

Les activités circassiennes à l'école primaire

Les activités circassiennes à l'école

Parce qu'il renferme des enjeux pédagogiques forts, le cirque a toute sa place à l'école. Les activités circassiennes s'inscrivent donc pleinement dans les projets pédagogiques des enseignants. À la croisée de multiples arts (danse, théâtre, musique...), le cirque facilite les démarches interdisciplinaires et met le corps en jeu.

Le cirque, dans sa dimension physique, éducative, culturelle et artistique, favorise l'ouverture culturelle et la compréhension du monde : les élèves sont sensibilisés à découvrir de nouveaux repères et à explorer des formes d'expression variées.

Dans le cadre du Parcours d'Éducation Artistique et Culturelle (PEAC), les activités circassiennes s'organisent autour des 3 piliers de l'éducation artistique :

- ✓ La **rencontre** : œuvres, artistes, institutions culturelles, écoles des arts du cirque (associer des partenaires)
- ✓ La **pratique** : expériences, gestes techniques, découvertes, outils, mettre ses compétences au service d'une intention (démarche de création)
- ✓ Les **connaissances** : œuvres, lexique, métiers, attitudes, repères culturels

En plus des valeurs liées à l'effort, au respect de l'autre, à la solidarité, les activités circassiennes permettent de travailler des dimensions éducatives fondamentales : la maîtrise des appréhensions, la relation à l'échec, l'apprentissage de la sécurité.

Toute la richesse de la pratique des arts du cirque repose sur une prise en compte globale et simultanée des trois grands enjeux pédagogiques :

- ✓ Un enjeu **artistique** : mettre en situation de créer
- ✓ Un enjeu **éducatif** : développer le goût de l'effort, la persévérance, le dépassement de soi
- ✓ Un enjeu **corporel** : manipuler, gérer des déséquilibres, se mouvoir en quittant les appuis terrestres

Une approche corporelle

Les arts du cirque sont un point de rencontre entre différentes pratiques artistiques ou sportives et ne se réduisent pas à l'activité motrice. À l'école, le cirque est malgré tout un **projet à dominante EPS**. Dans le cadre de cet enseignement, diverses activités supports contribuent à une pratique circassienne : *la gymnastique, l'acroport, les activités de roule et glisse, les jeux collectifs, la danse*.

Ce document a pour objectif d'accompagner les enseignants dans leur volonté d'aborder les activités circassiennes. Les situations présentées ne font appel à aucun matériel spécifique (qui serait mis à disposition par un intervenant circassien, comme une boule ou un fil) et proposent des apprentissages indispensables et préalables à toute activité circassienne : la maîtrise des équilibres, la recherche des appuis, l'entraînement à la chute, l'importance du regard...

Toutes les compétences développées ici seraient transférables ensuite avec un intervenant extérieur. Les quatre entrées identifiées sont en lien étroit avec les différentes familles du cirque :

- **Équilibre**
- **Acrobatie**
- **Jonglerie**
- **Jeux d'expression**

La sécurité

Sans prise de risque, le cirque n'existe pas... Mais attention, risque ne signifie pas mise en danger ! L'enseignant doit garantir une pratique circassienne dans un cadre sécurisé et proposer des situations conformes à l'idée d'un risque mesuré. Cette exigence de santé et sécurité doit être au cœur des préoccupations de tous : activités adaptées à l'âge et au développement moteur des élèves, lieux de pratique et matériel adaptés, compétences des intervenants et organisation pour des conditions optimales.

Champ d'apprentissage visé

(Programmes d'enseignement du cycle des apprentissages fondamentaux et du cycle de consolidation - Éducation Physique et Sportive - BO n°11 du 26 novembre 2015) :

👉 **C2 et C3 – S'exprimer devant les autres par une prestation artistique et/ou acrobatique.**

Attendus de fin de cycle 2	Attendus de fin de cycle 3
Mobiliser le pouvoir expressif du corps, en reproduisant une séquence simple d'actions apprise ou en présentant une action inventée.	Réaliser en petits groupes 2 séquences : une à visée acrobatique destinée à être jugée, une autre à visée artistique destinée à être appréciée et à émouvoir.
S'adapter au rythme, mémoriser des pas, des figures, des éléments et des enchainements pour réaliser des actions individuelles et collectives.	Savoir filmer une prestation pour la revoir et la faire évoluer.
	Respecter les prestations des autres et accepter de se produire devant les autres.

Compétences travaillées C2	Compétences travaillées C3
S'exposer aux autres : s'engager avec facilité dans des situations d'expression personnelle sans crainte de se montrer.	Utiliser le pouvoir expressif du corps de différentes façons.
Exploiter le pouvoir expressif du corps en transformant sa motricité et en construisant un répertoire d'actions nouvelles à visée esthétique.	Enrichir son répertoire d'actions afin de communiquer une intention ou une émotion.
S'engager en sécurité dans des situations acrobatiques en construisant de nouveaux pouvoirs moteurs.	S'engager dans des actions artistiques ou acrobatiques destinées à être présentées aux autres en maîtrisant les risques et ses émotions.
Synchroniser ses actions avec celles de ses partenaires.	Mobiliser son imaginaire pour créer du sens et de l'émotion, dans des prestations collectives.

Le cirque et l'acquisition du « lire – écrire – parler »

PARLER	Reformuler les consignes. Raconter/résumer un événement, une situation. Evoquer une pratique artistique, ses représentations, ses artistes célèbres. Expliciter ses réussites, ses progrès. Partager ses émotions. Participer à des échanges : donner son avis, questionner, répondre, débattre, argumenter...
LIRE	Découvrir et s'approprier des règles. Comprendre le fonctionnement d'un atelier, d'un exercice. Se documenter sur la pratique circassienne, un événement. Trouver des informations dans un tableau, dans un article, sur une affiche, sur un site. Lire des histoires (albums ou romans) autour du cirque.
ECRIRE	Rédiger une fiche permettant de s'organiser, de se préparer. Ecrire ce qu'on a ressenti et raconter les performances réalisées. Légender des schémas, des images. Expliquer comment on a fait pour réussir, partager ses connaissances. Faire le compte rendu d'une séance, d'un spectacle.

