie de pêche « attention à la flaque saute au dessus » « la, il ya une branche il va falloir que tu te baisses » etc...</p> <p>Ne pas hésiter à solliciter les 5 sens pour rendre l'histoire plus vraie (odeur de mousse, sentir les graviers sous ses pieds, écouter le bruit de l'eau).</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Meneur : donner des consignes claires et identifiables (consignes tactiles) afin de donner confiance à l'aveugle. Solliciter les différents sens</li> <li>▪ Aveugle : jouer le jeu et se prendre à l'histoire. Etre concentré sur l'histoire de son meneur et pas sur les autres.</li> </ul>	<p>On mène l'aveugle à la voix en prononçant son prénom et des informations claires (stop, accélère, ralenti).</p>

### MISES EN PISTE ET CONFIANCE EN SOI/EN L'AUTRE

[Sommaire](#)

## LE DETOURNEMENT D'OBJET

Description d'une situation	Capacités visées	Intérêt, sens artistique	Remédiations, variables
<p>Situation avec la classe ou par petits groupes.</p> <p>Placer des objets spécifiques au Cirque (ou non) et <b>mimer une action</b>, un état avec cet objet. (ex : le diabolo devient un haltère, un nœud papillon) <b>durée de l'impro : 30s max</b></p>	<p>. <b>Assumer un personnage devant les autres le garder pdt la durée de l'impro.</b></p> <p>. <b>Faire appel à sa créativité pour trouver des façons d'entrer en relation avec l'objet et le public</b></p>	<p>. Situation facilitante, qui permet à chacun de trouver une idée de mime par rapport aux objets de la vie courante.</p> <p>. Point d'appui pour entrer dans l'univers du jeu d'acteur qui n'est pas tjs facile à appréhender.</p>	<p><b>Simplification</b> : Objet simple et en quantité (bâton, balle, foulard..)</p> <p><b>Complexification</b> : Rebondir sur l'idée précédemment proposée (prolonger l'impro, donner une suite...)</p>

### Le Jeu d'acteur «L'expression d'un état»

Aborder le jeu d'acteur est difficile dans la structure scolaire, car c'est une « mise à nu » pour l'élève *qui joue de ses sentiments, qui exagère, qui détourne le sens conventionnel des objets, du quotidien, du réel*. Pourtant le spectateur finit par se laisser emporter et transporter parce qu'à travers l'acteur, il se reconnaît, reconnaît ses propres conflits, bref, des instants de vie qui sont un peu les siens...

[Sommaire](#)

## LA REPETITION (EXERCICE DE L'ŒUF)

Description d'une situation	Capacités visées	Intérêt, sens artistique	Remédiations, variables
<p>Situation avec la classe ou par petits groupes.</p> <p>« <b>Je prends, je casse, je verse et je jette</b> » Répéter cette phrase en y associant gestes, déplacements et nuances dans les paroles.</p>	<p>. <b>Se mettre en scène : A partir d'un exercice commun multiples réponses</b></p> <p>. <b>Variation des rythmes, accélérer, ralentir, marquer des arrêts ; jouer avec les composantes du mouvement (esp, temps, énergie)</b></p>	<p>. Situation ludique qui sollicite la créativité des élèves</p> <p>. La parole peut prendre des tonalités différentes (dramatique, comique) et met ainsi l'élève dans un état.</p>	<p><b>Simplification</b> : Passer devant les autres à 2 (idée d'un miroir) pour ne pas être seul. <b>Complexification</b> : Jouer sur des interactions avec l'autre, ou seul y associer une technique Cirque.</p>

### Le Jeu d'acteur «L'expression d'un état»

Aborder le jeu d'acteur est difficile dans la structure scolaire, car c'est une « mise à nu » pour l'élève *qui joue de ses sentiments, qui exagère, qui détourne le sens conventionnel des objets, du quotidien, du réel*. Pourtant le spectateur finit par se laisser emporter et transporter parce qu'à travers l'acteur, il se reconnaît, reconnaît ses propres conflits, bref, des instants de vie qui sont un peu les siens...

[Sommaire](#)

## LA CONVERSATION EN TRIO !

Description d'une situation	Capacités visées	Intérêt, sens artistique	Remédiations, variables
<p>Situation à 3, en triangle: Un élève fait des gestes, celui en face reproduit (miroir) et en même temps parle avec le 3<sup>ème</sup> qui mène la conversation.</p> <p>Chacun essaie les différents rôles...</p>	<p><b>.Entrer en relation avec l'autre (état de jeu et de coopération)</b></p> <p><b>. Dissocier le geste et la parole</b> (ce qui tend à créer des images de gestuelle inadaptée donc suscitant un effet visuel)</p>	<p>. Situation ludique qui peut vite devenir très technique et spectaculaire (avec variables)</p> <p>. Montre que l'artiste peut se « décentrer » de sa technique pour jouer, ou faire passer un message</p>	<p><b>Simplification</b> : Imposer une exécution lente des gestes, avec un thème (le zoo, la toilette...)</p> <p><b>Complexification</b> : Retenir quelques bribes de gestuelle et de dialogue et les réaliser à 3 en synchro, canon, accumulation...</p>

### Le Jeu d'acteur «L'expression d'un état»

Aborder le jeu d'acteur est difficile dans la structure scolaire, car c'est une « mise à nu » pour l'élève *qui joue de ses sentiments, qui exagère, qui détourne le sens conventionnel des objets, du quotidien, du réel*. Pourtant le spectateur finit par se laisser emporter et transporter parce qu'à travers l'acteur, il se reconnaît, reconnaît ses propres conflits, bref, des instants de vie qui sont un peu les siens...

