PROJET PEDAGOGIQUE

Site internet :
www.cirquebaraka.com

Producion : Association La GNAC
Co-production : Centre Culturel Yves Furet (Espace de l'Ecluse) / Pôle régional Cirque Le Mans / Fabrique des Arts du Cirque et de l'Itinérance - La Grainerie / Lycée Professionnel Agricole de Lavaur-Flamarens / Nil Admirari et Nil Obstrat / Animakt - Lieu de fabrique pour les arts de la rue et de la piste / Théâtre Firmin Gémier La Piscine Pôle National Cirque d'Ile de France
Soutien : Région Nouvelle Aquitaine

Nous avons trois propositions pédagogiques :

- ***Les représentations scolaires :*** Représentation du spectacle en format adapté, avec échange à la fin. En annexe, un contenu pré-représentation destinés aux enseignants dans le but de préparer les élèves à une représentation scolaire (thèmes abordés, vie du cirque, déroulement d'un spectacle…)
- ***Les Masterclass (ateliers pour confirmés)***
- ***Les ateliers (tous niveaux) :*** En annexe, l'exemple du déroulement d'une semaine d'ateliers)

Représentations scolaires

Contenu (à destination des encadrants, pour préparer la représentation)

Dans le cadre d'une représentation scolaire, l'équipe du cirque Baraka propose un contenu pré-représentation, c'est-à-dire des items, que les professeurs et encadrants peuvent aborder avec les élèves avant de venir voir le spectacle, de manière à informer les élèves et afin que la démarche soit plus globale.

Ce contenu est proposé à titre informatif pour les enseignants, Il leur appartient de se l'approprier, et de l'adapter à l'usage de leurs élèves.

Le Cirque

Quand on parle de cirque, souvent est entendu le cirque traditionnel. Il s'agit de familles de cirque plus ou moins anciennes, telles que le Cirque Pinder, Bouglionne, Arlette Gruss… et autre moins fameux… Ce cirque a une histoire très ancienne et très riche que de nombreux livres racontent. ***Ce sur quoi nous voudrions attirer l'attention est l'apparition du cirque contemporain.***

Le cirque contemporain est né dans les années 70, lorsque la crise a touché le cirque traditionnel. Apparaît alors une vague d'artistes nés de l'après-mai 68 - ne faisant pas partie de familles de cirques traditionnels- qui prendra bientôt le nom de « nouveau cirque », puis « cirque contemporain ».

Il s'agit de nombreux artistes venant d'horizons très différents. Ils écrivent leurs spectacles aux grés de leurs envies artistiques. Ces artistes (acrobates autodidactes, show-men ayant commencé dans la rue, musiciens, acteurs, ou encore des danseurs aériens) vont donc se servir d'agrées ou de disciplines de cirque traditionnel, dont ils se seront plus ou moins détaché de l'esthétique, pour en faire un ***outil d'expression artistique au service d'un propos***. C'est pourquoi ce nouveau cirque est aussi caractérisé par son métissage. Ces artistes vont en quelque sorte piocher dans tous les arts de la scène, de manière à inventer leur propre expression. Le cirque contemporain peut donc produire des créations très hybrides (cirque, danse, musique, théâtre…) ou bien au contraire, s'exprimer grâce à une recherche sur un agrée.

Le cirque contemporain cultive des idéaux de liberté et d'indépendance artistique. C'est pourquoi l'originalité et la personnalité est une de ses marques distinctives. Il aime l'insolite, cherche et produit des effets esthétiques divers et prend ainsi des formes très libres et variées. Il est donc extrêmement difficile de catégoriser ou classifier ses productions.

Rebelle aux conventions traditionnelles (esthétique et valeurs morales), ce cirque nouveau renouvelle fortement le paysage artistique, puisqu'il repousse les limites du spectacle, en tendant vers l'expression créative, ***en ne se cantonnant plus uniquement au rôle du divertissement ou de la performance purement technique (danger physique).***

Il cherche souvent à créer du sens. Ses productions font l'objet d'un choix sur le propos et une dramaturgie, pouvant aller du questionnement (intellectuel voir philosophique) à la prise de position politique, en passant par de nombreuses intentions socio-poétiques : faire rêver, bouleverser, inquiéter, partager et aussi distraire.

Ses productions touchent souvent l'affect et le spectateur peut passer du rire aux larmes, du plaisir au malaise, parfois même par la méditation.

Jean Michel Guy explique que ***le cirque contemporain a une esthétique triple*** : **le familier** (la reproduction de scène réaliste), **l'étrange** (l'absurde, l'onirique, le monstrueux) et **l'authentique** (effet de vérité)

Aussi, malgré le fait que son espace de représentation soit majoritairement la salle de spectacle, une minorité réinvestit l'espace du Chapiteau, tandis que d'autres choisissent la rue ou même encore des espaces non dédiés au spectacle. Ces créations dites « in-situ » demandent à l'artiste de s'adapter pour un temps éphémère à l'espace et l'environnement choisi (école, bibliothèque, musée, désert voir prisons …). Enfin, d'autres investissent de nouveaux espaces (caravane, camion, yourte…).

Tous les formats coexistent (collectif, ou solo), ainsi que toutes les jauges (spectacle pour une personne ou pour une multitude). Les processus de création sont aussi très divers, allant de l'écriture à l'improvisation, en passant par la création collective.

Fortement encouragé par les politiques culturelles, le cirque contemporain connaît un grand essor en France, mais aussi au Canada, aux Etats-Unis, grâce à la création de nombreux festivals, centres de création, mais aussi d'aides à la création.

De nos jours, un artiste de cirque contemporain peut s'être formé directement dans une école de cirque (il en existe de nombreuses en France), venir du théâtre ou de la danse, voir même de la musique, ou s'être formé au travers de stages, ou d'expériences diverses.

Enfin, pour revenir sur son origine, il est important de noter que le cirque contemporain se distingue aussi essentiellement sur un point très fort : ***l'absence des animaux*** (avec des exceptions évidemment, comme le cirque équestre). Et il est aussi très intéressant de s'attarder sur ***l'évolution du clown.*** Le clown, dans le cirque contemporain, fait l'objet d'une étude et d'un approfondissement tout particulier de par la profondeur et la multitude des degrés de lecture qu'offre ce personnage unique, dans son expression originale, singulière.