Les Arts du cirque aux Cycles 2 et 3

Contribution à l'acquisition des compétences du Socle Commun

CYCLE 2	CYCLE 3
Développer sa motricité et construire un langage du corps Les langages pour penser et communiquer	
<i>Prendre conscience des différentes ressources à mobiliser pour agir avec son corps.</i> <i>Adapter sa motricité à des environnements variés.</i> <i>S'exprimer par son corps et accepter de se montrer à autrui.</i>	<i>Adapter sa motricité à des situations variées.</i> <i>Acquérir des techniques spécifiques pour améliorer son efficacité.</i> <i>Mobiliser différentes ressources (physiologique, biomécanique, psychologique, émotionnelle) pour agir de manière différente.</i>
S'approprier seul ou à plusieurs par la pratique, les méthodes et outils pour apprendre Les méthodes et outils pour apprendre	
<i>Apprendre par essai-erreur en utilisant les effets de son action.</i> <i>Apprendre à planifier son action avant de la réaliser.</i>	<i>Apprendre par l'action, l'observation, l'analyse de son activité et celle des autres.</i> <i>Répéter un geste pour le stabiliser et le rendre plus efficace.</i> <i>Utiliser des outils numériques pour observer, évaluer et modifier ses actions.</i>
Partager des règles, assumer des rôles et des responsabilités La formation de la personne et du citoyen	
<i>Assumer les rôles spécifiques aux différentes APSA (joueur, coach, arbitre, juge, médiateur, organisateur, spectateur...).</i> <i>Élaborer, respecter et faire respecter règles et règlements.</i> <i>Accepter et prendre en considération toutes les différences interindividuelles au sein d'un groupe.</i>	<i>Assumer les rôles spécifiques aux différentes APSA et à la classe (joueur, coach, arbitre, juge, médiateur, organisateur, spectateur...).</i> <i>Comprendre, respecter et faire respecter règles et règlements.</i> <i>Assurer sa sécurité et celle d'autrui dans des situations variées.</i> <i>S'engager dans les activités sportives et artistiques collectives.</i>
Apprendre à entretenir sa santé par une activité physique régulière Les systèmes naturels et les systèmes techniques	
<i>Découvrir les principes d'une bonne hygiène de vie, à des fins de santé et de bien-être.</i> <i>Ne pas se mettre en danger par un engagement physique dont l'intensité excède ses qualités physiques.</i>	<i>Évaluer la quantité et la qualité de son activité physique quotidienne dans et hors l'école.</i> <i>Connaître et appliquer les principes d'une bonne hygiène de vie.</i> <i>Adapter l'intensité de son engagement physique à ses possibilités pour ne pas se mettre en danger.</i>
S'approprier une culture physique sportive et artistique Les représentations du monde et l'activité humaine	
<i>Découvrir la variété des activités et des spectacles sportifs.</i> <i>Exprimer des intentions et des émotions par son corps dans un projet artistique individuel ou collectif.</i>	<i>Savoir situer des performances à l'échelle de la performance humaine.</i> <i>Comprendre et respecter l'environnement des pratiques physiques et sportives.</i>

Travailler avec des partenaires

Plusieurs possibilités s'offrent aux enseignants qui souhaitent découvrir les arts du cirque et leurs acteurs :

- Travailler en interne avec ses propres compétences et envisager un ou plusieurs modules en faisant appel à un intervenant extérieur (par ex. un intervenant titré du BPJEPS « Activités du Cirque », du DE ou du BIAC).
- Travailler en interne et faire appel à une structure agréée (par ex. l'école des Arts du cirque *La Carrière* à Angers ou *La Baraque à Cirque* à Cholet : se déplacer sur le site et/ou envisager plusieurs séances à l'école).
- Travailler en interne et faire appel à un ou des intervenant(s) agréé(s) (ou en cours) afin de compléter les apports et enrichir les compétences travaillées (par ex. *Roule ta boule* ou *Cyrk'anim*).
- Travailler en interne et faire appel à une compagnie traditionnelle « clé en main » qui apporte le chapiteau, les intervenants, le matériel et le spectacle en fin de semaine (par ex. les cirques *Georget*, *Klising* ou *Métropole...*).

Elaborer un projet cirque, cela implique

- Un projet qui reste en lien avec le projet d'école et ses objectifs
- Un projet construit avec le partenaire à partir du diagnostic et des besoins recensés par les enseignants
- Un projet sous la responsabilité pédagogique de l'enseignant ou de l'équipe enseignante
- Un projet conçu en amont qui choisit la formule la mieux adaptée au projet de l'équipe enseignante

Les éléments du dossier

Le dossier de demande d'agrément correspondant au projet cirque est l'ANNEXE 2.

Il comprend :

- Le **projet pédagogique**.
- La **demande d'agrément** ; celle-ci est **nominative** et doit donc être complétée pour chaque intervenant s'ils sont plusieurs. Avant la signature du directeur académique, le directeur de l'école, le conseiller pédagogique et l'IEN auront signé le document.
- La **convention** si l'intervenant est rémunéré ; cette convention est signée entre le prestataire, l'organisme payeur et l'IEN.
- Le diplôme avec un extrait de casier judiciaire et une demande de vérification d'honorabilité (Annexe 4 pour FIJAIS).
- Un **CV** pour une première demande.

Ce dossier doit parvenir, après avis du conseiller pédagogique et de l'IEN chargé de la circonscription, 3 semaines avant le début de l'intervention. Il ne faut pas hésiter à contacter votre conseiller pédagogique de circonscription pour tout renseignement ou pour un accompagnement dans l'élaboration du projet.

Vous trouverez toutes les modalités d'agrément des intervenants extérieurs sur le site de la DSDEN 49 :

<http://www.ia49.ac-nantes.fr/espace-ecoles-etablissements/vie-scolaire/intervenants-exterieurs/>

Faire appel à un intervenant extérieur

- Inscrire les interventions dans le cadre du projet de classe et de la programmation des activités d'éducation physique et sportive.
- Veiller à ce que les activités concernées soient adaptées à l'âge et aux capacités des élèves.
- Optimiser les apprentissages (temps d'activité, sécurité, expertise, place de l'élève dans la création).
- Organiser la co-intervention. L'enseignant n'est pas en retrait : il participe, encadre son groupe classe, reformule les consignes, prend en charge un atelier...

Recommandations spécifiques

Les **règles de sécurité** doivent être expliquées aux élèves et appliquées.

Le **volet culturel** est indispensable : des albums de jeunesse, des films, des livres concernant l'histoire du cirque, le lexique spécifique... doivent être à la disposition des élèves.

Vigilance quant à la structure « clé en main », la semaine cirque avec une compagnie :

- Une rencontre avec toute l'équipe pédagogique en amont reste nécessaire. Ce projet est très fédérateur : n'oubliez personne !
- Évaluer le nombre d'intervenants nécessaires, échanger sur la place et le(s) rôle(s) de l'enseignant.
- Étudier toutes les possibilités d'implantation du cirque.
- Élaborer l'emploi du temps de la semaine en tenant compte de la contrainte du spectacle du vendredi soir mais... pas seulement !
- Mettre en valeur les artistes et leur savoir-faire le plus souvent possible avec les élèves.
- Impliquer les enseignants avec leur classe en amont et en aval de la venue du cirque dans les activités circassiennes pratiquées sans intervenant, et par des prolongements interdisciplinaires.
- Ne pas « spécialiser » trop tôt les élèves et permettre l'expression de leur ressenti, leur laisser le temps d'essayer et d'explorer... Rester vigilants avec les élèves de maternelle, notamment les plus jeunes !
- Fixer des moments de concertation et de régulation avec les intervenants pendant la semaine.

L'école des Arts du cirque La Carrière

Située à Saint Barthélémy d'Anjou, l'école des arts du cirque bénéficie de 600 m² de locaux aménagés pour la pratique du cirque, de la danse et du théâtre.

Un gymnase est équipé d'un grand portique pour le « parc aérien » (trapèzes, cordes, tissus, cerceaux) et de différents agrès (les boules d'équilibre, le fil, les mâts chinois, les monocycles, les objets de jonglerie, les tapis de sol et de chute).

Agréée par la Fédération Française des Ecoles de Cirque (FFEC), l'école suit un cahier des charges rigoureux (qualification, sécurité, pédagogie, équipement, matériel...). Le Ministère de l'Éducation Nationale a conclu un accord cadre avec cette fédération pour garantir des interventions de qualité auprès des établissements scolaires.

La Carrière accompagne les écoles dans la mise en place de leur projet circassien.