[Sommaire](#)

## L'INTERPRETATION ORALE

Description d'une situation	Capacités visées	Intérêt, sens artistique	Remédiations, variables
Situation par groupe puis devant la classe. Chaque élève choisit une phrase et doit la dire 3 fois : La 1 <sup>ère</sup> fois simplement au lointain, la 2 <sup>ème</sup> fois au milieu « avec du poids », la 3 <sup>ème</sup> fois proche du public « comme un ordre » .	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Prendre place sur scène et tenir un propos.</li> <li>. Jouer sur les composantes du jeu d'acteur (tonalité, regard, posture, distance /public...)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Partir d'une idée et la mettre en scène en s'assurant devant les autres.</li> <li>. Montre que le Cirque n'est pas que technique corporelle (aspect théâtral).</li> </ul>	<p><b>Simplification</b> : Réaliser l'exercice à deux et se donner la réplique</p> <p><b>Complexification</b> : Y associer une technique circassienne et garder le poids du propos.</p>

### Le Jeu d'acteur «L'expression d'un état»

Aborder le jeu d'acteur est difficile dans la structure scolaire, car c'est une « mise à nu » pour l'élève *qui joue de ses sentiments, qui exagère, qui détourne le sens conventionnel des objets, du quotidien, du réel*. Pourtant le spectateur finit par se laisser emporter et transporter parce qu'à travers l'acteur, il se reconnaît, reconnaît ses propres conflits, bref, des instants de vie qui sont un peu les siens...

[Sommaire](#)

## LA MARCHÉ IMAGINAIRE

Objectifs	Dispositif/C Réalisation	C Réussite	Variables
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b><u>Etre capable d'interpréter corporellement une situation (mime).</u></b></li> <li>• <b><u>S'assumer devant les autres.</u></b></li> </ul>	<p>Demander aux élèves de marcher anarchiquement dans la salle (position zéro aussi appelée marche neutre). L'enseignant va donner des consignes pour imaginer un monde que les élèves devront interpréter. Exemple de thèmes à partir desquels on peut créer des mondes imaginaires :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- la jungle, - dans des herbes hautes,</li> <li>- le monde aquatique, - dans les sables mouvants,</li> <li>- la ronde des âges, - sur du sable chaud, des braises,</li> <li>- les animaux (ferme, zoo, cirque, oiseaux ...), - sous la pluie,</li> <li>- le pôle nord, - dans la tempête,</li> <li>- l'espace, - écraser un ressort,</li> <li>- les sports,</li> <li>- les métiers,</li> <li>- - s'étirer, bailler,</li> <li>- le robot, - bibendum,</li> <li>- vie quotidienne : métro, boulot, dodo, - dans le métro,</li> <li>- dans le désert...</li> </ul> <p>Repasser en marche position zéro entre les différentes marches.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Avoir une attitude corporelle correspondant à la situation</li> <li>▪ Rester concentré</li> </ul>	<p>Simplement varier les vitesses à partir de la position zéro.</p>

### Le Jeu d'acteur «L'expression d'un état»

Aborder le jeu d'acteur est difficile dans la structure scolaire, car c'est une « mise à nu » pour l'élève *qui joue de ses sentiments, qui exagère, qui détourne le sens conventionnel des objets, du quotidien, du réel.* Pourtant le spectateur finit par se laisser emporter et transporter parce qu'à travers l'acteur, il se reconnaît, reconnaît ses propres conflits, bref, des instants de vie qui sont un peu les siens...

[Sommaire](#)

## LA MARCHE DES EMOTIONS

Objectifs	Dispositif/C Réalisation	C Réussite	Variables
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b><u>Etre capable d'interpréter corporellement une émotion (mime).</u></b></li> <li>• <b><u>S'assumer devant les autres.</u></b></li> </ul>	<p>Le dispositif est le même qu'au dessus. Demander aux élèves d'interpréter des émotions en insistant sur le travail du corps et de son énergie (l'énergie n'est pas la même pour le dépit et la joie) ainsi que sur le visage. Ex : joie, malheur, honte, excitation, tristesse, dépression,</p> <p>Avec ou sans musique</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Avoir une attitude corporelle et de visage qui correspond aux critères identifiés de l'émotion.</li> <li>▪ Rester concentré.</li> </ul>	<p>Demander aux élèves de varier les vitesses d'exécution (très lent, lent, rapide, très rapide pour créer des effets de scène.</p>

### Le Jeu d'acteur «L'expression d'un état»

Aborder le jeu d'acteur est difficile dans la structure scolaire, car c'est une « mise à nu » pour l'élève *qui joue de ses sentiments, qui exagère, qui détourne le sens conventionnel des objets, du quotidien, du réel.* Pourtant le spectateur finit par se laisser emporter et transporter parce qu'à travers l'acteur, il se reconnaît, reconnaît ses propres conflits, bref, des instants de vie qui sont un peu les siens...