Quelques compagnies parmi les plus célèbres : Cirque Trotola, Cirque Plume, Compagnie Rasposo, Les Arts Sauts, Archaos, Compagnie de Johann le Guillerm, Cirque Aïtal, Ludor Citric, Compagnie du Hanneton (James Thierrée), compagnie Les 7 doigts de la main…

Bibliographie

Le cirque contemporain : Rosita Boisseau, Christophe Raynaud de Lage
Le cirque contemporain par Jean Michel Guy (article)
Avant-garde, Cirque ! Les arts de la piste en révolution par Jean Michel Guy
Artistes de cirque contemporain par Marie-Carmen Garcia (approche plus sociologique)
Panorama contemporain des arts du cirque : Pierre Hivernat (catalogue de compagnie)
Il faut appeler un clown un clown : Pierre Etaix
Les « Nouveaux » clowns : Delphine Cézard approche sociologique

Le spectacle « BARAKA »

1) Processus de création

a- Histoire

Ce spectacle est avant tout l'histoire d'une équipe, réunit autour d'un projet. Ce projet est un voyage autour de la méditerranée, avec notre cirque. D'où le choix de ce nom, ayant de nombreuses significations dans le bassin méditerranéen (bonne fortune, chance, destinée, stop mais aussi merci ou même petite maison temporaire). Le cirque Baraka a donc été créé pour aller à la rencontre de nouveaux horizons, de réalités différentes.

Ce voyage étant un pied de nez au monde géopolitique actuel, qui construit de plus en plus de murs entre les pays, entre les gens, il nous tenait à cœur que notre spectacle parle des MURS.

Comme pour appuyer ce choix, et « malheureusement » nous conforter dans notre vision de nos sociétés, notre projet a très vite été confronté à la réalité : frontières bloquées, difficultés de communication, évènements politiques empêchant les échanges culturels, absence de route entre deux-pays…

b- Organisation du travail de création

Dans la première étape de création qu'est l'écriture, ***ce spectacle est une création collective***, c'est-à-dire qu'il n'y a pas eu d'auteur ou de metteur en scène ayant fait l'écriture, avant de nous la donner. Par choix, l'équipe artistique a dû mettre collectivement sur papier toutes ses envies, puis, au travers de réunions et de séances de travail sur scène, se mettre d'accord pour réaliser le squelette du spectacle.

Dans une seconde étape de travail, une fois le premier jet du spectacle lancé, nous avons fait appel à deux ***« regards extérieurs »*** (Laurence Boute et Stéphane Bensimon). Leur présence aide les artistes à harmoniser le spectacle, car comme leur nom l'indique, ils sont à l'extérieur de la scène et peuvent mieux l'observer, avoir du recul sur ce qui lui est raconté. Certains ont un regard plus technique, d'autres sont plus penchés sur le jeu d'acteur, d'autres enfin ajoutent de la cohérence dans la dramaturgie, dans le déroulement (le fil rouge) du spectacle.

c- Axes de travail

Le spectacle parle des Murs. Il est donc intéressant de **dresser une liste des murs existants (positifs ou négatifs),** comme nous-mêmes l'avons fait. Exemples :

- Mur frontière
- Mur d'enfermement (prison, hôpital psychiatrique)
- Mur de maison (mur protecteur)
- Mur d'expression (graffiti, peinture…)
- Mur politique (revendication) et mur publicitaire
- Mur psychologique (peur de l'autre, peur de quelque chose)

- Mur de l'indifférence (cacher, ne pas voir)
- Mur à l'abandon (ruine)
- Mur de l'isolement volontaire (quelqu'un qui s'isole)
- Mur de maîtrise (barrage d'eau)
- Mur de l'enfance (contre lequel on joue par exemple)
- Mur souvenir (histoires et souvenirs que renferme une maison)
- mur d'exécution
- mur à vendre

Nous avons aussi dressé **une liste des expressions** utilisées dans la vie de tous les jours, comme :

- être au pied du mur
- les murs ont des oreilles
- aller droit dans le mur
- être entre 4 murs
- faire le mur
- être dos au mur
- se heurter à un mur
- parler à un mur
- le mur du son
- se murer dans sa solitude

Nous avons aussi intégré un 8e personnage au spectacle pour ***personnifier le mur***. Dans BARAKA, celui-ci est à la tête d'une société imaginaire monochrome (marron) qui exécute ses ordres. Nous voulions symboliser la masse qui, par son manque d'initiative, sa peur, sa paresse ou son abêtissement, choisit de ne rien faire, de rester dans les rangs.

Nous conseillons **des documentaires et des films traitant de ce sujet** (murs physiques et/ou psychologiques) :

- Baraka de Ron Fricke
- Good bye Lenine de Wolfgang Becker
- Equilibrium de Kurt Wimmer
- Bienvenue à Gattaca d'Andrew Niccol
- Mary and Max d'Adam Elliot (film d'animation)
- Adam de Max Mayer
- Vol au-dessus d'un nid de coucou de Jack Nicholson
- Le dessous des cartes : des frontières qui se referment, documentaire de Jean-Christophe Victor

Et voici ***quelques livres contemporains intéressants sur le thème des Murs*** :

- Le 4e mur de Sorj Chalandon
- La migration des murs de James Noel
- Des hommes entre les murs d'Assia Zaino

- La petite fille qui aimait trop les allumettes de Gaëtan Soucy
- Le scaphandre et le papillon de Jean Dominique Baudy

Sur les sociétés uniformisées :

- 1984 de Georges Orwell (voir le film éponyme de Michael Redford)
- Farhenheit 451 de Ray Bradbury
- Le meilleur des mondes d'Aldous Huxley
- Matin Brun Franck Pavloff
- 2084, la fin du monde de Boualem Sansal

2) Synopsis

Il y a un mur. Physique, concret. Qui sépare, enferme, cache... protège aussi. Et puis, il y a l'autre. Invisible. Celui que l'on se crée, qu'on nous crée... celui qu'on dresse entre nous, par peur, par conformisme ou juste par incompréhension. Au-delà des différences culturelles, des frontières sociales (origine, langue, religion, mode de pensée, génération...), c'est le portrait d'une humanité face aux murs que la Vie pose sur sa route.

