

Aeeps : compte-rendu de la journée cirque

Intervenante : Nathalie Givois

Vous pourrez trouver d'autres documents créés par Nathalie sur le site EPS de l'académie de Grenoble, ressources pédagogiques, CP3, stages réalisés à Pont de Beauvoisin (avec Audrey Bailly), Gaillard et Montmélian

Pari réussi pour Nathalie

Donner l'essentiel sans rien perdre.

Faire vivre tout de suite un moment de cirque, ensemble !

Choisir des contenus qui permettront de questionner les pratiques !!

Nourrir le questionnement de profs venus un samedi matin !!!

Des interrogations

Le cirque pratique artistique à haut risque maîtrisé !

Aller vers du risque maîtrisé et construire une sécurité active !

Comment concilier le nécessaire entraînement technique avec l'urgence de la pratique artistique ?

Entrer par la performance, entrer par la création !

Le rôle du prof ?

Difficulté à évaluer une activité artistique ..comment l'évaluer ? comment réellement évaluer un ressenti ?

Réponses qui se dégagent de l'activité de Nathalie

Introduire des objets dans la partie de l'écoute

Mettre rapidement en scène, en duo, en groupe... le travail technique

Rôles des musiques, de la voix de Nathalie comme inducteur, comme boîte à rythme.

Elle a au-dedans le tempo du jonglage. Elle rythme les séquences. Les stagiaires investissent ce tempo.

Nathalie empile des consignes alors que les stagiaires sont dans l'action.

Le titre des situations ouvre l'imaginaire et induit un type d'action

Le silence est là !

Une grande attention est donnée aux différents espaces qui s'ouvrent et se ferment. (Écoute, improvisation...)

Les situations ouvrent le champ du regard

Tout est là, très vite !

Travailler avec tout le monde : chacun est un partenaire potentiel

L'arrêt est investi : il permet de changer, de rôle, de consignes... mais il est aussi mis en scène.

De un objet à plusieurs

Du solo au duo trio au groupe

La relation à l'autre est construite avant de donner les objets ! Objet médiateur !

Elle joue, elle initie

Réponses données oralement

- Permettre aux élèves de choisir leur domaine et créer leur spéciale, tout en les enrichissant de ce sur quoi, ils sont moins performants.
- Plus que dans toute autre activité il faut faire des choix dans ses contenus
- Construction d'une leçon

Travail d'écoute

Introduire des objets en conservant l'écoute et travailler techniquement

Création

Temps de spectacle

- Evolution d'un cycle

Faire évoluer la partie sur l'écoute, vers des situations de créations, vers un travail de présence qui seront réinvestis dans les créations

Dans la partie technique, mettre en place des ateliers autour des familles ; acrobatie, équilibre et manipulation d'objets, jonglerie. Atelier pour découvrir dans un premier temps puis aller vers une spécialisation dans les séances suivantes.

Faire choisir, créer des routines, travailler sa spéciale.

Fabriquer son matériel

Balle de jonglage

Balle de tennis remplies d'eau à l'aide d'une seringue

Semoule dans sac de congélation, entourés de ballons de baudruche inversés

Le matériel peut être construit : réfléchir en « bonne mère, en bon père de famille, en bon prof »...

I – A l'écoute

A – Des marches ou « se conduire »

1- Se concentrer

- Marcher dans tout l'espace délimité, bras relâchés, regard à l'horizontal. Aller dans l'espace libre.

- + Quand une personne s'arrête, tous s'arrêtent. Quand une personne repart, tous repartent

- + Changer de direction. Le regard initie le mouvement.

2 - capter un regard au moins 3''. Dire bonjour avec les yeux ! Quand on a salué chacun, arrêt. *C'est difficile pour les élèves.*

B - Conduire son, sa partenaire

Construire la, le partenaire potentiel

1 – conduire une personne qui a les yeux fermés, mes mains sur ses épaules. Changer les rôles

- si j'enlève les mains, elle poursuit devant elle.

Consignes : utiliser les pressions, le tissu du vêtement

- changer de partenaire : au top de Nathalie, les « conducteurs » changent de partenaire sans que les autres joueurs aient ouverts les yeux.

- presser, appuyer, tirer le tissu pour permettre au partenaire d'enrichir son expérience et le faire se déplacer au sol, sauter, tourner...

2- la balade du clown

S'investir dans des rôles différents, complémentaires

Par 3 en colonne. Se déplacer en imitant le mouvement et le déplacement du premier.
Réaliser un unisson !