<http://artsducirque-lacarriere.fr/>

Cirque traditionnel et cirque contemporain

Cirque traditionnel	Cirque contemporain
• Présence du chapiteau (montage, démontage) sur une durée choisie (camions – caravanes) : majoritairement itinérant • A l'intérieur : Piste – Gradins – Musique – M. Loyal - Parade • Présence possible d'animaux • Spectacle des artistes : succession de numéros basés sur les fondamentaux (jonglage, équilibre, ...) • Performance, transmission, dramatisation • Non subventionné, en autodiffusion	• Espaces de pratiques et de représentations variés (théâtre, salle de spectacle, extérieur : parvis...) • Pas d'animaux issus de la faune sauvage • Numéros mélangeant les fondamentaux et d'autres arts (musique – danse– théâtre...) • Présence d'une écriture dramaturgique (numéros et spectacle construits) • Emotions, diversité esthétique, créations • Subventionné et programmé par opérateurs culturels
Intérêts	
▪ Temps fort qui fédère la communauté éducative (élèves, enseignants, parents, municipalité, habitants...) ▪ Transmission patrimoniale ▪ Spectacle in-situ : artistes et élèves	▪ Possibilité d'étaler le projet sur l'année scolaire ▪ Démarche de création ▪ Rythme des élèves respectés : temps d'exploration suffisant ▪ Place à la création
Limites / Contraintes	
▪ Place laissée à l'élève : peu de temps d'exploration, prédominance de la préparation du spectacle ▪ Projet difficilement personnalisable	▪ Elles peuvent être d'ordre organisationnel, par rapport à un projet « clé en main ».

Pistes pédagogiques pour la classe

EQUILIBRE	1- Les traversées 2- La rivière aux crocodiles 3- La chaise 4- Les déplacements 5- La bouteille
ACROBATIE	1- La forêt 2- Les siamois 3- Grimper 4- Les lettres 5- La crêpe 6- La brouette
JONGLERIE	1- Exploration 2- Le lancer d'adresse 3- Les figures 4- Vers l'exploit
JEUX D'EXPRESSION	1- Le Bric à brac 2- L'effet comique 3- L'effet esthétique 4- Construire son numéro

EQUILIBRE Objectif général Avec ou sans matériel, apprendre à se tenir et à se déplacer dans des situations inhabituelles remettant en cause les perceptions et les repères habituels de Terrien. Règles d'action à construire - Gérer le regard : ne pas regarder ses pieds, regarder (loin) devant soi, fixer un cap. - Gérer le centre de gravité : pour s'équilibrer, tendre les bras, fléchir les jambes, écartier les pieds. Repères de progressivité/ Passer : - de supports bas à des supports hauts, de supports larges à des supports étroits, de supports stables à des supports instables, - d'actions simples à des actions complexes (juxtaposées, coordonnées ou enchaînées), - d'un travail en solo à un travail avec des partenaires.	ACROBATIE Objectif général Apprendre aux élèves à construire un déplacement ou à tenir une posture qui mettent en jeu leur équilibre. Règles d'action à construire - Variier les déplacements en ayant recours à une motricité peu usuelle. - Aller sur des postures de plus en plus acrobatiques (nombre et types d'appuis, immobilité). - Aligner les forces et les appuis : dos droit, bassin ou épaules porteurs (et jamais le milieu du dos), mains posées à plat/doigts serrés, précautions au montage/démontage. Repères de progressivité/ Passer : - de déplacements simples à des déplacements plus complexes, - d'appuis au sol à des appuis sur des objets ou des partenaires, - des appuis pieds ou mains avec d'autres parties du corps, - d'une action en solo sur des objets à un duo d'acrobates alternant les rôles de porteur et voltigeur.
JONGLERIE Objectif général Apprendre aux élèves à jongler, c'est-à-dire à lancer et rattraper en cadence. Règles d'action à construire - Gérer le regard : ne pas regarder ses mains mais le haut de la trajectoire de l'objet utilisé, ne pas lancer trop haut afin de maintenir l'objet dans son champ de vision. - Gérer la motricité : garder les mains basses et les coudes près du corps. - Gérer le partenaire : à deux, lancer vers la main du partenaire. Repères de progressivité / Passer : - d'un objet à plusieurs objets, - d'un objet flottant à un objet lourd, - d'une à deux mains, - de figures simples à des figures complexes, - d'une action en solo à une action avec des partenaires, - de positions confortables à des positions inconfortables...	JEUX D'EXPRESSION Objectif général Apprendre aux élèves à enchaîner des déplacements et des effets. Règles d'action à construire - Acquérir les savoir-faire du jeu d'acteur pour les intégrer à un numéro (mime, entrée, sortie). - Choisir et réinvestir des actions motrices. - Ajouter un effet reconnaissable par les autres (comique ou esthétique). Repères de progressivité / Passer : - d'un exercice individuel à une organisation collective pour déterminer les rôles et les effets, - d'un geste peu lisible à un geste exagéré, - d'un enchaînement simple à une prestation avec accessoire(s).

Organiser son module d'apprentissage

Ceci est avant tout un module EPS. Il propose un certain nombre de situations liées aux quatre grandes familles du cirque : les équilibres, les acrobaties, la jonglerie et les jeux d'expression.

Ce module permet aux enseignants de travailler en amont ou en complémentarité d'un travail avec un intervenant extérieur.

L'enseignant fera le choix d'aborder une ou plusieurs des familles selon ses objectifs d'apprentissage, le niveau de ses élèves, le matériel dont il dispose...

Un tableau récapitule les situations pédagogiques en page 7.

L'équilibre, l'acrobatie et la jonglerie peuvent être abordés sans préférence chronologique. En revanche, concernant les jeux d'expression, ceux-ci seront travaillés dans une seconde phase, lorsque les élèves auront déjà acquis quelques savoir-faire circassiens.

Au sein d'une même famille, une **progressivité** est proposée ; il est important de mettre en œuvre une **phase d'exploration** permettant aux élèves de découvrir l'activité et le matériel (Cf. Bric à brac).

Cette activité physique s'appuie bien sûr sur un certain nombre d'**apprentissages transversaux** qui seront menés sur d'autres temps.

Organiser ses séances

L'école circassienne est exigeante et nécessite un cadre rigoureux et propice à la réussite.

Les séances doivent être régulières et construites selon le même scénario.

Le début de séance : réactiver les moments clés des séances précédentes, en faisant reformuler les élèves (nommer les objets, indiquer les règles d'action), ou en les laissant entrer dans l'activité et découvrir l'espace et le matériel.

Identification des espaces : matérialiser la zone de travail et la zone de regroupement (donner les consignes – faire le retour de l'activité – être spectateur).

Passation des consignes : utiliser un affichage ou des illustrations pour attirer l'attention sur l'aménagement du dispositif et sa représentation.

Le matériel et son utilisation : le matériel nécessaire est simple. Le gros matériel (boules – fil...) est le plus souvent apporté par un intervenant circassien. Le matériel utilisé en arts du cirque peut varier selon l'imagination de chacun ; il s'agit d'adapter ses choix en fonction de ce dont on dispose.

La liste du matériel ci-après n'est pas exhaustive : foulards - assiettes chinoises – anneaux - balles de jonglage - diabolos - bâtons du diable - massues - échasses - rolla bolla – cravate...

Une mallette-cirque peut être empruntée à l'USEP 49.

La gestion du temps : matérialiser le temps avec un support musical, minuteur, sablier... Ritualiser les signaux de début et de fin de situation.

Rituel de fin de séance : présentation des acquis aux élèves spectateurs.