Autour de ce mur, un espace... indéfini, intemporel, où vont passer, se croiser, espérer se retrouver... sept individus. Sans mot, ils vont se raconter, nous raconter LEUR MUR. Une prison, un amour interdit, une folie, un peloton d'exécution, une migration, un souvenir, une œuvre éphémère... LEUR MUR prendra vie, se mouvra, interagira avec ces personnages aux multiples facettes. Machinerie tour à tour tyrannique ou salvatrice, Il sera le protagoniste d'histoires qu'il verra ou fera naître à son pied. Pour mieux se fendre, s'ouvrir, s'écrouler? LEUR MUR, personnifié sous les traits d'un huitième individu, grand marionnettiste d'un groupe, d'une masse monochrome d'esprits enfermés, passifs, exécutant les ordres du MUR (bourreau, soldat, gardien de prison ou encore simples passants...), raconte leur réveil, leur rébellion. Huit personnages aux langages multiples : danse, acrobatie au sol, main-à-main, acrobatie aérienne (tissu et cerceau aérien), théâtre corporel, danse verticale, musique... Une musique narrative comme une brèche qui grandira et s'étirera...

Un enchaînement de tableaux, qui donnera vie à une fresque murale... jusqu'à ce que chacun d'entre eux, avec poésie, humour et humanité, puisse enfin traverser, VOUS faire traverser ce mur, pour se rencontrer, se regarder vraiment.

Avec une brique de respect et un parpaing d'espoir, ils VOUS confronteront à toute la richesse et la beauté de nos différences. Sur tous nos murs joliment abîmés, colorés, ils écriront un seul message, universel : Liberté.

3) Comportements dans le chapiteau

Déroulement de la sortie

- Arrivée sur le site. Il y a toujours un temps d'attente, en fonction de l'heure d'arrivée des groupes et de l'entrée dans le chapiteau.
- Entrée dans le chapiteau
- Déroulement du spectacle

- Temps d'échange avec les artistes, pendant lequel nous répondons à vos questions

L'Espace

Le chapiteau est une salle de spectacle ambulante, il convient donc de respecter cet espace comme une salle de théâtre :

- On ne mange pas dans le chapiteau (sauf autorisation de l'équipe)
- On ne jette pas de déchets par terre.
- Je ne monte pas sur scène.
- J'éteins mon téléphone.
- Je ne prends pas de photos (sauf autorisation spéciale)

Par respect du spectateur (pour sa bonne appréciation du spectacle) et de l'artiste (pour sa concentration et sa prise de risque, un bruit ou une lumière imprévu et soudaine peuvent être dangereux).

Moi et les autres

- Je reste avec mon groupe.
- J'écoute mon professeur et le placeur qui m'indiquent où m'asseoir.
- J'évite de faire trop de bruit.

Les artistes réalisent un spectacle en personne pour le public, il est donc absurde d'interposer un écran entre vous, public, et eux. Le virtuel est alors lui aussi un mur entre les artistes et les spectateurs (en plein dans le sujet !). De plus, la réalité peut attendre une heure !!

Les masterclass

Présentation

Atelier donné par Julien Vieillard et Lise Cluzaud. Ils pratiquent **l'acrobatie en duo** depuis plusieurs années. Formés par Manuel Buttner (enseignant aujourd'hui à l'école du Lido à Toulouse) et Laurence Boute, ils pratiquent une **technique dynamique** d'origine russe, qui a été transmise par Mr Gheza à leur professeur. La **technique statique** leur a surtout été transmise par Pascal Langelier, enseignant lui aussi de l'école du Lido à Toulouse.

A. Principes acrobatiques

1. Dynamique

- ***Le tempo :***

C'est un rythme de base, toujours identique, réalisé afin que les deux acrobates soient bien ensemble au départ d'une figure. Il évite aussi une communication orale ou gestuelle, peu artistique en spectacle et pouvant être source de malentendu.

Le tempo est l'une des premières choses à apprendre entre un porteur et un voltigeur, car le corps doit l'intégrer afin qu'il soit le plus régulier possible.

Il se décompose en 3 temps :

1. L'inspiration : se redresser pour annoncer le départ dans le corps et les bras.
2. Le chargé : Plié lent des jambes qui se chargent (tel un ressort), placement des bras.
3. L'explosion : saut, extension explosive des jambes et levée des bras.

Le tempo se décline en plusieurs rythmes, afin de réaliser des figures enchaînées (sans arrêt) :

- L'entretemps : enchaînement de deux tempos : 1 2 3 1 2 3
- Le temps : 1 2 3 2 3
- La base : il s'agit d'un léger débloqué de genoux du porteur, qui indique au voltigeur que celui-ci est prêt, annonce le 1.

- ***Les axes :***

L'acrobatie répond comme tout autre chose aux lois de la physique. Il est donc primordial d'intégrer et de conscientiser certains principes de base :

- Si l'axe portant un poids est à 90°, celui-ci travaille moins (une personne debout normalement est à 90° avec le sol). Ce principe est une règle d'or et trouve ses

applications dans presque toutes les postures et figures acrobatiques au sol ou en hauteur.

- N'importe quelle poussée doit se faire dans l'axe, afin d'être efficace et non dangereuse.
- Un axe qui n'est pas droit est dangereux, car il éloigne le porteur et le voltigeur.
- On appelle aussi l'axe, tube. C'est une manière de visualiser le porteur et le voltigeur dans un même tube, dans la réalisation de n'importe quelle acrobatie.

2. Statique

➢ ***Le bloc :***

En acrobatie dite statique, le travail le plus important est celui du bloc. En effet, n'importe qui est capable de se mettre sur un pied, car le sol est dur.

Le porteur doit réussir à reproduire le plus possible cette stabilité, afin que le voltigeur se sente comme au sol.

Il en est de même pour le voltigeur : un porteur peut être capable de porter un objet, comme une échelle, par nature immobile, alors qu'un voltigeur, par nature vivant donc mobile, qui ne bloque pas son poids, peut être impossible à porter. Le bloc demande beaucoup de pratique et de finesse de mouvement.

➢ ***Alignement épaules-bassin :***

Comme vu précédemment, les axes sont un principe capital à intégrer. Hors, les parties les plus pesantes du corps sont le bassin et les épaules. C'est pourquoi en acrobatie, on cherche le plus possible à les aligner, afin que la recherche de l'axe soit la plus simple possible. Le bassin est un excellent repère pour un porteur, car c'est en quelque sorte le centre du corps (poids et équilibre).

