

Classe les arts du cirque !

Susciter la curiosité, donner le goût de la découverte, créer l'envie d'apprendre, c'est le savoir-faire d'Alpes Découverte !

Le cirque est un art qui constitue un outil pédagogique remarquable de par la diversité des disciplines qu'il propose. Il sollicite le corps dans son ensemble et permet un apprentissage complet.

Le corps est engagé dans un travail physique qui met en jeu l'équilibre, le rythme, la coordination, le placement, la musculation, la souplesse, l'appréhension de la hauteur, les réflexes, la concentration : tout le système sensori-moteur est extrêmement sollicité.

Il permet le développement de la personne dans un savoir-faire mais aussi dans un savoir-être.

L'activité impose l'adaptabilité des personnes, un sens accru de l'écoute, du respect, de la confiance et du partage à travers le rapport à l'autre.

Le cirque est un art du spectacle vivant !

Oser se mettre en scène, créer des numéros, parler et jouer devant un public, s'amuser à partir de sa gestuelle et de ses émotions, c'est une expérience qui permet d'acquérir une aisance utile dans notre vie de tous les jours, et qui peut même être à l'origine de certains déblocages.

Au programme :

Nos ateliers sont dispensés par des intervenants titulaires du BPJEPS activités du cirque et du BIAC (brevet d'initiateur aux arts du cirque) et s'effectuent sur le centre.

Détail des ateliers :

Acrobatie : rotations, sauts, travail d'appuis, portées statiques et dynamiques, pyramides.

L'acrobatie est généralement travaillée en fin d'échauffement. La roulade avant est systématiquement abordée en début de semaine, mouvement de base qui permet de sentir l'aisance corporelle de chaque enfant. Des jeux d'acrobatie à plusieurs et des petites pyramides sont abordées plus tard, que les enseignants pourront réutiliser par la suite. Des consignes très précises sont données permettant de comprendre les notions essentielles à la sécurité de cette activité. C'est une discipline intéressante dans le rapport de groupe puisqu'elle agit sur le contact et la confiance en l'autre. Les résultats obtenus sont parfois surprenants...

Équilibre sur matériel : boule, fil, rouleau américain (rolla-bolla), pédalettes.

Chaque agrès présente ses propres difficultés. Un adulte est en parade lorsque c'est nécessaire et reprecise continuellement le geste technique à l'enfant afin qu'il sente l'équilibre et qu'il commence à le maîtriser, jusqu'à devenir autonome, pour certains.

Généralement, les enfants font une découverte globale de chaque objet par des ateliers tournant et évolutifs, puis se spécialisent plus particulièrement sur un objet en fin de semaine lorsqu'une présentation est prévue.

Jonglerie : balles, foulards, anneaux, massues, assiettes chinoises, diabolos, bâtons du diable...

Tous ces objets ne sont pas systématiquement abordés, cela dépend de l'âge du groupe. Les séances de jonglerie commencent par une approche aux balles avec des mouvements évolutifs commençant par une, puis deux balles. Le mouvement du jonglage proprement dit ne se travaille pas avant 8 ans, mais de nombreuses manipulations sont proposées afin de développer l'aisance et la coordination. Les autres objets sont vus dans un second temps, avec des moments d'entraînements libres dans un troisième temps.

Clown : jeux d'expression autour du personnage.

Après une discussion autour du clown, deux aspects du personnage clownesque sont abordés : la démarche (le corps du personnage) et ses émotions. Nous commençons par des exercices en groupe pour s'échauffer et comprendre le vocabulaire utilisé, jusqu'à ce que chaque enfant ébauche une gestuelle et teste des émotions différentes. Puis nous proposons des situations d'improvisation par des passages derrière un paravent, d'abord seul puis en petits groupes. Cette discipline est amenée de manière très ludique si bien que les enfants se plient très facilement au jeu et font généralement preuve d'un vif enthousiasme, même chez les plus timides. Un travail autour du masque (le nez de clown) et du costume peut être fait si le projet est centré sur cette discipline.

Aérien : tissu, trapèze fixe

L'apprentissage commence par une découverte des objets et une expérimentation à basse hauteur, se poursuit ensuite par l'enseignement de figures techniques pour trouver ensuite la liberté d'inventer et de créer un enchaînement personnel avec l'objet.

Idee de planning possible pour cette thématique sur 5 jours :

	Matin	Après-midi
Lundi	Arrivée au Centre pour le déjeuner	Installation sur le Centre, présentation du projet par l'intervenante
Mardi	Parcours découverte Jonglerie de balles	Acrobatie portées/équilibre sur divers agrès
Mercredi	Clown	jonglerie variée
Jeudi	Aérien création de numéros	Répétition des numéros /présentation en Musique
Vendredi	Rangement	Départ en début d'après-midi



Tél : 04 92 50 67 15

Mail : info@alpesdecouverte.com

www.alpes-decouverte.fr

A bientôt !