Présentation de la vidéo sur l'activité réalisée par les élèves ou d'une vidéo d'artiste en lien avec l'activité vécue. Temps de relaxation.

Rôle du maître :

- Observer les réponses motrices pour :
 - Retenir celles qui seront à faire expérimenter à tous les élèves.
 - Proposer des variables qui viseront à transformer les réponses motrices des élèves et à les faire progresser.
- Suggérer des actions motrices efficaces pour favoriser l'acquisition des savoirs.
- Questionner les élèves en mettant en relation les résultats, les critères de réussite et l'objectif de la séance.
- Prévoir une affiche vierge à chaque séance pour noter les remarques et les propositions personnelles des élèves. Cet écrit sera important pour constituer une trace, mémoire de l'activité, au service de l'apprentissage et d'un projet de restitution.

Les règles d'or :

- Rappeler les règles de l'activité et sécuriser l'espace de pratique avec des tapis si besoin.
- Veiller à la tenue vestimentaire des élèves qui doit être adaptée à l'activité : cheveux attachés, pas de bijoux et attention aux lunettes.
- Faire respecter les différentes aires de travail et les signaux de début et de fin d'activité.

Objectifs :

- S'équilibrer lors d'un déplacement
- Prendre des repères spatiaux
- Oser s'engager dans l'action, prendre des risques mesurés

Matériel : Ligne au sol, corde, banc, poutre.

But : Se déplacer en équilibre dans un endroit connu, en respectant une trajectoire donnée.

Recommandations :

Diviser la classe en plusieurs groupes de manière à éviter l'attente.

Demander aux élèves de fermer les yeux permet de sentir les déséquilibres du corps et de percevoir les informations tactiles au niveau des pieds et des jambes.

Les yeux ouverts, il s'agit ensuite de prendre des points de repères visuels devant soi, à l'horizontal du regard.

Introduire progressivement le matériel pour complexifier la tâche : ligne au sol, corde tendue au sol, banc, poutre (matériel de plus en plus étroit et de plus en plus haut).

Situations :

Se déplacer au sol, yeux fermés/yeux ouverts.

1. Traverser la salle les yeux fermés : tout seul, par deux, par quatre..., toute la classe.
2. Traverser l'espace sur la ligne au sol : yeux ouverts ; faire deux pas les yeux fermés, s'arrêter, reprendre ses repères, repartir et faire deux pas les yeux fermés, et ainsi de suite.
3. Traverser l'espace sur une corde tendue au sol : yeux ouverts ; yeux fermés.

Se déplacer en hauteur en plaçant son regard.

4. Traverser sur le banc
 - banc à lattes : suivre la latte centrale
 - banc suédois : évoluer sur un côté, puis l'autre côté (le retourner)
5. Traverser sur une succession de chaises : aligner, alterner les dossiers, espacer...
6. Traverser sur la poutre : en avant, en arrière, changement au milieu, avec obstacle à franchir (dessus, dessous), avec ou sans parade.
7. Se déplacer sur la poutre en manipulant un objet



Objectifs :

- Développer son équilibre dans des situations inhabituelles
- Se déplacer dans un milieu aménagé et prendre des repères spatiaux
- Oser s'engager dans l'action, prendre des risques mesurés

Matériel : Cerceaux, briques, échasses, demi-lunes, plots, chaises, banc, plan incliné, planche instable (bascule), poutre, poutre molle, mousses, coussins...

But : Traverser une zone sans mettre le pied par terre excepté sur le matériel prévu.

Recommandations :

Diviser la classe en plusieurs groupes de manière à éviter l'attente.

Passer d'une phase d'exploration à une phase de jeu collectif, par équipes.

Les supports utilisés doivent être présentés dans un souci de progression : supports stables mais créant le déséquilibre → instables → supports conventionnels circassiens.

Situations :

1. Se déplacer et traverser une zone en prenant uniquement appui sur le matériel au sol : rester debout ou changer d'appui si nécessaire.

Variables : le nombre d'appuis sur le matériel, la durée en équilibre sur le matériel, l'espace entre chaque objet au sol. Faire installer la zone par les élèves.

2. Jeu collectif : par équipe, traverser le plus rapidement possible la rivière pour atteindre son camp.

Variables : deux équipes en parallèle, l'une après l'autre (chrono), avec plus ou moins de matériel au sol, avec transport d'objets ou non.

3. Relais en coopération : chaque élève de l'équipe se positionne sur un objet. Le plus loin du but à atteindre doit rejoindre son camp aidé par chaque partenaire, et ainsi de suite jusqu'à ce que toute l'équipe ait regagné son camp. Les élèves s'organisent pour déterminer l'ordre des joueurs dans l'équipe.

Variables :

- Nombre de joueurs
- Type de matériel
- Activité chronométrée



Objectifs :

- Manipuler et mettre en équilibre différents objets.
- S'équilibrer dans différentes positions sur un engin stable.
- Oser s'engager dans l'action, prendre des risques mesurés.

Matériel : 1 chaise par élève.

But : Imaginer toutes sortes de façons d'utiliser la chaise en variant les appuis et la position de la chaise.

Recommandations :

Veiller à ce que chaque élève soit en situation d'exploration : montrer, guider, encourager, parer.

Situations :

1. Jeu du loup perché : les élèves se déplacent dans un espace. Pour se protéger du loup, ils doivent se réfugier sur une chaise, aucune partie du corps ne devant toucher le sol.

Variables : taille et disposition des chaises, nombre de chaises (une chaise pour deux permet d'introduire la coopération : partager un espace restreint).

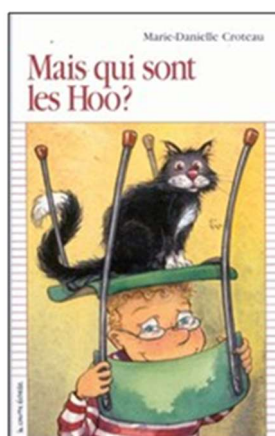
2. Exploration de différentes positions en maintenant son équilibre : rester 5 secondes immobile. Varier les positions, de la traditionnelle position assise à la plus originale (à genoux, à plat ventre, sur le dos...)

Variables : position de la chaise (debout, couchée, renversée, sur le côté), à plusieurs avec chacun une chaise, ou moins.

3. Jeu 1 2 3 soleil :

Prolongements :

- Etablir un répertoire des différentes positions et des combinaisons possibles avec plusieurs chaises, avec photos et textes (dictée à l'adulte en maternelle).
- Album *La chaise bleue*, Claude BOUJON
- Court roman *Mais qui sont les Hoo ?*, Marie-Danièle CROTEAU



EQUILIBRE 4 : Les déplacements

E 4

Objectifs :

- S'équilibrer dans différentes positions
- Oser s'engager dans l'action, prendre des risques mesurés

Matériels : engins roulants, rollers, tapis, cartons

But : S'équilibrer lors d'un déplacement, avec ou sans matériel

Recommandations :

Veiller à ce que chaque élève soit en situation d'exploration : montrer, guider, parer.

Situations :

1. Se déplacer en respectant le nombre d'appuis annoncés : 4, 3, 2 puis 1 appui.
2. Se faire trainer sur un carton ou un tapis : varier les positions (assis, à genou, couché)
3. Utiliser les engins roulants : draisienne, trottinette, pédal-go.
4. Activités de roule : rollers, patins à glace.