Pour lui, cet alignement est capital, comme expliqué ci-dessous :

❖ *Positions sécures*

1. **Porteur :**

Le porteur a un important travail postural, car il porte le poids. Si son axe n'est pas travaillé, il risque rapidement des blessures sans retour.

Voici les positions :

- Bassin en rétroversion : évite l'accentuation des courbures dorsales et rapproche le dos de l'axe.

- Alignement bassin et épaule dans l'axe (90° avec le sol) : protection des lombaires.

- Regard : le porteur doit s'habituer « à regarder avec ses yeux » sans engager l'inclinaison de la tête. Celle-ci doit rester dans l'alignement du dos (ne doit pas s'écarter de l'axe). Ce travail est très long, car la vision par le dessous est inhabituelle.

- Utilisation des jambes : nous avons beaucoup conscience de nos bras, moins de nos jambes (utilisées plus de manière automatique, comme dans la marche). Hors en acrobatie, le porteur doit apprendre à utiliser principalement ses jambes, pour n'importe quelle poussée, car les jambes sont en fait beaucoup plus puissantes. De plus, elles ont un meilleur axe que les bras (prolongement du tronc dans sa verticalité).

2. **Voltigeur :**

- Le voltigeur doit avoir son poids sur les pointes de pieds. Les épaules très légèrement en avant.

- Les jambes doivent êtres tendues.

- Il doit toujours chercher à rester aligné au-dessus du porteur.

- Sa tête est droite son regard est au sol, au loin. Le voltigeur doit toujours savoir où est le sol et être capable de retourner seul au sol, au cas où son partenaire rencontre une difficulté quelconque.

❖ *Transfert de poids :* le poids du corps doit toujours être transféré progressivement. Un voltigeur montant sur un porteur doit toujours être franc sans être brusque.

B. Échauffement :

❖ *Echauffement général et cardio vasculaire :* course avec prise de conscience de différentes parties (pieds, bassin, épaules…), changement de rythme et de direction.

❖ *Traversées :* Au travers de différentes traversées de pistes, nous terminons l'échauffement général (articulaire), mais proposons aussi certains exercices basiques permettant un travail de conscientisation des éléments cités au-dessus (axe, transfert de poids…). De plus, la répétition nous permet une progression en puissance et en précision.

Le changement de rythme ou de direction est un autre principe acrobatique, plus général, que nous trouvons intéressant de conscientiser lors de ces traversées :

- Accélérations : le bassin comme puissance motrice et alignement pelvo-scapulaire.
- Déplacement avec les mains : transfert de poids, échauffement des poignets.
- Déplacement en planche : coordination, position échauffement.
- Pas chassés de porteur : charger de jambes et explosion, axes, utilisation des bras.
- Tempo : sur place, en avançant, en reculant, en entretemps, groupés.
- Roulades : normales, décomposées, allongées, plombées, roulades-saut, roulades-équilibre.

<u>La roulade est un exercice tout à fait intéressant, car elle permet de travailler :</u>

- *Le changement de rythme*
- *Le changement de direction*
- *L'utilisation de la synergie du corps, au profit de l'enchaînement d'une figure*
- *Le trouble d'un axe pour vite le retrouver*

C. ***<u>Gammes :</u>***

Les gammes sont des suites d'exercices progressives et répétitives, qui permettent d'intégrer les principes expliqués au-dessus, pour réussir ensuite les figures.

1) Au sol

a) <u>En pieds-mains</u>

- Pieds mains normal, développé
- Traction
- Escaliers
- Mise assis
- 1 pied (droit, gauche, développé, sur les côtés, en tournant)
- Pieds croisés : en bas, en haut, sur les côtés
- Tour en pieds : en haut, en bas

b) <u>En main-à-main</u> (en normal, ou/et en contre), choisir une descente au choix

- Main à main
- Traction
- Escalier
- Mise assis
- Passage un bras
- Un bras
- Tête dans la main

2) En colonne

- Marche
- Plié
- Sauté voltigeur seul (amorti du porteur)
- Sauté voltigeur + jambes du porteur
- Sauté de la colonne entière

3) Gammes de staff

- Position du porteur, voltigeur monte sur le staff et descends (axe)
- Le porteur remonte (cherche équilibre si nécessaire) et redescend
- Porteur pousse qu'en jambes, décollé du voltigeur, le porteur cherche au bassin
- Porteur pousse en jambe et bras et va chercher au bassin le voltigeur
- Staff complet

4) En pieds-mains

- Plié
- Sauté voltigeur seul (porteur accompagne et amortie)
- Sauté voltigeur + jambes porteurs : décollé et amorti du porteur
- Chandelle : sauté voltigeur + jambes porteurs + bras porteurs : décollé et amorti du porteur.

5) En pieds-mains-contre :

- Développé
- Chandelle (mains en haut pour voltigeur)

6) En main-à-main (face ou contre)

- Monté aux épaules, entre-temps équilibre
- Développé, descente entre les bras
- Secoué (accélération en jambe du porteur et amortis)
- Ascenseur (descente jusqu'en bas et remontée, jusqu'au développé)
- Décollé (poussée en jambes du porteur, décollé du voltigeur, amorti du porteur)
- Passage un bras
- Un bras

D. Figures

Après le travail de gammes, s'effectue le travail des figures. Elles sont généralement travaillées à la parade ou à la longe, en fonction de la figure et du niveau d'acquisition. Si les figures sont acquises, elles sont travaillées sans parade.

Il existe un grand catalogue, et une grande diversité de figures. En voici quelque unes parmi les plus classiques :

1) Au sol

- 1 pied
- Roulade (en pieds ou en mains)
- Courbette
- Pieds-tête
- Tête dans la main
- Un bras-tête

2) Montées en main-à-main

- 1-2 (apachiska)
- Montée roue
- Montée poisson
- Montée petite boule
- Staff équilibre (face)

3) En pieds-main

- Développé, un pied
- Demi
- Vrille
- Cascade
- Demi-piqué
- Suicide
- Salto rattrape

4) En main-à-main

- Un bras
- Développé un bras
- Tête dans la main
- Courbette
- Tirade talon
- Courbette côté

5) Autres

- Pieds-tête
- Un bras-tête
- Montée aux épaules en staff
- Montée aux épaules en salto
- Sortie salto

Les ateliers

Ces ateliers sont donnés par les membres de l'équipe artistique de Baraka, qui ont tous eu plusieurs expériences pédagogiques.