[Sommaire](#)

## LES HOMMES OBJETS

Objectifs	Dispositif/C Réalisation	C Réussite	Variables
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b><u>Construire/Mettre en scène collectivement une scène de jeu</u></b></li> <li>• <b><u>Jouer une scène en utilisant les outils de jeu vus préalablement</u></b></li> <li>• <b><u>Reproduire et mémoriser.</u></b></li> <li>• <b><u>Faire marcher l'imaginaire.</u></b></li> </ul>	<p>Par groupes de 4 à 6. Un héros et les autres jouent les objets. Raconter une histoire qui arrive au héros en se servant des autres élèves comme objets du décor. Ces objets peuvent changer à l'infini. Si ils ne jouent pas ils sont en position zéro. Ne pas utiliser de vrai décor et de vrai objet, tout est mimé par les élèves. Seuls, les objets ont le droit d'émettre des bruits.</p> <p><u>Thème</u> : Du réveil au départ à l'école.</p> <p>Avec musique qui correspond à l'ambiance et à la vitesse de jeu.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Répartir les rôles rapidement.</li> <li>▪ Partager les idées pour construire la scène (éviter le leader écrasant).</li> <li>▪ Fabriquer le spectacle dans le temps imparti.</li> <li>▪ Respecter les différents critères de mise en scène.</li> </ul>	<p>Mettre plusieurs héros Thème donné : Premier homme sur la lune Christophe Colomb découvre l'Amérique. Le western (saloon). La visite de l'Australie. Bienvenue en Chine. Entrez chez le médecin. ...</p>

### Le Jeu d'acteur «L'expression d'un état»

Aborder le jeu d'acteur est difficile dans la structure scolaire, car c'est une « mise à nu » pour l'élève *qui joue de ses sentiments, qui exagère, qui détourne le sens conventionnel des objets, du quotidien, du réel*. Pourtant le spectateur finit par se laisser emporter et transporter parce qu'à travers l'acteur, il se reconnaît, reconnaît ses propres conflits, bref, des instants de vie qui sont un peu les siens...

[Sommaire](#)

## LES SCENES COURTES

Objectifs	Dispositif/C Réalisation	C Réussite	Variables
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b><u>Construire/Mettre en scène collectivement une scène de jeu</u></b></li> <li>• <b><u>Jouer une scène en utilisant les outils de jeu vus préalablement</u></b></li> <li>• <b><u>Reproduire et mémoriser.</u></b></li> <li>• <b><u>Préparer dans l'urgence.</u></b></li> </ul>	<p>Par groupes de 4 à 6. Tirer au sort une scène courte. La préparer (3 mins). La jouer devant les autres.</p> <p>Ex : Réaliser un unisson parfait/Assister à un match de tennis/de tennis de table/écrire le mot cirque dans la salle au trésor de fort boyard/Chanter une chanson/3 statues et un visiteur dans un musée/Faire la queue au supermarché et prendre sa place/Ramer dans un aviron sans barreur/Applaudir un spectacle et demander un rappel...</p> <p>Musique ou pas selon thème...</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Partager les idées pour construire la scène (éviter le leader écrasant).</li> <li>▪ Fabriquer le spectacle dans le temps imparti.</li> <li>▪ Respecter les différents critères de mise en scène.</li> <li>▪ Le public doit trouver le thème de la scène courte.</li> </ul>	<p>Mettre des contraintes :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Unisson</li> <li>-Cascade</li> <li>-Cumulatif</li> <li>-jouer en boucle</li> </ul> <p>Imposer des positions scéniques fixes ou figures de placement (carré losange cercle...)</p>

### Le Jeu d'acteur «L'expression d'un état»

Aborder le jeu d'acteur est difficile dans la structure scolaire, car c'est une « mise à nu » pour l'élève *qui joue de ses sentiments, qui exagère, qui détourne le sens conventionnel des objets, du quotidien, du réel*. Pourtant le spectateur finit par se laisser emporter et transporter parce qu'à travers l'acteur, il se reconnaît, reconnaît ses propres conflits, bref, des instants de vie qui sont un peu les siens...

[Sommaire](#)

## LES TAPIS

Objectifs	Dispositif/C Réalisation	C Réussite	Variables
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b><u>Construire/Mettre en scène collectivement une scène de jeu</u></b></li> <li>• <b><u>Jouer une scène en utilisant les outils de jeu vus préalablement</u></b></li> <li>• <b><u>Reproduire et mémoriser.</u></b></li> <li>• <b><u>Faire marcher l'imaginaire</u></b></li> <li>• <b><u>Exploiter un objet simple.</u></b></li> </ul>	<p>Par groupes de 3 ou 4 Les élèves ont un tapis à disposition. A partir de ce tapis monter un spectacle basé sur de la technique de clown simple.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Apparition et disparition derrière les tapis fixes.</li> <li>• Apparition et disparition derrière des tapis mobiles.</li> <li>• Jouer sur les effets visuels avec plusieurs personnes derrière les tapis (déformation des corps)...</li> </ul> <p>Musique en rapport avec le spectacle.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Construire ensemble dans le calme et le respect des autres.</li> <li>▪ Susciter une réaction du public.</li> <li>▪ Surprendre.</li> </ul>	<p>Imaginer différents scénarios...</p>

### Le Jeu d'acteur «L'expression d'un état»

Aborder le jeu d'acteur est difficile dans la structure scolaire, car c'est une « mise à nu » pour l'élève *qui joue de ses sentiments, qui exagère, qui détourne le sens conventionnel des objets, du quotidien, du réel*. Pourtant le spectateur finit par se laisser emporter et transporter parce qu'à travers l'acteur, il se reconnaît, reconnaît ses propres conflits, bref, des instants de vie qui sont un peu les siens...