Au signal tous s'arrêtent, le premier se tourne, regarde le second, 3'' ; il se tourne à son tour et regarde le 3°, 3''. Le troisième se tourne et voit l'espace vide. Il est premier !
- Pour permettre au deuxième d'être leader : au top du prof, tous s'arrêtent, les N° deux restent à leur place, les n°1 et les n°3 vont se mettre derrière un n° 2. Il devient n°1 !

Variante, complexification :

Avec des objets, un jeu d'acteur, se sentir comme... Interdire tout ce qui est gymnique

Consignes pour pallier aux difficultés

Le n°1 ne doit pas aller trop vite

Si les gestuelles sont pauvres, guider les choix, donner des images : avec les bras, les jambes, petit volume, grand volume...

Les 3 comme une seule unité

Mettre une musique tranquille

C – Démarches et personnages

1 – déplacement seul :

Marche dynamique et dans l'arrêt : ventre en avant, fesse en arrière, une épaule plus haute que l'autre, un pied talon, un pied pointe, pieds ouverts, en dedans, une jambe fléchie, une jambe tendue.

Entrer petit à petit dans un personnage en accentuant ces démarches

2 – en cercle : mise en scène

En cercle à moins d'un mètre les uns des autres. A tour de rôle.

Fixer quelqu'un (en face de préférence), puis aller vers lui. Le regarder 3 sec puis prendre sa place et croiser les bras. C'est à son tour d'aller vers un partenaire qui ne croise pas les bras.

Variante :

Changer la démarche, chercher des intentions, des sentiments.

Faire un geste face au partenaire (avant de passer derrière). Il la répète et part, investit de cette intention qui va initier le nouveau mouvement, ou d'une autre.

II – Inclure des objets

Développer, l'écoute, ouvrir le regard. Créer de l'attention, de la tension entre les partenaires ! Mémoriser des chemins de relation

A – A travers le cercle : donner et recevoir, lancer et réceptionner

1 – En cercle, lancer la balle à un partenaire

- Mémoriser de qui on reçoit et à qui on donne. Croiser les bras quand on a reçu

- Tout en conservant l'ordre de circulation de la balle,

- Dire son prénom avant de lancer. Il devient inutile de croiser les bras.

- Dire le prénom de l'autre en lançant

- Introduire toutes les 10'' seulement, une 2° balle, puis une 3°, puis une 4°. Nathalie avertie quand elle envoie une autre balle.

2 - Casser le cercle et marcher, conserver l'ordre des relations. A une balle, 2,3,4 balles.

Consignes :

Bien regarder que celui à qui on donne est prêt à recevoir

Regarder celle dont on reçoit et celui à qui on donne.

Conserver les deux partenaires dans son champ de vision

« Oh ! Il pleut des balles ! »

B – Sur le cercle : Initier le jonglage

1 – Manipulations

-Sur un cercle plus ouvert, lancer – recevoir. Faire des trajectoires, verticales, horizontales, courbes.

Consigne : doigts dynamiques lors de la réception.

Variantes

Investir les trois étages : cave (chevilles), rez-de-chaussée (hauteur bassin) et 1^{er} étage (épaule),

Petit et grand lancer (amplitude)

- Faire des tours de balle de cheville, de tête..., en se donnant la balle ou en se la lançant

- faire rouler sur...

- faire rebondir...

- coincer la balle dans les creux des articulations

- coincer puis lancer

- Maintenir en équilibre sur...

Parler avec la notion de familles d'actions (faire rebondir, lancer, tenir en équilibre, faire rouler sur soi, au sol,...) pour que les élèves crée leur propre routine.

2 – préciser les trajectoires

Seul à une balle, faire un U : lâcher verticalement, changer de main horizontalement, envoyer verticalement. Déplacer ses mains

Variantes :

Amplitude et vitesse du lancer

Etage du corps

Lourd léger

Consigne : pas de parabole

3 – Créer, fixer

- Mémoriser 5 gestes, en investissant les consignes précédentes. Répéter sa séquence 2 fois, et y inclure le U. Ponctuer, mettre des majuscules cad : mettre des arrêts, travailler les reprises. Le point final.

Variantes :

Rajouter un changement de direction, un état (lourd léger), un contraste (lent/vite)

Varier la réception pour complexifier (patte de chat, rattraper sur le dos de la main...)

Complexifier

N duo, partir ensemble, le premier qui s'arrête attend l'autre...

- Créer un duo

Une entrée, un unisson... Une fin.

- Création : idées

Ecrire un mot pour un spectateur qui lit. Cela oblige à passer du lancer au tenu pour faire les courbes.

Consigne : la balle est toujours visible

Investir des objets différents : foulards pour les pattes de chat, sacs plastique...