Ces ateliers ont pour but : de partager notre goût pour l'expression artistique, de transmettre nos connaissances techniques, d'approfondir et d'élargir la connaissance du monde du spectacle.

Détermination des objectifs :

Dans un premier temps, il est important de se mettre en lien avec l'équipe pédagogique de la structure, qui accueillera notre équipe, afin de déterminer un programme prenant en compte : le nombre d'élèves, leur niveau, le nombre d'heures d'ateliers.
Ainsi, nous pourrons déterminer ensemble des objectifs (exemples : création de petites formes pour rendre compte des éléments appris, création d'une représentation finale…).

Grâce à cette activité ludique et valorisante qu'est le cirque, l'élève travaille sur :

- **Connaître son corps :** au travers des échauffements, étirements et de la pratique elle-même, l'élève peut approfondir ses connaissances et le soin porté à son corps. Il doit savoir et prévoir ce qu'il est capable de faire.
- **Développer ses capacités motrices :** en trouvant à l'intérieur du monde du cirque une discipline qui lui correspond (jonglage, équilibre, acrobaties au sol ou aérienne), l'élève développe des capacités telles que l'équilibre, la coordination ou décoordination, la résistance, l'orientation...
- **Apprendre et mettre en application les notions de sécurité :** la réalisation de performances et de prises de risque liée au Cirque demande à l'élève, dans un premier temps, de respecter les règles de sécurité transmises (faire une parade, gérer son espace…), puis de maîtriser la prise de risque.
- **Développer son caractère sociale :** l'élève évolue de manière individuelle (prendre des responsabilités physiques et matérielles, créer soi-même un numéro, se produire devant les autres) et collective (créer des chorégraphies collectives adaptées au niveau de tout le groupe).
- **Entrer dans une démarche artistique générale :** l'élève doit choisir un propos, des éléments techniques pour servir le propos, la mise en scène, le costume, la scénographie…
- **Elargir ses connaissances sur le Cirque :** l'élève apprendra, lors d'échanges, à voir au-delà du cirque traditionnel et connaître les autres métiers qui entourent l'artiste sur scène (éclairagiste, sondier, costumier, machiniste, administrateur…)

En annexe 1, se trouve un exemple de projet pédagogique complet pour une séquence de 25h de travail avec un même groupe.

Annexe : exemple de projet pédagogique

Établissement d'un planning

	Matin : 2h30 **9h30 → 12H**	**Après midi : 2h30** **14 h → 17h30**
lundi	Présentation/Jeu de groupe	Jonglage/Acrobatie/Equilibre
mardi	Jonglage/Acrobatie/Equilibre	Jonglage/Acrobatie/Equilibre
mercredi	Présentation de l'objectif spectacle, formation des groupes numéros	Atelier en participation libre avec objectifs du spectacle
Jeudi	Atelier en participation libre avec objectifs du spectacle	Mise en scène et répétition des numéros
vendredi	Répétition générale et costumes	Spectacle des enfants. Goûter

Total horaires : 25h
Découpage : 10 séances de 2h30
Effectifs : 60
Niveau : débutant
Nombre d'intervenants : 5
Objectifs généraux : initiation et divertissement

Objectifs spécifiques :

Connaissances générales et informations	**Techniques et tactiques**	**Connaissance de soi**	**Savoir-faire sociaux**
Le participant apprend : ☻ les principaux éléments des disciplines : acrobatie, jonglage, équilibre + leurs règles essentielles de réalisation ☻ les règles de sécurité pour l'acrobatie ☻ les consignes de créations individuelles et collectives ☻ règles de base de la composition scénique : utilisation de l'espace scénique, placement par rapport aux spectateurs ☻ à avoir une vision large du cirque (costumiers, techniciens, musiciens, régisseur…)	Le participant : ☻ réalise des échauffements généraux (et connaît d'autres formes d'échauffements) ☻ est initié aux différentes disciplines : acrobaties, jonglage, équilibre, jeu d'acteur et donc aux différents agrées correspondants. ☻ s'inclut dans une création collective	Le participant : ☻ choisit des éléments qu'il est capable de réaliser. ☻ sait en jonglage quel objet lui plaît ☻ mémorise la chronologie des éléments à présenter ☻ se présente devant les autres	Dans l'activité, Le participant : ☻ fait confiance à ses camarades (portés, parades) et est digne de confiance (notion de rôle) ☻ formule des points de vue et accepte celui des autres ☻ ne lâche pas son groupe lors d'une représentation ou s'adapte et tolère la gêne ou la peur de son partenaire et l'aide à passer au-delà Relation aux spectateurs : - regarde ses camarades attentivement - est capable de donner son avis sur la représentation

Séance N°1 : Prise de contact : se présenter, présenter les activités

Présentation

- présentation personnelle : les élèves et nous : comment on s'appelle, est-ce qu'on a déjà fait du cirque, quelle discipline nous intéresse … ?
- présentation du Cirque : le Cirque traditionnel, le Cirque contemporain (rapide Histoire du Cirque), les écoles de cirque, les différentes discipline ouverture sur les autre pratique autour du cirque (costume, lumière, musique, décor, communication…
- présentation du contenu des trois jours

Séance N°2 : Dominante acrobatique

Objectifs de séance :

- les participants s'amusent à découvrir leur corps d'une manière différente
- les participants comprennent le principe de la parade : être confiant et être digne de confiance
- les participants connaissent et respectent les consignes de sécurité
- les participants connaissent quelques figures de base de l'acrobatie et réussissent à les organiser dans l'espace scénique

Explication de la séance : 5 minutes

ECHAUFFEMENT : 30 à 40 minutes
Echauffement général sous forme de jeu : durée (10 minutes)

- Rue Avenue : Plusieurs lignes les unes derrière les autres. Les joueurs de chaque ligne se tiennent les mains, pour former des murs. On désigne un chat et une souris, le chat doit attraper la souris. La souris peut entrer dans les couloirs et dire « rue » ou « avenue », ce qui fait pivoter d'un quart les lignes qui se reforment instantanément (on a donc deux options de lignes possibles avec ses partenaires) et le chat doit l'attraper sans se faire coincer entre les lignes.
- Ronde protectrice : formation d'une ronde dans laquelle une proie est désignée pour le loup qui se trouve à l'extérieur de cette ronde. Le but pour le loup est de toucher sa proie avec la main. Mais toute la ronde doit aider la proie, en se déplaçant pour la protéger. Le loup peut rentrer dans la ronde, sortir, courir autour. La ronde peut se déformer. Mais si la chaîne rompt, c'est gagné pour le loup !