[Sommaire](#)

Objectifs	Dispositif/C Réalisation	C Réussite	Variables
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <u>Construire/ Mettre en scène collective ment une scène de jeu</u></li> <li>• <u>Jouer une scène en utilisant les outils de jeu vus préalable ment</u></li> <li>• <u>Reproduire et mémoriser</u></li> <li>• <u>Faire marcher l'imaginaire</u></li> <li>• <u>Exploiter un objet simple.</u></li> <li>• <u>Apprendre les bases de la technique de clown « le renvoi public »</u></li> </ul>	<p><b>Scène courte à travailler par 3 : <u>deux acteurs et un metteur en scène - Clown -</u></b>  <b>3 rotations (tout le monde passe à tous les rôles) ;</b>  <b>8 mn par rotation Présentation des groupes volontaires à la fin de chaque rotation (« quel metteur en scène est fier de ses acteurs et de son travail ? »)</b></p> <p><i>Personnage 1 : serein, heureux, détendu (mais chatouilleux) Trouve une chaise et s'y assoit confortablement pour lire sa BD. (ENTREE)</i>  <i>Personnage 2 : soucieux, stressé, envieux, machiavélique. Voit le perso 1 sur la chaise et veut la lui prendre pour pouvoir s'asseoir lui aussi. P2 demande pour avoir la chaise, P1 lui dit NON. P2 est vexé et en colère, il réfléchit à un stratagème pour pouvoir récupérer la chaise. Il trouve une idée : chatouiller P1 par surprise pour le faire sursauter et pouvoir tirer sur la chaise et la récupérer, ce qu'il fait effectivement (DEVELOPPEMENT)</i>  <i>P1, tombe dans le piège et perd sa chaise mais ne s'affole pas : il hausse les épaules et s'assoit tranquillement sur les genoux du P2 afin de poursuivre sa lecture (FIN)</i></p> <p><b>Consignes :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• le metteur en scène <b>dirige</b> la scène, fait répéter les acteurs pour améliorer la qualité de leur jeu, donne des idées, demande d'accentuer certaines choses, fait répéter la scène en entier etc... Il est <u>très actif</u>.</li> <li>• Les acteurs se laissent guider par le metteur en scène mais peuvent aussi donner des idées pour améliorer la qualité de la scène.</li> <li>• !!! Attention : ne pas s'asseoir violemment sur l'autre pour la fin de la scène !!!</li> </ul> <p><b>Critères de réalisation :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Le personnage qui n'est pas encore entré en scène tourne le dos au public jusqu'à son entrée (signal)</li> <li>• bien prendre le temps d'installer les personnages un par un : P2 rentre seulement quand P1 commence à lire sa BD</li> <li>• Faire durer le suspense concernant la péripétie (Chatouillements...)</li> <li>• Utiliser le « renvoi public » : regard complice vers le public pour le faire réagir.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Construire ensemble dans le calme et le respect des autres.</li> <li>▪ Susciter une réaction du public.</li> <li>▪ Surprendre.</li> </ul>	<p>Etoffer la situation...</p>

## LE TOUCHER

Objectifs	Dispositif/C Réalisation	C Réussite	Variables
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Exploiter un objet simple.</li> <li>• Faire confiance à son imaginaire corporel : oser, proposer, faire des choix</li> </ul>	Imaginer au toucher d'un objet (de cirque ou autre) une gestuelle + 1 bruitage	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Susciter une réaction du public.</li> <li>▪ Surprendre.</li> </ul>	Imaginer différents scénarios...

### Le Jeu d'acteur «L'expression d'un état»

Aborder le jeu d'acteur est difficile dans la structure scolaire, car c'est une « mise à nu » pour l'élève *qui joue de ses sentiments, qui exagère, qui détourne le sens conventionnel des objets, du quotidien, du réel.* Pourtant le spectateur finit par se laisser emporter et transporter parce qu'à travers l'acteur, il se reconnaît, reconnaît ses propres conflits, bref, des instants de vie qui sont un peu les siens...

[Sommaire](#)

## L'HYPNOSE

Description d'une situation	Capacités visées	Intérêt, sens artistique	Remédiations, variables
<p>Situation de déplacement à deux (l'un suit l'autre) puis au signal « touche épaule » A se raidit et chute vers l'esp arrière. B est pareur puis manipulateur mais A garde une autonomie (il n'est pas un poids mort !)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. <b>Entrer en relation avec l'autre et coordonner ses mouvements au service d'un « manipulateur ».</b></li> <li>. <b>Se gagner et verrouiller les segments</b></li> <li>. <b>Etre à l'écoute d'un projet</b></li> <li>. <b>Gérer le risque et la sécurité : état de vigilance (propre aux 2 partenaires)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Deux personnes au service d'un <b>projet collectif</b></li> <li>. <b>Climat d'écoute et confiance</b></li> <li>. <b>Situation qui induit une suite...</b> qu'imaginent les élèves en fonction de leurs ressources physiques.</li> </ul>	<p><b>Simplification :</b> je joue avec les membres (pantin au sol...)</p> <p><b>Complexification :</b> je me sers de lui comme partenaire-acrobate : roulade à deux, porter, sculpter, lui faire prendre des postures et jouer avec ça (sauts par-dessus, passage en dessous etc...)</p>

### L'Acrobatie « la maitrise »

L'Acrobatie met en jeu le corps et son engagement dans l'action. Elle est de ce fait, considérée comme une des disciplines de base des Arts du Cirque. L'acrobate aime les renversements. Ses maitres-mots sont *parade, projection et réception, respiration et répétition*. Il est, suivant son étymologie, celui qui « marche sur les extrémités » Il nourrit le plaisir de mobiliser alternativement, simultanément et consécutivement plusieurs parties de son corps dans l'espace.