EQUILIBRE 5 : La bouteille

E 5

Objectifs :

- Se rendre disponible pour explorer le rapport du corps à la pesanteur
- Accepter de donner son poids, de chuter, prendre des risques mesurés
- Faire confiance à un partenaire

Matériel : Gros tapis

But : Expérimenter les transferts de poids du corps.

Recommandations : Ce dialogue corporel repose sur une adaptation mutuelle au poids et au volume, une confiance à établir entre les partenaires. Cela suppose d'accepter de :

- donner son poids sans s'abandonner
- recevoir le poids sans tension et crispation

Situations :

1. Individuellement, debout, les yeux fermés, faire basculer son poids d'avant en arrière, sur les côtés.
2. Par deux, se laisser tomber en avant, l'autre nous retient. Idem en arrière : yeux ouverts/yeux fermés.
3. Par cinq, un élève au centre, les yeux fermés, se laisser tomber vers un camarade qui le retient : devant, derrière, à droite, à gauche.
4. S'équilibrer à 2 ou plus en se tenant par la main.

Variante 1 : élargir le cercle

Collectif : le groupe se déplace en silence et lorsqu'un élève annonce « *Je tombe* », les autres se précipitent pour le retenir.

Variante 2 : même situation avec « *Je vole* », les autres se précipitent pour le porter.

Individuellement : agrippé à un gros tapis, se laisser chuter en avant et en arrière.

Variante 3 : par deux, l'un doit faire tomber son partenaire avec une intention (faire semblant de toucher, de pousser, de frapper, de faire peur). L'autre se laisse tomber en arrière sur le gros tapis.



Exemples d'activités d'équilibre avec du matériel circassien



Objectifs :

- Entrer en contact avec un partenaire.
- S'équilibrer dans différentes positions sur un élève stable.

Matériel : Une salle avec un espace scénique délimité.

But : Se déplacer dans l'espace scénique en variant les contacts avec les arbres.

Recommandations :

Espace suffisant pour faire évoluer tous les élèves de la classe. Répartition des élèves en deux groupes : les arbres ou les promeneurs. Alternier régulièrement les rôles pour un même temps d'activité.

Situations :

1. Les arbres se mettent en place debout, stables, pieds écartés, yeux fermés. Les promeneurs se déplacent en variant l'allure, la direction, l'énergie, sans toucher un autre promeneur ou un arbre.
2. Les promeneurs se déplacent entre les arbres et rentrent en contact avec un arbre.

Variable : la partie du corps qui touche l'arbre ; la main mais aussi l'épaule, le pied, le dos... ; la partie de l'arbre touchée (tête, bras...).

3. Les promeneurs se déplacent entre les arbres et, au gré des rencontres, s'appuient sur un arbre de différentes façons, en variant aussi le contact. Le promeneur « donne » son poids sans appréhension ; l'arbre doit être capable de le recevoir et se rééquilibre si besoin.
4. Les arbres sont couchés au sol, les promeneurs se déplacent au sol en rampant et en passant par-dessus.

Variables :

- Les promeneurs sont à quatre pattes
- Le nombre d'arbres

ACROBATIE : Les siamois

A2

Objectif :

- Se déplacer de différentes façons avec un partenaire

But : Se déplacer à deux avec une contrainte.

Recommandations :

Espace suffisant pour faire évoluer tous les élèves de la classe.
Penser à changer de partenaire.

Situations :

1. Par deux, les élèves se déplacent avec une contrainte : jambes collées, bras collés, dos à dos...
2. Par deux, les élèves se déplacent selon le jeu du robot : l'élève A monte sur les pieds de l'élève B. Ils se tiennent. L'élève B se déplace et transporte l'élève A sur ses pieds.

Variables :

- Élèves face à face, élèves dans le même sens.

http://www.numeridanse.tv/fr/video/1274_pas-touche-terre

ACROBATIE : Grimper

A3

Objectif :

- Grimper sur un ou plusieurs partenaires et maintenir son équilibre.

Matériel : Tapis.

But : Grimper et trouver un équilibre.

Recommandations :

Espace suffisant pour faire évoluer tous les élèves de la classe.
Penser à changer de partenaire.

Cf. document acrosport cycles 2 et 3 (site DSDEN 49)

<http://www.ia49.ac-nantes.fr/vie-pedagogique/groupe-de-pilotage-departemental/education-physique-et-sportive/>

Situations :

1. Deux élèves sont assis face à face, jambes repliées. Un troisième élève grimpe et met un pied sur chaque paire de genoux. Il se tient debout en équilibre.
2. Dans le cadre d'un groupe multi-âges, un élève monte sur le dos d'un élève plus grand qui est à quatre pattes sur un tapis.

Variable : L'élève porteur se déplace.

Remarque

Lien avec d'autres activités et jeux de plein-air : *espaliers, toile d'araignée, ponts de singe, structures extérieures en bois...*



Objectifs :

- S'équilibrer à plusieurs
- Coopérer en vue d'une création : s'exprimer avec son corps en fonction d'une contrainte

Matériel : Tapis.

But : Construire des lettres de l'alphabet avec son corps.

Recommandations :

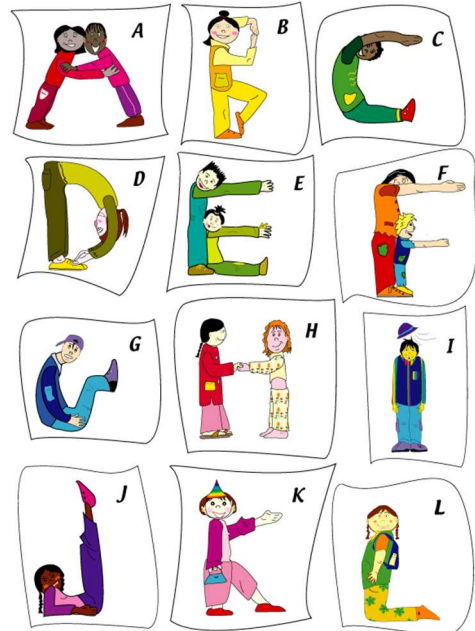
Espace suffisant pour faire évoluer tous les élèves de la classe.
Penser à changer de partenaires.

Situation :

Par groupes de 3 ou 4, les élèves cherchent à former des lettres avec le corps.

Variables

- Seul ou à plusieurs
- La lettre ou un mot, les chiffres
- Le plan (horizontal ou vertical)
- Avec ou sans référentiel



ACROBATIE : La crêpe roulée

A5

Objectif : Accepter le déséquilibre et la perte de repères

But : Tourner sur le côté longitudinalement en étant couché sur un plan horizontal.

Recommandations :

Espace suffisant pour faire évoluer tous les élèves de la classe.
Penser à changer de partenaires.

Situations :

1. Rouler sur soi-même individuellement d'un espace à un autre.
2. Par deux, l'un est allongé au sol, l'autre au-dessus le fait rouler au fur et à mesure qu'il avance.

Variables :

- Le rouleur est debout, à quatre pattes, devant, derrière.
- Faire rouler avec les mains, avec les pieds.

ACROBATIE : La brouette

A6

Objectifs : Préparer l'apprentissage de la roulade.

Matériel : Des bancs pour la situation n°1.

But : Se déplacer sur les mains.

Recommandations :

Espace suffisant pour faire évoluer tous les élèves de la classe.
Penser à alterner les rôles et à changer de partenaires.

Situations :

1. Seul, l'élève s'entraîne à se déplacer latéralement en mettant ses pieds sur un banc.
2. Par deux, le premier élève se déplace sur les mains et l'autre lui tient les pieds.