Echauffement articulaire : 5 minutes

Sous forme de ronde, on passe en revue toutes les articulations pour les mobiliser (souvent en descendant de la tête aux pieds).

Echauffement spécifique : 15 minutes

- Traversées : les participants se placent en trois colonnes : deux intervenants observent et conseillent, un intervenant gère le départ :
  - sautés gainés
  - chandelles/ chandelles groupées
  - roulade normale/ mini roulade/ roulade allongé/ roulage arrière
  - transfert de poids singe
  - marche 4 pattes (éléphants)
  - saut de lapins

PRINCIPE DE BASE DE L'ACROBATIE : LA CONFIANCE

Durée : 30 minutes

- **<u>Situation 1</u> :** la quille : confiance et gainage (10 minutes)

Par groupe de cinq : 4 personnes font une mini-ronde autour du 5e, qui doit se laisser porter, raide comme une quille : se laisser tomber en avant, en arrière, sur les côtés.

☠ *le jeu se fait au ralenti : les participants de la ronde doivent amortir doucement le camarade et le repousser. Il faut venir le chercher tôt et l'accompagner vers un autre camarade de son choix.*

- **<u>Situation 2</u> :** le jeu de l'aveugle : confiance et être responsable de la confiance (10 minutes)

Par groupe de deux : un aveugle, un guide, le guide dirige l'aveugle avec un code simple (touche l'épaule pour les virages, touche la tête pour l'arrêter…). Il doit le faire marcher dans le carré du praticable, en tenant compte des limites et des autres. Et on inverse les rôles…

☠ *On ne donne pas plusieurs ordres en même temps. Si cela fonctionne, on peut essayer d'aller plus vite.*

- **<u>Situation 3</u> :** se laisser tomber dans les bras des autres (10 minutes)

On place un plint (tapis de gymnastique), 10 élèves se placent devant le plint en se tenant les mains deux par deux. Un élève doit monter sur le plint et se laisser tomber, les autres le rattrapent

☠ *Les élèves qui tombent, doivent tomber droit, tous les élèves doivent rattraper. Cependant les élèves n'ayant pas envie de tomber, ne sont pas obligés.*

PRINCIPE DU CONTREPOIDS ET ACROBATIES PORTES

Durée : environ 50 minutes

- **<u>Situation 1</u> :** les contrepoids simple (5 minutes)

Par deux, présentation du principe de contrepoids et recherche rapide des élèves.

- **<u>Situation 2</u>** : les contrepoids plus complexes (5 à 10 minutes)

Par trois : degré d'évolution : le porteur a genoux, le porteur assis sur une chaise/ un banc, même départ puis le porteur décolle les fesses, enfin montage et démontage debout, encore plus dur : le voltigeur passe une jambe derrière la nuque du porteur

Introduction du rôle de la **parade**

Deux élèves effectuent un contrepoids, le troisième pare, c'est-à-dire : il peut aider à monter, mais il est surtout là au cas où la figure tombe.
Le voltigeur doit avoir confiance, il ne s'occupe pas du pareur, il fait de son mieux avec le porteur, s'il tombe le pareur est là pour le rattraper.
La parade est aussi fonction du niveau : si des élèves se sentent capables de faire une figure sans parade c'est possible, ou avec une parade qui ne touche pas…

- **<u>Situation 3</u>** : les acrobaties : 30 minutes

REGLES DE SECURITE

- on réalise toujours les figures décrites par les intervenants.
- on écoute bien les consignes lorsque les intervenants décrivent les figures, notamment le placement des appuis (par exemple, les voltigeurs ne mettent jamais les pieds au milieu du dos du porteur).
- Le pareur est attentif, il ne regarde pas ce que font les autres groupes. Il est prêt à intervenir.
- Si on ne se sent pas capable, on demande une parade ou un intervenant en plus.

<u>Toujours par trois :</u> deux élèves qui agissent et un élèves qui pare :

- debout sur un autre à quatre pattes et le troisième en parade : un pied sur le bas du dos et l'autre au niveau des omoplates (le bas du dos se situe plus bas que les reins, trop fragiles). Il est aussi possible d'avoir un élève sur les deux autres en base. Dans ce cas-là, le voltigeur met un pied sur chaque bas de dos.
- avion
- chaise
- lit superposé
- trépied
- devant-derrière
- koala
- éducatifs colonne : demi-colonne, assis sur les épaules, debout sur les genoux
- acrobaties dynamiques
- acrobaties en déplacement : la ceinture, koala, roulade sur dos, roue sur dos, roulade à deux …

TRAVAIL SUR L'OCCUPATION DE L'ESPACE

- **Situation 4 :**

On désigne un monsieur point et une madame ligne. Les élèves marchent dans l'espace afin de le remplir de manière homogène. Lorsque les intervenants citent « monsieur point » ou « madame ligne », l'ensemble des élèves doivent se rassembler autour de la personne. Le groupe peut être séparé en deux, afin qu'un groupe agisse et que l'autre observe.
Cet exercice a pour but de mettre en relief, pour les observateurs, les points de force et les lignes de force scéniques.

REPRESENTATION DE FIN DE SEANCE : environ 1 heure

Par groupe de 4, les élèves ont une demi-heure pour préparer une mini représentation avec **les contraintes suivantes :**

- Organiser dans l'espace quatre acrobaties : deux en duo (avec ou sans pareur) vues dans la séance et deux avec les contraintes suivantes :
  - trois pieds et deux mains
  - un dos, une tête, deux mains, un pied
- Représentation devant toute la classe

Critères de réussites :

- les figures sont réussies : montées et démontées correctement.
- l'espace scénique a été utilisé dans son ensemble : toutes les figures, par exemple, ne se sont pas réalisées au centre.

