

Association RegArts de Cirque  
Maison des Associations  
15 avenue Tarayre  
12000 RODEZ  
06 09 11 12 79  
[regart.cirque@gmail.com](mailto:regart.cirque@gmail.com)



## PROJET PEDAGOGIQUE

RegArts est une association loi 1901 qui propose des ateliers cirque de loisirs pour différents publics :

- les élèves sont regroupés en tranches d'âges, des 4-5 ans jusqu'aux adultes.
- Les ateliers se déroulent dans une salle fixe et dans deux gymnases prêtés par la mairie de Rodez.

L'école de cirque met en place les conditions nécessaires à l'initiation de tous les publics. Elle tient à se tourner vers un large public tel que :

- les publics valides (enfants, adolescents, adultes et seniors)
- les déficients moteurs, sensoriels et/ou mentaux
- les personnes en difficultés sociales

Le cirque de par sa grande diversité de disciplines et de cultures permet à chacun de trouver une pratique qui lui convient et qui l'aide à trouver sa place dans un groupe. Ces pratiques ne visent pas à dépasser l'autre mais à se dépasser soi-même. Elles permettent de s'exprimer et de partager ses émotions et ses opinions avec un public.

### **OBJECTIFS GENERAUX :**

Permettre l'accession à l'autonomie dans les conditions optimales de sécurité. L'autonomie dans les différentes techniques servira de déclencheur aux initiatives de chacun et permettra ainsi de progresser selon ses propres buts artistiques.

L'école comprend différents groupes d'âges :

- les 4-5 ans
- les 6-7 ans
- les 8-12 ans
- les ados-adultes



Une pédagogie différenciée est appliquée lors de ces cours mais il n'y a pas de groupe de niveaux. En revanche des stages spécifiques débutants et avancés sont parfois mis en place pour permettre aux élèves de se perfectionner. Pour arriver au niveau que les élèves souhaitent atteindre, l'intervenant veillera à entretenir la motivation (indispensable aux progrès et à la personne) en les mettant en situation de réussite par des exercices évolutifs, collectifs, ludiques et valorisants.

Des journées portes ouvertes sont organisées en début d'année pour permettre aux enfants et aux parents de découvrir les conditions de fonctionnement de l'école de cirque. Les enfants ne sont inscrits qu'après une ou deux séances d'essais. L'intervenant est disponible avant et après les cours pour répondre aux éventuelles questions. Les parents ont les numéros de téléphone de l'encadrant. Ceux qui le souhaitent peuvent assister à quelques séances pour s'assurer du bien-être des enfants.

Le projet pédagogique est consultable sur [www.regarts-de-cirque.com](http://www.regarts-de-cirque.com)

Chaque année à l'inscription un certificat médical est exigé pour connaître les éventuelles contraintes physiques des élèves et en tenir compte dans les pratiques proposées.

Les séances débutent toujours par un échauffement pour limiter les risques de blessures. Les élèves sont parés par l'encadrant pour les premières tentatives et les exercices risqués (il peut être secondé par des membres bénévoles sur certaines séances). Les élèves sont eux même formés aux parades pour développer l'autonomie et les relations entre eux.

La culture artistique fait partie de l'enseignement de l'école, des spectacles sont conseillés et certains arts sont mêlés de façon ponctuelle aux ateliers.

## PROJET D'ACTIVITE



### Objectifs généraux :

Développer l'autonomie, le respect, l'entraide, la capacité d'adaptation, l'acquisition de techniques, les pratiques d'expression et de mise en scène, la connaissance des arts et l'envie de partager ces connaissances avec autrui...

### Objectifs spécifiques :

- construire des repères spatio-temporels d'ordre corporel, visuel et auditif
- coordonner des actions de plus en plus complexes (successivement ou simultanément)
- savoir composer un enchaînement
- assumer son corps dans ou devant un groupe
- rechercher un rapport mouvement/musique pour renforcer les effets scéniques
- jouer un rôle face à autrui
- savoir regarder, analyser et apprécier un spectacle
- développer la culture des Arts du Cirque sur notre secteur géographique

### Modalités de mise en œuvre :

Les objectifs sont fixés en fonction :

- des capacités physiques et du niveau de départ de l'élève
- de sa disponibilité, ses motivations et ses attentes

Pour atteindre ces objectifs, l'intervenant veillera à apporter aux élèves une connaissance des techniques, des tendances et des événements liés aux disciplines choisies (convention, spectacles, stages, camps itinérants en monocycle,...).