Variables :

Déplacement avant/arrière, lent/rapide...

Le jonglage : découpage des différentes actions pour l'apprentissage

Activités avec les balles

Les lancers :

- Envoyer la balle d'une main à l'autre, devant soi (latéral).
- Envoyer la balle d'une main à l'autre, devant soi, en hauteur (lancer en cloche).
- Positionner la balle en équilibre sur le dos de la main. Puis faire passer la balle dans le creux de la main sans la lancer.
- Lancer la balle pas très haut, puis la rattraper sur le dos de la main.
- Lancer la balle vers le haut, la rattraper avec la même main.
- Lancer la balle vers le haut, la rattraper avec l'autre main.
- Lancer la balle vers le haut, faire un tour sur soi-même et la rattraper.

Faire rouler - Par deux, face à face :

- Faire rouler une balle en respectant un périmètre imaginaire en rectangle.
- Idem avec 2 balles.
- Idem avec 3, 4 ou 5 balles.
- Face à face, lancer la balle à son partenaire, la rattraper.
- Côte à côte, lancer la balle à son partenaire en faisant passer la balle devant soi.

Variables :

- Même situation en mélangeant lancer pour un jongleur et rouler pour l'autre jongleur.
- Idem avec un ballon.
- Envoyer la balle avec un rebond au milieu (en cloche, paume de main ouverte).

Faire rouler – Seul :

- Faire rouler la balle depuis l'épaule le long du bras.
- Placer et stabiliser la balle dans le creux du cou, dos légèrement incliné vers l'avant.
- Placer et stabiliser la balle dans le creux de la nuque, la faire rouler le long du dos, la rattraper.
- Sur le dos, jambes pliées, pieds vers le haut. Placer la balle au niveau des chevilles, la faire rouler entre les deux jambes tendues jusqu'aux genoux. Puis basculer les jambes dans l'autre sens pour faire rouler la balle vers les pieds.
- Assis, en appui sur les mains posées en arrière, jambes pliées. Placer la balle au niveau des chevilles, faire rouler la balle le long des tibias.
- Comme précédemment, placer la balle au niveau des chevilles, donner une impulsion avec les pieds pour faire sauter la balle. La rattraper à la main.

Activités avec les anneaux

- Poser l'anneau sur le poignet, le faire tourner autour du poignet.
- Rattraper l'anneau avec la tête.
- Faire rouler l'anneau au sol.
- Lancer l'anneau avec la main droite sur le côté gauche puis le rattraper avec la main droite.
- Même lancer avec la main gauche.
- Même lancer avec deux anneaux.
- Même lancer avec trois anneaux : trajectoire croisée (cascade).
- Dans un premier temps, faire un lancer des deux anneaux sans enchaîner le jonglage, en comptant 1 puis 2 puis 3.

Activités avec les massues

- Lancer la massue d'une main en lui faisant faire un tour puis la rattraper de la même main.
- Idem avec l'autre main.
- Idem avec une massue dans chaque main.

- Lancer la massue avec la main droite sur le côté gauche, en lui faisant faire un tour, puis la rattraper avec la main droite.
- Idem avec lancer main gauche.
- Idem avec deux massues (l'une puis l'autre).
- Idem avec trois massues : trajectoire croisée (cascade).
- Dans un premier temps, faire un lancer des trois massues sans enchaîner le jonglage, en comptant 1 puis 2 puis 3.

Activités avec des foulards

Avec un foulard :

- Poser le foulard sur son genou, le prendre au centre.
- Lancer le foulard vers le haut, le laisser tomber au sol.
- Lancer le foulard de la main droite, puis de la main gauche.
- Envoyer le foulard vers le haut, le rattraper avec la même main, en cours de descente, le rattraper par le centre.
- Envoyer le foulard vers le haut, faire un tour sur soi-même et le rattraper.

Avec deux foulards :

- Un foulard dans chaque main, les lancer simultanément en colonne. Les laisser tomber au sol. Puis s'entraîner à les rattraper avec les mêmes mains.
- L'un après l'autre, les lancer vers le haut sur le côté, les laisser tomber au sol. Lancer de la main droite, puis de la main gauche.
- Lancer et rattraper les deux foulards en croisant les mains (la main droite rattrape le foulard de la main gauche...).
- Avec deux foulards : l'un après l'autre, les lancer vers le haut. La main droite lance vers la gauche, la main gauche lance vers la droite (lancers croisés).

Avec trois foulards :

- Se mettre à genou, les foulards posés devant soi : un foulard à droite, un au milieu et un à gauche. Prendre le foulard de droite et l'envoyer au milieu. Prendre le foulard de gauche et l'envoyer à droite. Prendre le foulard du milieu et l'envoyer à gauche. Ne pas lancer les foulards en hauteur, simplement les envoyer pour les déplacer et coordonner les mouvements des bras.
- Deux foulards A et B dans une main et le troisième foulard C dans l'autre main. Lancer A puis C puis B. Les laisser tomber au sol. Puis les rattraper, la main droite va chercher le foulard lancé à gauche...

Variables : varier les hauteurs ; amplifier les mouvements (cercles de bras concentriques extérieurs et intérieurs).

Activités avec une assiette chinoise

- Poser le creux de l'assiette sur un doigt, faire tourner l'assiette, puis bouger le bras sans faire tomber l'assiette qui tourne.
- Poser le creux de l'assiette sur la pointe de la baguette, faire tourner l'assiette, puis se déplacer. L'élève expert pourra ici transmettre son assiette tournante sur la baguette de l'élève qui éprouve des difficultés.
- Tenir la baguette dans le creux de la main, l'index posé sur la baguette. Incliner la baguette pour poser le bord de l'assiette au sommet de la baguette.
- Poser le bord de l'assiette contre la pointe de la baguette. Faire tourner la baguette de plus en plus vite afin que le centre de l'assiette vienne sur la pointe de la baguette.

Activités avec partenaires

Les activités de jonglage méritent d'être enrichies par des situations avec partenaire(s) :

- Lancer à l'autre avec même objet ou objets différents.
- Lancers croisés.
- Lancer un 3^{ème} objet.

Repère de progressivité pour le jonglage individuel (mais chaque situation peut se pratiquer avec partenaires)

Jongler en réussite grâce à l'auto-évaluation : annoncer son geste par palier: « Je jongle une fois » et je suis en réussite. « Je jongle 2 fois » et si je suis en réussite, je poursuis « Je jongle 3 fois » ... et ainsi de suite...