[Sommaire](#)

## LA FRONTIERE

Description d'une situation	Capacités visées	Intérêt, sens artistique	Remédiations, variables
<p><b>La frontière</b></p> <p>Situation de déplacement-vitesse (6m d'intervalle) Départ en face à face, ligne à 3m, courir et s'arrêter le plus près possible sans se toucher.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. <b>Maitriser ses déplacements</b></li> <li>. <b>Gérer le risque et la sécurité : état de vigilance (propre aux 2 partenaires)</b></li> <li>. <b>Travailler avec le regard qui déclenche le départ (prise d'info)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. L'élève joue avec le risque (peur ou pas peur ?) : <b>il défie</b></li> <li>. Climat d'écoute et de confiance : 1<sup>ère</sup> exigence !</li> <li>. On joue sur l'esp /temps qui procure un <b>effet visuel</b></li> </ul>	<p><b>Simplification</b> : peur du contact ? on matérialise un couloir.</p> <p><b>Complexification</b> : actions multiples à faire à l'instant T (l'un roule au sol, l'autre saute par-dessus...)</p>

### L'Acrobatie « la maitrise »

L'Acrobatie met en jeu le corps et son engagement dans l'action. Elle est de ce fait, considérée comme une des disciplines de base des Arts du Cirque. L'acrobate aime les renversements. Ses maitres-mots sont *parade, projection et réception, respiration et répétition*. Il est, suivant son étymologie, celui qui « marche sur les extrémités » Il nourrit le plaisir de mobiliser alternativement, simultanément et consécutivement plusieurs parties de son corps dans l'espace.

[Sommaire](#)

## LA CIRCULATION HUMAINE

Description d'une situation	Capacités visées	Intérêt, sens artistique	Remédiations, variables
<p><b>La circulation humaine</b></p> <p>Situation avec la classe dans un esp matérialisé (tapis). On donne 3 postures au sol (assis, ventre, dos). Les élèves marchent puis trouvent, au signal, le « chemin » pour se mettre dans ses postures.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. <b>Gérer sa place et avoir conscience de celle des autres (interaction ds l'espace)</b></li> <li>. <b>Gérer le risque et la sécurité : état de vigilance (propre au groupe)</b></li> <li>. <b>Etre dans « l'énergie acrobatique »</b> (bref, spontané mais maîtrisé)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. « chemin »: une organisation motrice qui peut être différente pour une même finalité (créativité)</li> <li>. Inducteur qui débouche sur d'autres acro collectives (<b>chari-vari</b>)</li> </ul>	<p><b>Simplification</b> : limiter le nb d'élèves et de postures</p> <p><b>Complexification</b> : jouer avec les composantes du mouvement (énergie, vitesse, esp, tps) , faire le déplacement à 2 (chorégraphie)</p>

### L'Acrobatie « la maîtrise »

L'Acrobatie met en jeu le corps et son engagement dans l'action. Elle est de ce fait, considérée comme une des disciplines de base des Arts du Cirque. L'acrobate aime les renversements. Ses maitres-mots sont *parade, projection et réception, respiration et répétition*. Il est, suivant son étymologie, celui qui « marche sur les extrémités » Il nourrit le plaisir de mobiliser alternativement, simultanément et consécutivement plusieurs parties de son corps dans l'espace.

[Sommaire](#)

## LE ROULEAU DORSAL

Description d'une situation	Capacités visées	Intérêt, sens artistique	Remédiations, variables
<p><b>Le rouleau dorsal</b> (exercice à 2) Partir d'un exercice de quadrupédie pour faire émerger une acro plus « périlleuse », spectaculaire.</p>	<p>. <b>Accepter le contact de l'autre (notion de poids et d'appui, proprioception).</b></p> <p>. <b>Trouver l'impulsion pour « se projeter » et conduire son corps.</b></p>	<p>. On joue avec les repères du terrien : c'est « l'inconnu » et la notion de plaisir est proche</p> <p>. « Acro sans filet » utilisable dans un numéro...</p>	<p><b>Simplification</b> : peur de se faire mal ? utiliser 1 tapis cube</p> <p><b>Complexification</b> : rouler par-dessus un partenaire debout et incliné</p>

### L'Acrobatie « la maîtrise »

L'Acrobatie met en jeu le corps et son engagement dans l'action. Elle est de ce fait, considérée comme une des disciplines de base des Arts du Cirque. L'acrobate aime les renversements. Ses maitres-mots sont *parade, projection et réception, respiration et répétition*. Il est, suivant son étymologie, celui qui « marche sur les extrémités » Il nourrit le plaisir de mobiliser alternativement, simultanément et consécutivement plusieurs parties de son corps dans l'espace.

