



Ateliers Cirque pour jeune public

Présentation du projet

L'atelier cirque permet aux enfants qui se sentent attirés par cette activité de la découvrir, dans le respect de la personne, suivant une démarche collective et de responsabilisation.

FICHE TECHNIQUE DE L'ÉCOLE DE CIRQUE DE BORDEAUX

Public concerné :

- Pour les groupes de structures de loisirs, les groupes seront à constituer selon l'âge des jeunes concernés.

Nombre d'élèves par formateur :

- Pour les 3-5, 1 animateur ECB pour 8 enfants si le formateur est seul et 1 pour 12 s'il y a un encadrant supplémentaire de la structure demandeuse.
- Pour les 6-11, 1 animateur pour 10 enfants si le formateur est seul et 1 pour 14 s'il y a un encadrant supplémentaire de la structure demandeuse.

Espace minimum :

- Prévoir une surface minimale de 40m² pour 10 enfants. Compter environ 60m² pour 20 élèves.
- Hauteur sous plafond de 3m appréciée.

Matériel :

- L'ECB fourni le matériel de cirque : une malle de jonglage et ponctuellement des objets pour équilibres.
- Disposer de petits tapis de gym sur place est apprécié (acrobaties, équilibres...), toutefois, l'ECB peut en fournir selon les disponibilités.

Tenue des élèves :

- Dans l'idéal, l'Ecole préconise une tenue de sport souple, chaussettes ou rythmiques.
- Pour une pratique confortable, demander d'attacher les cheveux et d'enlever les bijoux.

L'atelier cirque

Le cycle est fortement orienté vers le groupe, le travail collectif, la réussite à plusieurs. Nous mettons la priorité sur l'importance de se faire plaisir dans la pratique et dans l'apprentissage des techniques circassiennes, dans le respect de chacun.

Un cycle minimum de 4 séances nous semble nécessaire pour atteindre ces objectifs.

CONTENUS DE L'ATELIER CIRQUE

- **Technique** : découverte du jonglage, de l'acrobatie et des portés, de l'équilibre sur objets ; apprentissage des techniques de base dans chaque discipline.
L'approche des acrobaties et portés est au cœur de la pratique circassienne et sera la base des séances tout au long du cycle.

- **Psychomotricité** : maîtrise de soi, de son corps et de ses mouvements ; travail orienté vers la coordination et la dissociation, l'équilibration.
- **Épanouissement personnel et vie de groupe** : être à l'écoute du groupe pour réussir des exercices collectifs (circulations d'objets...) ; aider et être aidé pour permettre la réussite de chacun (parades). Travailler en musique pour favoriser l'écoute de son environnement et l'attention.
- **Sécurité** : approche encadrée de la sécurité par la prise de conscience des risques inhérents à l'activité, pour une pratique sans mise en danger de soi ni des autres ; notion de responsabilité individuelle dans les exercices collectifs.

LA SÉANCE

Elle est structurée comme suit :

- **La prise en main** : rassemblement, appel, « prendre du pouls » du groupe, saisir l'énergie du moment.
- **L'échauffement** : il permet de faire la transition entre l'énergie du groupe lors de la prise en main, et l'énergie recherchée par le formateur pour la suite de la séance, afin de pratiquer en toute sécurité, avec plaisir et concentration.
- **Le corps de la séance** : une à deux disciplines seront pratiquées chaque séance.
- **Le retour au calme** : clôture l'heure de cirque, détend le corps et l'esprit, le formateur et les enfants font le bilan de la séance (sur les apprentissages, les sensations...).

2 projets pédagogiques

CIRQUEZ JEUNESSE

Atelier pluridisciplinaire basé sur un travail corporel, de psychomotricité, où l'on aborde les techniques d'acrobatie et de portés.

Chaque séance sera ensuite orientée soit sur des exercices de manipulation d'objets, soit autour des techniques d'équilibre sur boule.

ROULÉ BULLÉ !

Atelier pluridisciplinaire basé sur un travail corporel, de psychomotricité, où l'on aborde les techniques d'acrobatie et de portés.

Chaque séance sera ensuite orientée sur la pratique autour d'objets et d'agrès circulaires, sphériques, ronds, tels que la boule d'équilibre, les anneaux, les cerceaux, les balles de jonglage.

Lors de la dernière séance, l'animateur aura volontairement échangé ses objets de cirque contre des objets du quotidien (cartons, journaux, récupération...). Avec le groupe, il s'agira alors d'utiliser les techniques abordées jusque là avec ces nouveaux objets. L'objectif est d'encourager la créativité et l'imaginaire, de se libérer des contraintes techniques.

Hors de l'atelier, l'enfant aura alors la possibilité de continuer ses explorations autour du cirque avec les objets de son quotidien.

Comment construit-on un projet ?

Pour un jeune public en structure de loisirs, nous avons écrit deux projets pédagogiques « Cirquez jeunesse » et « Roulé Bullé ». Ces propositions donnent des indications sur l'approche pédagogique de l'Ecole de Cirque de Bordeaux mais sont aussi adaptables au besoin.

Un projet se construit à deux, avec l'Ecole de Cirque et selon vos besoins, en plusieurs temps :

- Vous avez une demande, vous nous contactez.
- Nous échangeons pour parler de vos besoins et notre approche pédagogique.
- Nous vous proposons un projet pédagogique et un devis.

- Lorsque le projet est accepté, un animateur prend le relai. Si nous intervenons dans vos locaux, pour le premier atelier, l'animateur arrivera en avance. Il est important qu'il soit accueilli avant le début de l'atelier pour une visite du lieu et une présentation du personnel.
- Selon la durée du cycle et le public de l'atelier, il peut être intéressant de prévoir un temps avec l'animateur pour faire un point sur le bon déroulement du cycle.
- De même à la fin d'un cycle, nous proposons une rencontre pour un bilan.

Vos Interlocuteurs

Les responsables de projets

Laurène BALOSSA, responsable pédagogique

l.balossa@ecolecirquebordeaux.com

Mireille FERRARA, coordinatrice d'activité

m.ferrara@ecolecirquebordeaux.com

L'équipe d'intervenants

Les intervenants Cirque sont salariés de l'Ecole de Cirque de Bordeaux.

L'équipe est constituée de 6 personnes. Ce sont des professionnels de la pédagogie et de la pratique des arts du cirque tous titulaire du BAFA et de diplômes et certification en lien avec la pratique des arts du cirque et/ou de la gymnastique.

L'Ecole a aussi intégré à son équipe une psychomotricienne qui intervient sur les ateliers d'Eveil et Parents-Enfants notamment. Pour toute l'équipe, c'est une personne-ressource pour toutes les questions en lien avec la motricité, le développement moteur et la coordination corporelle.

Ecole de Cirque de Bordeaux

286 boulevard Alfred Daney 33300 Bordeaux

Tél. : 05 56 43 17 18

www.ecolecirquebordeaux.com