Les foulards	Les ballons de baudruche	Les balles		Les assiettes	Les cerceaux	Les anneaux
		(Sacs de sable ou balles à grains)	(rebondissantes)			
Je fais tourner un foulard pour décrire un cercle.	Je jongle avec un ballon de baudruche sans le laisser tomber au sol.	Je marche, je me déplace avec l'objet sur la tête sans le faire tomber. <i>cf. J1</i>	Je lance une balle sur le tapis incliné puis je la rattrape.	Je tiens mon assiette de différentes façons (pince – volant – sur la tête).	Je fais rouler un cerceau.	Je fais tourner un anneau sur mon bras.
Je fais tourner un foulard autour de moi, en le passant d'une main à l'autre.	Je jongle en changeant de main, en alternant : une fois l'une, une fois l'autre, ou une série avec la même main, puis l'autre...		Je laisse tomber la balle et je la rattrape avec la même main...avec l'autre main... Idem avec 2 balles (en colonne – croisées)	Je marche avec une/deux assiettes en équilibre sur un/deux doigts.	A deux, je fais rouler un cerceau et le rattrape.	Je lance un anneau en colonne (vertical).
Je lance le foulard et le rattrape avec la même main puis avec l'autre.	Je jongle en me déplaçant, en suivant un parcours.	Je lance une balle et la récupère à deux mains.		Je marche avec une assiette en équilibre sur la baguette et je passe sous un obstacle (fil)...	Je fais rouler un cerceau et cours à côté.	Je lance un anneau en colonne et je change de main.
Je lance un foulard et le rattrape avec une autre partie de mon corps.	Je jongle avec toutes les parties de mon corps.	Je lance une balle et la récupère avec l'autre main.		Je fais tourner une assiette sur une baguette.	Je remonte un cerceau avec le pied avant de l'attraper.	Je lance 2 anneaux en colonne...
Je lance 2 foulards en colonne (vertical).		Je lance une balle et la récupère de la même main.		Je me déplace avec une assiette qui tourne sur ma baguette.	Je lance le cerceau en rétro et je le rattrape.	
Je lance 2 foulards en cascade (croiser).		Je lance une balle selon une figure (dans le dos, tourner, frapper dans ses mains... <i>cf. J2</i>)		Je transmets une assiette sur une baguette à un camarade.	Je fais tourner le cerceau autour de ma taille (<i>hula hoop</i>).	
Je lance 2 foulards en fontaine (une fois à droite, une fois à gauche).		Je jongle avec 2 balles.		Je vais au sol avec une assiette sur une baguette et je me relève.		
Trois foulards...		Je jongle avec 3 balles.		J'imagine un déplacement avec l'assiette sur la baguette...		

JONGLERIE : Exploration

J1

Objectifs : Explorer, manipuler, reproduire avec une balle.

Matériel : Une balle à grains par élève.

But : Manipuler l'objet sans le faire tomber.

Recommandations :

- Laisser du temps aux élèves d'explorer et de tester toutes les solutions proposées.
- Faire émerger le lexique spécifique au corps.

Situations :

1. Chercher sur son corps les emplacements pour faire tenir la balle en équilibre : placer et stabiliser la balle sur la tête, la positionner en équilibre sur le dos de la main (faire un creux en tendant bien les doigts ou placer le majeur un peu en dessous des autres doigts, puis faire passer la balle dans le creux de la main, sans la lancer...)
2. Chercher sur son corps les emplacements pour maintenir la balle en la coinçant (aux articulations, sous le menton...) : placer et stabiliser la balle dans le creux du cou, dos légèrement incliné vers l'avant...
3. Laisser la balle sur sa tête, puis baisser la tête pour récupérer la balle et la récupérer : à une main, à deux mains. Faire rouler la balle depuis l'épaule le long du bras, le long du dos ou du ventre (et la rattraper), sur le dos, jambes repliées et pieds vers le haut, placer la balle au niveau des chevilles, la faire rouler le long des tibias...

Variables :

- Position de l'élève : assis, debout, allongé, en équilibre.
 - Immobile ou en déplacement.
 - Avec un enchaînement : immobile/déplacement/immobile...
4. Par deux, face à face, assis jambes repliées, faire rouler la balle des genoux jusqu'aux pieds, sans qu'elle touche le sol.
 5. A plusieurs, assis côte à côte, faire glisser la balle des genoux jusqu'aux pieds sans qu'elle touche le sol. Le voisin récupère la balle et la fait glisser à son tour, et ainsi de suite comme en relais.



JONGLERIE : Le lancer d'adresse

J2

Objectif : Lancer et rattraper la balle. S'entraîner à jongler.

Matériel : Une balle à grain par élève, 2 récipients.

But : Apprendre à jongler, c'est-à-dire à lancer et à rattraper en cadence.

Recommandations :

- Prévoir un matériel suffisant pour que tous les élèves soient en activité (même avec des objets différents)
- Prévoir des ateliers suffisamment espacés et des caisses pour ranger les objets

Règles d'action à construire :

- Gérer le regard : ne pas regarder ses mains mais le haut de la trajectoire de l'objet utilisé, ne pas lancer trop haut afin de maintenir l'objet dans son champ de vision
- Gérer la motricité : garder les mains basses et les coudes près du corps
- Gérer le partenaire : à deux, lancer vers la main du partenaire

Situations :

1. Viser le récipient et lancer la balle dedans.
2. Alternier le lancer dans les deux récipients.
3. Viser entre les deux récipients.
4. Lancer la balle sous le bras opposé et la rattraper.
5. Lancer la balle dans le dos par-dessus l'épaule et la rattraper.
6. Lancer la balle sous le genou et la rattraper.
7. Lancer la balle et tourner sur soi-même.
8. Lancer la balle et frapper dans ses mains, faire un moulinet.
9. Lancer à deux :
 - Côte à côte, face à face, l'un derrière l'autre.
 - En avançant, en reculant.
 - Jeu du voleur : attraper la balle pendant le lancer de l'autre.

Variables :

- Alternier le lancer main gauche / main droite.
- Changer de matériel : foulard, ballons de baudruche.
- A deux, côte à côte, face à face.



JONGLERIE : Les figures

J 3

Objectif : Lancer et rattraper en cadence, s'entraîner à jongler.

Matériel : Un objet par élève (balles, ballons de baudruche, sacs plastique, foulards, anneaux), des dessins de figures de jonglage mis à disposition des élèves (colonne, jet d'eau, cercle).

But : Apprendre à jongler, c'est-à-dire à lancer et à rattraper en cadence.

Recommandations :

- Prévoir un matériel suffisant pour que tous les élèves soient en activité (même avec des objets différents)
- Prévoir des ateliers suffisamment espacés et des caisses pour ranger les objets

Règles d'action à construire :

- Gérer le regard : ne pas regarder ses mains mais le haut de la trajectoire de l'objet utilisé, ne pas lancer trop haut afin de maintenir l'objet dans son champ de vision
- Gérer la motricité : garder les mains basses et les coudes près du corps
- Gérer le partenaire : à deux, lancer vers la main du partenaire

Situations :

1- La colonne

Lancer en hauteur : à deux mains, puis d'une main et rattraper à deux mains (ballons de baudruche, foulards, sacs plastique).

2- Le jet d'eau

Lancer et rattraper à une main (de la droite vers la gauche par exemple), puis lancer d'une main et rattraper de l'autre (sacs plastique, foulards, anneaux).

3- Le cercle

Lancer d'une main et rattraper de l'autre. Lancer et passer (foulards, anneaux, balles).

Variables :

- Matériel : lancer un coussin, un sac de graines, ou tout autre objet facile à saisir.
- Espace : lancer plus ou moins haut.
- Corps : lancer à deux mains, lancer avec déplacement.
- Relation aux autres : passer du solo au duo, puis jongler à plusieurs, s'éloigner de son partenaire.



JONGLERIE : vers l'exploit

J 4

Objectif : S'entraîner à jongler en vue de présenter un numéro.

Matériel : Trois types d'objets à jongler (foulards, anneaux, balles).

But : Présenter un numéro de jonglage et le perfectionner.

Recommandations :

- Prévoir un matériel suffisant pour que tous les élèves soient en activité (même avec des objets différents).
- Prévoir des ateliers suffisamment espacés et des caisses pour ranger les objets.