BILAN DE SEANCE

Séance N°3 : Dominante jonglage

Objectifs de la séance :

- les participants sont initiés aux différents agrès de jonglage.
- les participants ont une vision élargie du jonglage : manipulation d'objets
- les participants sont capables de faire des échanges.

Explication de la séance : 5 minutes

ECHAUFFEMENT : 40 minutes

Echauffement général : 10 minutes

- Loup pris avec différentes manières de déplacement : debout, pieds joints, un pied, à quatre pattes ou encore monter sur quelqu'un pour ne pas être pris

- Course de relais en deux équipes minimum : le joueur part une balle dans la main à plat et doit parcourir un chemin aller-retour. Si la balle tombe, il doit repartir du début.

Echauffement articulaire : 5 minutes
Echauffement spécifique : 15 minutes

- **<u>Situation 1</u>** :

Chaque élève prend une balle dans la main et tout le monde se déplace dans l'espace du praticable :

- lancer pour la même main : variation d'amplitude, gauche puis droite.
- lancer d'une main à l'autre.
- échange avec un camarade que l'on croise après un regard entendu.
- passe dans le dos, sous la jambe.
- accélération, ralentissement.

Ouvrir son regard aux autres pour éviter les collisions, tout en contrôlant la balle.

- **<u>Situation 2</u>** : 15 minutes

Séparation du groupe en deux rondes.

Explication pour chaque ronde :

Dans un premier temps, un joueur fait circuler une balle de sa main gauche à sa main droite (ou dans le sens inverse) et passe au joueur suivant. Cette première phase se termine lorsque la balle est passée par tous les élèves. On mémorise le trajet. Puis on fait rentrer plus de balles. Un joueur ne peut pas lancer sa balle à un élève ayant déjà une balle en main. Le but est que le dernier élève de la chaîne reçoive l'intégralité des balles.

☠ *Le but n'est pas d'aller le plus vite possible, mais que toutes les joueurs réussissent à faire circuler intégralement toutes les balles. Si une balle tombe, on ne va pas la chercher. C'est trop tard, elle est perdue… Car attention aux balles qui arrivent.*

INITIATION AU JONGLAGE

Durée : 1h15

- **<u>Situation N°1</u> :** travail libre avec le matériel de jonglage (30 minutes)

On répartie trois groupes dans l'espace, un intervenant dans chaque :

- balles, massues, anneaux
- diabolo / bâton du diable
- bolas / assiettes chinoises

Les élèves peuvent se déplacer quand ils veulent et comme ils veulent dans les espaces, le matériel en revanche ne bouge pas.

☠ *Pour la représentation de fin de séance, les participants auront un mini solo à faire ; Il faudra donc assez vite choisir un objet et penser au mini solo !*

- **<u>Situation n°2</u>** : en ½ groupe (2 x 15 minutes) : un groupe équilibre d'objets / un groupe recherche avec objets personnels

- 1er groupe : avec des massues, baguettes ou balles de contact
    - Chercher l'équilibre des objets, dans la main, puis sur d'autres parties du corps : menton, nez, front, coude, pieds … (10 minutes). Essayer plusieurs objets.
    - Concours d'endurance (5 minutes)

- 2ème groupe : avec l'objet apporté :
    - Dans un premier temps : mimer l'utilisation commune de cet objet (exemple : un parapluie) (3 minutes).
    - Dans un 2e temps : faire une recherche complètement différente avec l'objet (10 min) : points d'équilibre, utilisation incongrue, quel rapport avec son objet (passion, dégoût, complicité…).
    - Dans un 3ème temps (3 minutes) : montrer le résultat de ses recherches au groupe (20 à 30 secondes /élève).

Intervertir les groupes.

- **<u>Situation n°3</u>** : la machine : 2 ou 3 groupes (15 minutes)

Un élève se place à un endroit dans l'espace et répète avec une balle un mouvement ou une circulation d'un point A à un point B, tel un automate. Un autre élève vient se positionner à l'endroit où la balle termine sa trajectoire, la récupère et dans un autre mouvement automatique, la transporte vers un autre point. Un autre élève se positionne à la chaîne pour permettre à la balle de poursuivre son parcours… Chaque élève doit continuer son mouvement, que la balle soit en sa possession ou non. Penser à ne pas utiliser que les mains, la balle peut être bloquée sur d'autres parties du corps. Le dernier élève fait en sorte de boucler la chaîne. L'image obtenue est celle d'une machine à mouvement perpétuel, symbole de l'automatisme.

REPRESENTATION DE FIN DE SEANCE : environ 1 heure

Par groupe de 3, les élèves ont une demi-heure pour préparer une mini représentation avec **les contraintes suivantes :**

- un mini solo
- un échange
- une entrée et une sortie

BILAN DE SEANCE

Séance N°4 : Dominante équilibre

Objectifs de la séance :

- les élèves sont initiés aux différents agrès.
- les élèves choisissent des éléments simples qu'ils sont capables de réaliser.

Explication de la séance : 5 minutes

ECHAUFFEMENT : 35 minutes

Échauffement général : 15 minutes

- Touche le genou : toujours par deux, les élèves face à face se tiennent par la main opposée. Ils doivent toucher le genou de leur adversaire avec la main libre sans perdre l'équilibre.
- Combat de coq : par deux, les élèves, accroupis, doivent à l'aide de leurs mains pousser leur adversaire pour le faire tomber, sans tomber eux-mêmes et sans se relever.

Echauffement articulaire : 5 minutes

Echauffement spécifique : 15 minutes

- Salut au Soleil : explication, l'équilibre se fait grâce à des capteurs situés dans l'oreille, mais aussi dans tout le corps, nous allons faire des étirements avec des respirations en essayant de réfléchir à la position exacte de son corps, penser quels muscles sont étirés, les axes… Trois fois l'enchaînement : la première fois, tout doucement, sans tirer et en prenant le temps de mémoriser l'enchaînement, puis les deux autres fois, on évolue crescendo, en allant plus loin et plus vite, avec plus de fluidité. *Deux intervenants feront le salut et deux autres conseillerons, indiqueront les respirations.*

TRAVAIL DU TREPIED EN EQUILIBRE SUR LES MAINS

- **Situation 1** : le trépied au sol : 15 minutes

Tenir en équilibre en mettant la tête et les deux pieds dans le même axe, on essaye de monter les fesses au-dessus de la tête pour aligner le dos. Les mains quant à elles se placent de façon à former un triangle équilatéral avec la tête (pour avoir toujours à vue ses mains). Evolution:

- on essaye de monter ses fesses au dessus de la tête
- on essaye de poser les genoux sur les coudes
- avec une parade, on essaye de monter les jambes
- plus dur : avec les mains en soutien derrière la tête (le triangle se forme entre la tête et les coudes).

