



**Intervenante Arts du Cirque en écoles élémentaires  
Agréée Education Nationale 01**

**Découverte des disciplines des Arts du Cirque en 4 familles :**

**1. JONGLERIE :**

- ✓ Balles
- ✓ Foulards
- ✓ Anneaux
- ✓ Massues
- ✓ Bollas
- ✓ Diabolos
- ✓ Bâton du diable
- ✓ Assiettes chinoises

**2. EQUILIBRE :**

- ✓ Echasses ..... les plots, à bras et à pieds
- ✓ Boule..... avec et sans pneu
- ✓ Cycles.....pédalgo 4 roues et 2 roues et monocycles
- ✓ Rouleaux américain..... seul et à plusieurs, avec et sans planche
- ✓ Planches d'équilibre .... initiation au fil tendu, différentes longueurs et hauteurs

**3. ACROBATIES COLLECTIVES**

- ✓ Roulades ..... à 3, 4, 10 élèves
- ✓ Chenilles .....à 2, 3 et/ou 4 élèves
- ✓ Portées ..... à 2 et/ou 3 élèves
- ✓ Pyramides..... en demi-classes et/ou classes complète

**4. EXPRESSIONS :**

- ✓ Approche du clown,
- ✓ Détournements d'objets
- ✓ Travail sur les émotions,
- ✓ Développer l'imaginaire,
- ✓ Savoir s'adresser au public par le regard,
- ✓ Travail de la mise en scène.

## Pour l'élève :

- **Enrichir son vocabulaire\* :**
  - ✓ **Gestuel** : motricité fine, coordination, latéralisation, esthétique,...
  - ✓ **Expressif** : spécifique au matériel utilisé ainsi qu'à son rôle d'acteur et de spectateur, de voltigeur et de pareur, etc...
  
- **Permettre l'épanouissement** et la construction de leur **autonomie**
  - ✓ **Acquérir de nouvelles connaissances** par cette ouverture culturelle et curiosité intellectuelle.
  - ✓ Apprendre à gérer son stress et surmonter ses peurs
  - ✓ Oser entrer dans l'action.
  - ✓ Etre face à un public.
  
- **Créer ensemble** avec les compétences acquises :
  - ✓ Trouver sa place dans un groupe et/ou laisser de la place aux autres.
  - ✓ Appréhender différemment leur environnement proche et le monde dans lequel ils évoluent,
  - ✓ Amélioration des relations humaines : entraide, baisse de l'agressivité, apprendre à s'écouter,...
  - ✓ Réaliser un enchaînement collectif : jouer un rôle.
  - ✓ Entrer dans un projet commun.
  
- **Gérer sa sécurité et celle d'autrui :**
  - ✓ Etre acteur mais aussi pareur,
  - ✓ Prendre conscience du danger en installant des tapis et en aidant ses camarades,
  - ✓ Amélioration des relations humaines : entraide, baisse de l'agressivité, apprendre à s'écouter,...
  - ✓ Respecter les 4 règles d'or \*

## Pour l'enseignant :

- **Apporter une aide technique et culturelle :**
  - ✓ Apports pratiques : transmission de savoirs, construction des séances, liste d'ateliers adaptée selon l'âge et le niveau des enfants.
  - ✓ Apports théoriques : différences entre cirque traditionnel et cirque contemporain\*, prêt de livres et DVD,
  
- **Projet en partenariat :**

Enseignants, intervenant et élèves, où ce dernier est au cœur de l'évolution et des choix. Les Arts du Cirque proposent énormément de disciplines variées (listées en première page), les enfants vont toutes les découvrir puis choisir de s'en approprier une plus particulièrement. Chaque séances est intégrée puis ré-exploitée par l'élève au fil du projet où je croise les disciplines (expression et équilibre ou encore acrobatie et jonglerie).

\* Les astérisques (\*) renvoient à la page suivante pour donner des exemples.

## **\*Quelques exemples et explications pour mieux s'imaginer**

### ➤ **Mes séances se déroulent de la manière suivante :**

1. Echauffement tous ensemble en cercle afin de rentrer dans l'activité en toute sécurité et permettre à l'enfant de mieux connaître son corps grâce aux exercices d'appuis, de contrepoids et d'équilibre au sol.
2. Découverte du matériel, expérimentation, création et utilisation inhabituelle de l'objet circassien.
3. Verbalisation, solution collective.
4. Retour au calme en fonction de l'âge et du contexte.

### ➤ **Vocabulaire gestuel :**

- Motricité fine : pour faire tourner l'assiette chinoise, seulement le poignet bouge sans le coude,
- Coordination : pour jongler, il n'y a plus de droitier ou gaucher car les deux mains font le même geste,
- Esthétique : sur un fil, la marche doit être plus élégante qu'au sol.

### ➤ **Vocabulaire expressif :**

- Le matériel : une balle, une boule et un ballon sont 3 objets très différents en cirque,
- Le rôle de chacun : le pareur doit être là en sécurité de son camarade (entraide).

### ➤ **Voici les 4 règles d'or :**

1. Ne pas se faire mal à soi-même,
2. Ne pas faire mal aux autres,
3. Prendre soin du matériel,
4. Pas de jugements, toujours encourager et aider ses camarades.

### ➤ **Différences entre :**

CIRQUE CONTEMPORAIN (dit moderne)	CIRQUE TRADITIONNEL (dit classique)
Raconte une histoire, fais passer des émotions, un thème unique	Succession de numéros sans lien les uns avec les autres
Pas de numéros de domptage	Présence d'animaux
En théâtre, dans la rue, sous chapiteau, scène frontale, aérienne, etc.	Toujours sous chapiteau et pistes de 13m de diamètre au centre.
Costumes selon l'histoire et les personnages	Costumes à paillettes

J'enseigne le cirque contemporain lors de mes ateliers dans le respect du rythme de chacun.

Vous trouverez plus de détails sur ma page web :

[http://www.cirquenfleur.fr/cirque\\_dans\\_ecoles\\_Ain\\_Rhone\\_Isere.htm](http://www.cirquenfleur.fr/cirque_dans_ecoles_Ain_Rhone_Isere.htm)