[Sommaire](#)

## LA TRAVERSEE

Description d'une situation	Capacités visées	Intérêt, sens artistique	Remédiations, variables
Situation à 3 (2 élèves au service d'1) Il s'agit de se déplacer d'un point A vers un pt B <b>sans toucher le sol</b> . (utilisation de matériel et partenaire comme surface d'appui)	<ul style="list-style-type: none"> <li>. <b>Gérer le risque et la sécurité : état de vigilance (propre au trio)</b></li> <li>. <b>Acteur concentré sur la précision de ses appuis et sa vitesse d'exécution (transfert du poids, placement du CG)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Situation réutilisable comme entrée, milieu ou sortie d'un n°.</li> <li>. Projet collectif qui nécessite une symbiose entre les partenaires</li> </ul>	<p><b>Simplification</b> : Utiliser des supports stables visant la réussite</p> <p><b>Complexification</b> : Jouer sur la vitesse de déplacement, le regard (fixe), la parole (je chante)</p>

### L'Equilibre «Le cherche-trouve»

L'équilibriste est un aventurier ; il fait preuve *d'ambition, confiance, exploration, attente et risque*. Il joue à mettre et remettre en cause l'équilibre habituel de son corps, se soumettant à la règle de la verticalité pour mieux la transgresser. Ses objets sont des objets de contrainte, usuels (chaise, échelle, brique, bâton) ou issus du Cirque (boule, fil, rolla-bolla, monocycles).

[Sommaire](#)

## LE COMPTE A REBOURS

Description d'une situation	Capacités visées	Intérêt, sens artistique	Remédiations, variables
Situation avec moitié de classe (puis inversement) Chacun trouve une posture inhabituelle de façon à la tenir. Chaque observateur identifie une posture qu'il veut reproduire et au signal se met en route pour remplacer l'élève : tps 8s	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Identifier, sélectionner, reproduire une forme d'équilibre</li> <li>. Trouver la « respiration corporelle » pour construire sa forme sous la contrainte du temps.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Péda de la réussite : chacun peut y trouver son compte</li> <li>. Situation ludique qui sollicite la créativité des élèves</li> </ul>	<p><b>Simplification</b> : 2 élèves pour créer une forme, cpte à rebours + long si « facteur d'incidents »</p> <p><b>Complexification</b> : donner des mots qui contraignent le travail de l'élève (étiré, compacte, renversé)</p>

### L'Equilibre «Le cherche-trouve»

L'équilibriste est un aventurier ; il fait preuve *d'ambition, confiance, exploration, attente et risque*. Il joue à mettre et remettre en cause l'équilibre habituel de son corps, se soumettant à la règle de la verticalité pour mieux la transgresser. Ses objets sont des objets de contrainte, usuels (chaise, échelle, brique, bâton) ou issus du Cirque (boule, fil, rolla-bolla, monocycles).

[Sommaire](#)

## LE BATON

Description d'une situation	Capacités visées	Intérêt, sens artistique	Remédiations, variables
Situation à 2 : Se déplacer avec un bâton (1m) tenu entre chaque paume de mains. Trouver des façons de visiter l'espace (sol, par-dessus, sur l'autre.) <b>sans faire tomber l'objet.</b>	<p><b>.Répartir l'énergie que l'on donne (50 /50)</b></p> <p><b>.Rechercher coordination et fluidité du mouvement</b></p> <p><b>.Entrer en relation avec l'autre (état d'écoute, de disponibilité)</b></p>	<p>. Recherche d'un déplacement juste et fluide (effet visuel)</p> <p>. Peut être un moment de liaison dans un numéro (effet artistique)</p>	<p><b>Simplification</b> : ne pas se déplacer (rester ds le même plan)</p> <p><b>Complexification</b> : trouver d'autres points d'appui (épaule, coude, front...) Répéter l'exercice sans bâton (gestuelle dansée?)</p>

### L'Equilibre «Le cherche-trouve»

L'équilibriste est un aventurier ; il fait preuve *d'ambition, confiance, exploration, attente et risque*. Il joue à mettre et remettre en cause l'équilibre habituel de son corps, se soumettant à la règle de la verticalité pour mieux la transgresser. Ses objets sont des objets de contrainte, usuels (chaise, échelle, brique, bâton) ou issus du Cirque (boule, fil, rolla-bolla, monocycles).

[Sommaire](#)

## LA STATUE

Description d'une situation	Capacités visées	Intérêt, sens artistique	Remédiations, variables
<p>Situation à 3. Deux sculpteurs ont quelques objets à leur disposition pour le faire tenir (appui, ou accroche) sur le 3<sup>ème</sup> qui se laisse modeler qui doit tenir le tps de la musique (2')</p> <p>Fin avec visite de l'expo puis échange de rôles</p>	<p>. <b>Développer sa proprioception puisque le contrôle des objets n'est pas forcément visuel</b></p> <p>. <b>Entrer en relation avec l'autre (état d'écoute, de disponibilité)</b></p>	<p>. Situation ludique qui sollicite la créativité des élèves</p> <p>. Idée de créer des astuces pour amener ou ranger du matériel pendant un numéro</p>	<p><b>Simplification</b> : forme et poids des objets (cerceau, diabolo...)</p> <p><b>Complexification</b> : déplacer la statue après la création (sans faire tomber les objets), utiliser des objets combinés (balle sur plateau...)</p>

### L'Equilibre «Le cherche-trouve»

**L'équilibriste est un aventurier ; il fait preuve d'ambition, confiance, exploration, attente et risque. Il joue à mettre et remettre en cause l'équilibre habituel de son corps, se soumettant à la règle de la verticalité pour mieux la transgresser. Ses objets sont des objets de contrainte, usuels (chaise, échelle, brique, bâton) ou issus du Cirque (boule, fil, rolla-bolla, monocycles).**

[Sommaire](#)