Critères de réussite :

- L'objet est rattrapé à chaque fois
- Les gestes sont lisibles et le rythme régulier
- L'objet garde l'objet toujours en mouvement
- L'élève utilise différentes parties de son corps
- L'effet choisi est reconnaissable

Situations :

- 1- *Jongler avec un seul objet et faire une action pendant que l'objet est en l'air : taper dans ses mains, faire un tour sur soi-même.*
- 2- *Jongler avec deux objets et les rattraper le plus de fois possible.*
- 3- *Jongler avec un ou plusieurs partenaires.*

Variables :

- Vers l'exploit moteur : le nombre de lancers, la hauteur, la vitesse, l'ampleur des gestes...
- Vers l'effet comique : jongler en montrant que les objets deviennent trop lourds, exagérer le geste...
- Vers l'effet esthétique : occuper l'espace scénique, se servir des différentes parties de son corps, varier les gestes, se déplacer...



JEUX D'EXPRESSION

JE 1

Objectif : Explorer librement des déplacements et des manipulations à partir d'un matériel varié.

Matériel : Des objets supports pour grimper, du matériel de jonglage, des accessoires

But : Se déplacer en s'adaptant aux contraintes données par l'enseignant, imposées par le matériel, suggérées par la musique.

Recommandations :

Installer une « piste » = un espace scénique.

Mettre du matériel de jonglage, d'acrobatie, d'équilibre.

Sur un fond musical, les élèves se déplacent dans les différents espaces et répondent à la consigne (à l'arrêt de la musique ou lorsqu'ils le souhaitent, au hasard des rencontres).

Critères de réussite :

Respecter les signaux de début/fin.

Se déplacer de différentes façons entre le matériel.

Se déplacer de différentes façons sur le matériel.

Essayer un maximum d'accessoires.

Situations :

Se saluer :

1. Se déplacer dans un espace donné et se saluer quand on se croise : par le regard, par la parole, par le contact ou le geste.
2. Évoluer dans un espace donné en testant différents déplacements, au rythme de la musique : animaux, robots.

Travailler avec accessoires ou éléments de costume (canne, chapeau, masque, valise, chaise, arrosoir...) :

1. Évoluer dans un espace vide avec un accessoire.
2. Évoluer dans un espace contraint avec un accessoire : parcours, chemins balisés, plots, bancs, briques, slaloms...
3. Évoluer dans un espace contraint avec un accessoire : réaliser une ou des actions en fonction du matériel rencontré : balles de jonglage, assiettes chinoises, foulard, bancs, rolla bolla...

Variables :

- Matériel
- Accessoires
- Seul, en binôme ou à plusieurs
- Musiques



JEUX D'EXPRESSION

JE 2

Objectifs : Rechercher et tester des effets comiques, mettre en jeu l'imaginaire.

Matériel : Une piste matérialisée, des objets supports pour grimper, du matériel de jonglage, des accessoires et des musiques diverses.

But : Trouver différentes manières de faire rire.

Recommandations :

Reprendre les situations des trois familles pour y ajouter un effet comique.

Critères de réussite :

Faire rire les spectateurs.

Faire correspondre l'attitude à l'effet visé (le regard, la voix, le déplacement...).

Situations :

En jonglage :

- Faire semblant de jongler.
- Lancer un objet très haut, qui retombe très lentement, qui ne tombe jamais, qui rebondit, lancer un objet très lourd ou très léger...
- Jongler et rater.
- Faire exprès de ne pas rattraper l'objet.
- Ajouter du bruit au mouvement (action + voix).

En équilibre : se déplacer sur un parcours en essayant de donner un effet comique

- Dans le déplacement : pointe des pieds, à 4 pattes, en reculant, en sautant...
- Avec des effets : peur, timidité, en refusant un obstacle, en perdant l'équilibre, en répétant les mêmes gestes...

En acrobatie (par 2 : un rocher et un grimpeur) : chercher l'effet comique en jouant sur la surprise, le décalage des tailles/poids/constitutions, le déplacement, l'affaissement.

Ex Le grimpeur s'approche du rocher et s'apprête à le franchir :

- Le rocher s'enfuit, se décale, s'affaisse, se grandit.
- Le rocher se plaint (ouille), rit (chatouilles), gronde (colère, grincheux).

Ex Le grimpeur manque sa cible :

- S'assoit sur le rocher mais glisse.
- S'assoit à côté.
- Essaie mais échoue plusieurs fois (répétition).
- A peur, est timide, refuse.

Variables :

- Le matériel et les accessoires
- Les musiques
- Seul ou à plusieurs



JEUX D'EXPRESSION

JE 3

Objectifs : Rechercher et tester des effets esthétiques, mettre en jeu l'imaginaire.

Matériel : Une piste matérialisée, des objets supports pour grimper, du matériel de jonglage, des accessoires et des musiques diverses.

But : Trouver différentes manières de provoquer un bel effet, pour émerveiller le public, le faire rêver.

Recommandations :

Reprendre les situations des trois familles pour y ajouter un effet esthétique.

Critères de réussite :

Surprendre et émerveiller les spectateurs.

Faire correspondre l'attitude à l'effet visé (le regard, la voix, le déplacement...).

Situations :

En jonglage :

- Accompagner son objet au sol avec le corps (foulard, ballon de baudruche, balle).
- Rendre son objet vivant : choisir un objet qui devient un animal imaginaire ou autre chose que l'objet.
- Trouver différentes façons de garder l'objet en mouvement : utiliser différentes parties du corps pour le faire rouler, le porter, se déplacer avec l'objet
- Remarques : faire des gestes plus amples, occuper l'espace scénique, se servir de toutes les parties de son corps pour porter, faire rouler...

En équilibre :

- **Choisir un accessoire et effectuer le parcours avec l'intention d'émerveiller :** la tenue brillante (cape), objet brillant, précieux, fragile... Attirer l'attention des spectateurs sur l'accessoire : mettre en valeur à différents endroits sur le corps, le déplacer avec précaution.
- **Choisir une gestuelle poétique dans le déplacement :** lenteur, fluidité, immobilité...

En acrobatie : par deux, rechercher un effet esthétique

- Le visage reste neutre, amplifier les mouvements
- Respecter la gestuelle poétique et choisir une figure facile à tenir en autonomie. Varier les types d'appuis et leur nombre.

Variables :

- La musique
- Les accessoires qui permettent d'entrer dans des univers différents (féerie, science-fiction, poésie...)



JEUX D'EXPRESSION

JE 4

Objectif : Composer et mettre en scène une courte production mémorisée.

Prendre confiance en soi pour se mettre en scène devant la classe.

Matériel : Une piste matérialisée, des objets supports pour grimper, du matériel de jonglage, des accessoires et des musiques diverses.

But : Élaborer un numéro et se mettre en scène.

Recommandations :

Acquérir des savoir-faire et les mettre en scène. Il s'agit d'enchaîner des actions et des effets.

Critères de réussite :

Etre capable de mémoriser son enchaînement, de le reproduire, de l'améliorer.

Situations :

Chaque élève choisit un numéro parmi les 3 familles explorées.

Fiche type à proposer :

- Seul ou à plusieurs
- Le matériel nécessaire
- Les accessoires retenus : objets – costume
- L'espace scénique délimité pour combiner l'exploit et l'effet spectaculaire
- La musique
- L'effet visé : comique – esthétique
- L'enchaînement du numéro : entrée – déroulé – final - sortie

Variables :

- La durée du numéro
- L'espace nécessaire
- Pour les plus grands, aménager des phases d'improvisation