Conclusion : entrée ludique à une balle qui permet aux élèves de construire des habiletés

C – Jongler à 2, à 1, 2 et 3 balles

Construire la rythmicité du jonglage

1 – Le jet d'eau

Face à face, une balle N° 1 lance verticalement, n°2 attrape

- je lance puis je fais une action, puis l'autre réceptionne

- changer de main...

-Varier les réceptions (dos de la main, pattes de chat)

- pour rendre visible la balle aller la chercher à la cave, changer d'étage dans les réceptions)

2 – La fontaine : 4 temps

Jongler à 2 face à face, une balle rouge, une balle bleue. personne 1 (A1)les mains dessous, personne 2 les mains dessus, dirigées vers le haut

P1 lance croisé et P2 reçoit, P 1 lance croisé et P2 reçoit- P2 lâche verticalement et P1 reçoit, P2 lâche verticalement et P1 reçoit. **4 temps**

Variante ou illusion

L'un derrière l'autre. P1 à genoux, P2 debout (réception mains dirigées vers le plafond)

Aide

Aide au lancer en parabole pour jongler seul :

A genoux devant un plan incliné (cheval mou Dima, forme de trapèze). Faire rouler la balle et la recevoir dans l'autre main.

3 – Copine, copain.

Par 2, se tenir par la taille, une balle chacun dans la main extérieure.

Lancer type cascade

Variante : à trois balles

Consignes

Coudes au corps

Lancer dans un plan vertical. Se mettre face à un mur si le lancer est en avant

Mettre deux anneaux posés au sol à gauche et à droite : les balles doivent tomber dans ou à proximité des anneaux après les lancers.

Rythme régulier lent

Le tempo : lancer, lancer, rattraper, rattraper.

Lancer la seconde balle au point mort haut de la trajectoire de l'autre

4 – Seul jongler à 3 balles

5 – Face à face à 2m

Idem

5 – Le picking

P1 jongle et P2 pique une balle et la redistribue dans le tempo

D - La machine à jongler : mise en scène

1 – Courant électrique discontinu : Tic Tac

En cercle serré, une balle par personne. Départ balle dans main gauche.

Tic : passer la balle de main gauche à main droite

Tac : lancer verticalement à la personne de droite qui rattrape de sa main gauche. Donc : je lance à droite et reçois de la gauche

« *Oh ! Trop fort !* »

Variante :

Tic lancer de main gauche à main droite

Changer de sens

2 – la chenille

En colonne, une balle chacun, un ramasseur donneur de balle.

Balle dans main gauche

Tic : de main gauche à main droite, puis poser la balle sur son épaule gauche

Tac, laisser tomber la balle derrière soi. J de derrière récupère main gauche.

La dernière personne fait rouler la balle en trop devant. Ramasseur la donne à la première personne.

Possibilité si on est nombreux de le faire en cercle ce qui permet de ne pas avoir d'arrêt.

Nathalie : parle lentement. Elle laisse beaucoup de temps entre Tic et Tac

3 – Créer une machine à jongler

En groupe de 3, une balle chacun, créer une séquence de jonglage en intégrant la transmission. En trouvant des positions les uns par rapport aux autres les plus riches possibles. Les balles peuvent être lancées ou données.

III- objets insolites : à titre d'information car nous n'avons pas eu le temps de le mettre en place

Ces situations peuvent être faites avec des objets autres que ceux du jonglage : parapluie, bâtons, journaux, chapeaux, sacs plastiques, cannes, cadres

Ces objets peuvent devenir à part entière des objets manipulés ou intégrer les prestations en tant qu'accessoires.

Importance également des costumes

Détournements d'objets :

Objets de jonglerie utilisés à d'autres fins que ceux pour lesquelles ils sont faits.
Notion de coulisses importantes, de scènes : où aller ? pourquoi ? quand ?

IV-Technique

Présentation du matériel, des consignes de sécurité, des consignes pédagogiques et réponses à différentes questions.

Mise en place des ateliers :

Avec le matériel de jonglage

Avec les engins d'équilibre : monocycle, pédalgo, slackline avec cube en bois pour faire des étapes et tendre davantage la slackline, boule et bidon, rolla-bolla .

Et..pratique !

Petites remarques !

- Importance de la musique, avoir un panel qui puissent correspondre le plus à ce que proposent les élèves dans leur création et des musiques qui induisent des motricités différentes.

- Aller vers des cycles alliant l'écoute, la présence, la concentration, le jeu d'acteur, avec la composition et la technique : la technique au service d'un projet expressif !