## LA MACHINE A JONGLER

Description d'une situation	Capacités visées	Intérêt, sens artistique	Remédiations, variables
<p><b>La machine à jongler</b></p> <p>Situation avec toute la classe avec 1 objet /pers.</p> <p>Disposition en cercle avec 2 temps : 1 « tic » pour se passer à soi l'objet et 1 « tac » pour le poser dans la main de son partenaire.</p>	<p>. <b>Ambivalence et latéralité</b> (main droite et gauche)</p> <p>. <b>Etre à l'écoute d'un rythme commun à la classe, «le tic-tac » , condition pour s'échanger les objets.</b></p>	<p>. Avec concentration, les élèves sont rapidement en réussite (situation ludique)</p> <p>. Point de départ de multiples situations de circulation d'objets et d'échanges (<b>type passing</b>)</p>	<p><b>Simplification</b> : Exercice avec objet tenu ou roulé (ss lancer)</p> <p><b>Complexification</b> : Varier les passes, les postures, le nombre et /ou la distance entre jongleurs.</p>

### Le Jonglage «Une circulation d'objet(s)»

***Précision, rythme, persévérance, latéralité, trajectoires*** sont les mots du jongleur. Il s'agit de déplacer un ou plusieurs objets au service d'un corps, dans un espace de manipulation et vers des points déterminés. Puis, les jongleurs se multiplient et se réunissent... Chacun devient à la fois viseur et visé, cible et partenaire. Ils enchainent, entrelacent maintes projections et réceptions, de toute part et dans tous les sens...

[Sommaire](#)

## FAIRE « VIVRE SON OBJET » (EN MUSIQUE)

Description d'une situation	Capacités visées	Intérêt, sens artistique	Remédiations, variables
<p>Situation avec la classe et 1 objet /pers. Les élèves se déplacent avec l'objet pdt la musique (ils créent des trajectoires..). Qd celle-ci s'arrête, on échange d'objet avec un partenaire proche. Puis on se remet en mouvement...</p>	<p><b>. Se mettre en mouvement avec l'objet : varier les rythmes, accélérer, ralentir, marquer des arrêts.</b></p> <p><b>. Créer et rechercher des formes de manipulation, entrer en relation avec son partenaire</b></p>	<p>. Situation ludique qui sollicite la créativité des élèves</p> <p>. L'objet est conduit par le corps, mais le corps peut aussi se mettre au service de l'objet (jonglage contact) jonglage = pas forcément lancer !</p>	<p><b>Simplification</b> : Utiliser des objets « simples » comme les balles et foulards.</p> <p><b>Complexification</b> : Se mouvoir à l'écoute du rythme. La musique n'est plus un code c'est aussi un support d'expression.</p>

### Le Jonglage «Une circulation d'objet(s)»

**Précision, rythme, persévérance, latéralité, trajectoires** sont les mots du jongleur. Il s'agit de déplacer un ou plusieurs objets au service d'un corps, dans un espace de manipulation et vers des points déterminés. Puis, les jongleurs se multiplient et se réunissent... Chacun devient à la fois viseur et visé, cible et partenaire. Ils enchainent, entrelacent maintes projections et réceptions, de toute part et dans tous les sens...

[Sommaire](#)

## LA CASCADE !

Description d'une situation	Capacités visées	Intérêt, sens artistique	Remédiations, variables
Situation à 2 ou 3: Un élève qui reçoit avec un sac, panier, ou lui-même, les objets lancés par un partenaire. (Attention : 10 objets lancés en max 15s !)	<p><b>. Produire des trajectoires (soit précises : receveur statique ; soit imprécises : receveur dynamique !)</b></p> <p><b>.Entrer en relation avec l'autre (état de jeu et de coopération)</b></p>	<p>. Situation ludique qui peut vite devenir très technique et spectaculaire (avec variables)</p> <p>. Implique plus facilement le travail du jeu d'acteur (comment agir et réagir avec partenaire et public ?)</p>	<p><b>Simplification</b> : travail avec un gros panier, ou caisse pour être en réussite.</p> <p><b>Complexification</b> : variété des objets lancés, jeu sur la distance, la fréquence, etc...</p>

### Le Jonglage «Une circulation d'objet(s)»

***Précision, rythme, persévérance, latéralité, trajectoires*** sont les mots du jongleur. Il s'agit de déplacer un ou plusieurs objets au service d'un corps, dans un espace de manipulation et vers des points déterminés. Puis, les jongleurs se multiplient et se réunissent... Chacun devient à la fois viseur et visé, cible et partenaire. Ils enchainent, entrelacent maintes projections et réceptions, de toute part et dans tous les sens...

[Sommaire](#)

## LA « PHRASE JONGLEE »

Description d'une situation	Capacités visées	Intérêt, sens artistique	Remédiations, variables
<p>Situation à 3. Les élèves avec 1 même objet chacun créent une simple manipulation qu'il reproduise et chorégraphie dans un esp/tps donné.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. <b>Rechercher des formes de manipulation (rouler, lancer, lâcher, arrêter, déposer, rebondir...)</b></li> <li>. <b>Sélectionner et mémoriser les formes, les esp à produire, les répétitions (chorégraphie collective)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. <b>Projet collectif</b> qui sollicite la créativité de chaque élève et qui sert le groupe.</li> <li>. Créer des liaisons pour étoffer et aérer un numéro de jonglage qui peut être vite « ennuyeux ».</li> </ul>	<p><b>Simplification :</b> Donner une « partition » toute faite (ex : 4 lancés, 2 roulés, 1 rebond...)</p> <p><b>Complexification :</b> Augmenter le nombre d'objets par personne : 2,3 et+( <b>implique travail technique</b>).</p>

### Le Jonglage «Une circulation d'objet(s)»

***Précision, rythme, persévérance, latéralité, trajectoires*** sont les mots du jongleur. Il s'agit de déplacer un ou plusieurs objets au service d'un corps, dans un espace de manipulation et vers des points déterminés. Puis, les jongleurs se multiplient et se réunissent... Chacun devient à la fois viseur et visé, cible et partenaire. Ils enchainent, entrelacent maintes projections et réceptions, de toute part et dans tous les sens...