- **Situation 2** : le trépied sur un copain : de 5 à 10 minutes

Par groupe de trois : le porteur est allongé au sol, jambes repliées et parallèles, bras tendus prêt à recevoir les épaules du voltigeur. Celui-ci se place en face, prend appui avec ses mains sur les genoux du porteur et pose ses épaules dans ses mains.

Il essaye ensuite de monter, comme le trépied, le bassin au-dessus de ses épaules, tandis que le porteur aligne ses bras à la verticale au-dessus de ses épaules.

Le troisième fait une parade au bassin, en se plaçant sur le côté.

- **Situation 3** : équilibre sur les mains : de 5 à 10 minutes

On apprend la position des mains. On monte contre le mur. Puis, on peut faire un concours de résistance en équilibre.

- **Situation 4** : équilibre sur un agrès : 3 groupes pour 3 ateliers : boule, rolla bola, monocycle (10 minutes par atelier soit 30 minutes)

- **Situation 5** : le coryphée (15 minutes)

Le groupe doit évoluer à l'unisson, en suivant le chef de chœur, celui se situant devant.

REPRESENTATION : environ 1 heure

1 coryphée
Symbolisation de l'objet d'équilibre : sens
Un numéro simple qui ne rate pas, avec un clou du spectacle qui peut éventuellement ne pas fonctionner !

BILAN DE SEANCE

Séance N°5 : Mise en marche de l'objectif spectacle

Objectifs de séance :

- les enfants se mettent en groupes d'affinité, afin de créer des solos, duos, trios quatuors ou collectifs (6 maximum)

Explication de la séance : 5 minutes

ECHAUFFEMENT : 35 minutes

Échauffement général : 15 minutes

- Jeu de la chaise : 15 élèves, 15 chaises

Un élève sort de la salle (donc une chaise libre) à son retour il doit venir s'asseoir sur la chaise libre MAIS sans courir. Pour l'en empêcher les autres élèves peuvent libérer leur chaise et venir s'asseoir (sans courir) sur la chaise vers laquelle se dirige l'élève l'obligeant à

se diriger vers la nouvelle place libre. Plus les élèves viendront de loin, plus l'élève aura de chemin à parcourir pour aller s'asseoir !

Echauffement articulaire : 5 minutes
Echauffement spécifique : 15 minutes

- **Situation 1** : marche dans l'espace 5 (espace scénique, sphère kinesthésique) (20 minutes)
- Soutenir le regard d'une personne croisée.
- Marcher de manière pressée, lasse, apeurée, joyeuse, triste, hésitante.
- Marcher au ralenti, de plus en plus lentement jusqu'à la quasi immobilité du corps.
- Se laisser emporter par une partie du corps (épaule, torse, fesses…) comme si quelqu'un vous tire par cette partie.
- Retour au calme : pendant une minute de silence, identifier tous les bruits perçus à l'extérieur de la salle

LE SPECTACLE

Les enfants vont devoir se mettre par groupes d'affinité pour créer des solos, duos, trios ou collectifs (6 maximum).

Pendant cette séance, ils devront commencer à imaginer leur présentation, trouver des idées, des thèmes et éventuellement une musique.

Ils devront comprendre les outils (acrobatie, jonglage, équilibre, objet, mise en scène…) qu'ils devront utiliser pour réaliser leur numéro.

Séance N°6 et 7 : Création des numéros avec l'aide des intervenants

Objectifs de la séance :

- crée un numéro
- s'amuser dans sa création
- mettre des intentions

Déroulement :

- Echauffement générale
- Ateliers : les élèves vont retrouver et travailler sur les initiations découvertes dans les séances 2, 3 et 4 pour les mettre au service de leur numéro.
- Exercices de mise en espace : les enfants devront choisir des éléments parmi ceux qu'ils ont travaillés et les placer dans l'espace. Pour ça, ils pourront choisir un espace qu'ils définiront comme la scène ou le faire grâce à un papier et un crayon sur une feuille.

- Choix des musiques et des intentions : si ce n'est pas déjà fait, les enfants devront enrichir leur proposition, en trouvant une musique qui leur corresponde et des intentions théâtrales simples.

A la fin de la séance 7, les enfants présenteront devant le groupe leur numéro.

Séance N°8 : Mise en scène générale

Objectifs de la séance :

- trouver de manière collective un fil conducteur aux différentes propositions émises (un présentateur, un thème, des personnages…)
- déterminer de manière collective un ordre de passage
- construire ensemble un final et un salut

- **Situation n°1**

Sur la base des présentations de la matinée, écouter les commentaires des enfants et voir si un personnage, un thème se dégage naturellement. Si ce n'est pas le cas, les intervenants seront là pour stimuler des propositions.

- **Situation°2**

Les intervenants auront déjà une proposition d'ordre. Ils la présenteront et s'adapteront aux remarques et volontés des enfants.

- **Situation°3**

En suivant les explications de l'encadrant qui se chargera de la mise en scène générale du finale et en s'appuyant sur les intervenants qui se trouvent sur scène, les enfants devront se déplacer et mémoriser leurs déplacements dans le but de créer un final collectif et des saluts.

Séance N°9 : Répétition générale

Objectifs de la séance :

- coordonner de manière claire les différents éléments des numéros (musique, transitions dites « barrières », parades…) à l'aide de petites fiches techniques si nécessaire.
- peaufiner et répéter les derniers détails des numéros.
- filage générale : un passage dans l'ordre en condition de spectacle (costumes, musique, acrobatie…).

La gestion du groupe d'élèves se fera par les intervenants référents.

Le vendredi, le début de l'après-midi restera libre. Les intervenants seront toutefois présents et disponibles pour les enfants qui ont envie de répéter, travailler leur numéro.