[Sommaire](#)

## LE ROI DU SILENCE

Objectifs	Dispositif/C Réalisation	C Réussite	Variables
<ul style="list-style-type: none"><li>• <b><u>Calmer le corps et l'esprit</u></b></li></ul>	<p>Chacun dans son coin allongé comme il le souhaite.</p> <p>Muet et immobile, les yeux fermés.</p> <p>Le professeur renvoie les élèves se rhabiller au fur et à mesure, les élèves les plus silencieux en premier.</p> <p>Musique douce...</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Je suis muet et immobile</li></ul>	<p>Ronfler sans déranger les autres.</p>

## RETOUR AU CALME

[Sommaire](#)

## RELAXATION

Objectifs	Dispositif/C Réalisation	C Réussite	Variables
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b><u>Calmer le corps et l'esprit</u></b></li> </ul>	<p>Pour cet exercice, il est important de ne pas contracter les muscles mais, au contraire, de les relâcher. Sentir ses talons qui s'enfoncent dans le sol (image d'un sac rempli d'eau).</p> <p>Lentement, remonter vers l'arrière des chevilles, vers les mollets, l'arrière des genoux, les cuisses, les fesses, les bas du dos, remonter lentement le long de la colonne vertébrale, arriver entre les deux épaules.</p> <p>Sentir les épaules qui s'enfoncent puis les bras, les coudes, les avant-bras, les poignets, les paumes, les doigts et revenir en sens inverse jusqu'aux épaules, puis entre les deux épaules.</p> <p>Remonter le long du cou et jusqu'au crâne, puis redescendre très lentement jusqu'aux talons.</p> <p>Une fois l'exploration terminée, sentir son corps tout entier qui s'enfonce dans le sol comme un sac plein d'eau, sans aucune contraction.</p> <p>Musique douce ou silence...</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Je ressens ce qui est demandé (subjectif...)</li> </ul>	<p>Même sensation avec le flottement.</p> <p>Essayer les yeux fermés d'imaginer que l'on flotte au dessus de son propre corps et que l'on se regarde.</p> <p>Se remémorer la séance et essayer de se voir de l'extérieur pendant la séance à des moments qui nous ont marqués.</p> <p>Imaginer un endroit où l'on est bien et se promener dedans par l'esprit.</p>

## RETOUR AU CALME

[Sommaire](#)

## TOMBER

Objectifs	Dispositif/C Réalisation	C Réussite	Variables
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <u>Recentrer son attention</u></li> <li>• <u>Apaiser corps et esprits</u></li> <li>• <u>Développer l'écoute, le respect des autres et de soi même</u></li> </ul>	<p>En silence :</p> <p>Dans un espace défini (espace scénique) : marches neutres et aléatoires pour occuper toute la surface.</p> <p>Lorsqu'il le décide, un élève s'immobilise doucement et prononce à haute voix « Tomber ». Il commence alors à « fondre » sur place tout en étant conscient qu'il lui faut « attendre » l'arrivée de ses camarades...</p> <p>... ceux-ci sont les élèves proches : ils se précipitent vers lui et le récupèrent dans leur bras pour l'accompagner et le déposer au sol (le manipulé donne alors tout son poids) puis réintègrent la consigne de la marche.</p> <p>Une fois au sol, celui qui s'est « évanoui » reste dans la position où il a été déposé, les yeux fermés et en recherche de décontraction totale, de toute tension dans le corps.</p> <p>L'exercice continue tant qu'il y a des élèves en marche. Le dernier étant déposé au sol par l'enseignant !</p> <p>Si 2 élèves s'annoncent en même temps, 2 possibilités :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Se remettre à marcher (s'il a entendu l'appel de l'autre)</li> <li>-Continuer à chuter il y aura peut-être suffisamment d'élèves pour accueillir 2 personnes</li> <li>-Continuer à chuter en « fondant » seul jusqu'au sol. Eventuellement se relever ensuite pour reprendre la marche jusqu'au prochain essai.</li> </ul> <p><u>Sécurité :</u></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Chacun est à l'écoute des autres : pas de rires parasites etc.</li> <li>▪ Les élèves au sol sont dans le relâchement, pas dans le spectacle de la réalisation des autres.</li> <li>▪ Les corps sont déposés sans bruit : le contact au sol est souple.</li> </ul>	

	<p>Vigilance de celui qui tombe : il ne se lance pas par terre. Si personne n'est arrivé à temps, la qualité de son « fondu » doit lui permettre de se déposer seul au sol.</p> <p>Vigilance des porteurs : pas de courses brusques (attention à ceux qui sont déjà au sol !).</p> <p>Le corps du camarade est entièrement déposé avec précaution (tête et bras compris).</p>		
--	---	--	--

**RETOUR AU CALME**

[Sommaire](#)