Il proposera une pratique de la discipline choisie dans un cadre sécurisé.

Les séances durent une heure pour les 4-7 ans et 1h30 ou 2 heures pour les 8 ans et plus. Le nombre d'élève est limité de 6 pour les 4-5 ans, à 12 pour les 8-12 ans.



L'école de cirque a établi une trame modulable selon différents critères (durée des séances, âge, capacités et motivations des élèves) :

Sur une séance :

- échauffement et relaxation (qui débutent et clôturent chaque séance)
- ateliers tournants permettant la découverte de plusieurs techniques
- approfondissement de l'une d'entre elles, seul ou à plusieurs
- éventuellement préparation d'un numéro parfois présenté devant les autres élèves
- retour sur la séance (ressentis, requêtes, nouvelles envies, informations diverses, ...)

Sur l'année :

- premier trimestre : découverte des différentes disciplines de cirque
- deuxième trimestre : approfondissement de l'une d'entre elles
- troisième trimestre : préparation du spectacle de fin d'année

Les cours sont assurés par un intervenant spécialisé, titulaires des diplômes :

- BPJEPS Cirque
- BIAC (Brevet d'Initiateur aux Arts du Cirque)
- PSC1, BAFA, Directeur d'ACM (Accueil Collectif des Mineurs)

Il travaille exclusivement à l'enseignement des Arts du Cirque depuis plusieurs années. L'école dispose d'une salle permanente bien équipée et d'un gymnase sur quelques créneaux horaires, pour pratiquer un large champ d'activités (acrobatie, équilibre, aériens, expression, jonglerie).

Des réunions informelles ont lieu au moins une fois par an avec l'intervenant, le bureau de l'association, des parents et des élèves afin d'évaluer le travail effectué et d'envisager d'éventuelles modifications pédagogiques.

### ***L'acrobatie :***

Véritable base du cirque, elle permet par un travail d'appuis, de sauts et de rotation, de mieux connaître et maîtriser son corps, ces notions sont abordées tout au long de l'année.

Lors d'ateliers spécifiques, l'intervenant varie la position du matériel d'acrobatie (tapis, cube et triangle), des exercices de contre-haut et de contre-bas permettent d'acquérir plus facilement certaines techniques comme les roulades par exemple. Par contre, les portés acrobatiques qui demandent de la force et beaucoup d'attention sont abordés plus tard dans l'apprentissage. Mais certains jeux existent où le rapport à l'autre est déjà présent.

### ***Les équilibres sur objets :***

Dans cette discipline, le but est de tenir et de se déplacer sur une boule, un fil, une planche à rouleau, un monocycle, des échasses.

Mais avant de monter sur ces objets, les élèves passent tout d'abord par un échauffement spécifique quelque soit l'âge (exemple : sollicitation des articulations des membres inférieurs, parcours en hauteur).

Pour les plus petits, des éducatifs comme les pédalettes ou les bascules constituent une première étape avant d'utiliser un monocycle ou une planche à rouleau.

En plus des différentes notions d'équilibre, les élèves apprennent à se parer, des jeux de confiance leur sont proposés.

### ***La jonglerie :***

Durant la saison, nous proposons de manipuler des objets avec différentes parties du corps, cela peut être aussi bien des éléments du quotidien (bouteille, raquette, bol,...) que des objets plus classiques tels que diabolo, balle, anneau, bâton du diable ou foulards pour les plus jeunes. Elle améliore entre autre la coordination, la dissociation, les notions d'espace/temps.

C'est une discipline qui se pratique également à plusieurs, la notion d'échange est intéressante. Par exemple, nous proposons aux élèves de former plusieurs duos et de se lancer soit des balles, soit des anneaux, soit des bâtons fleurs face à face, côte à côte ou l'un derrière l'autre.

### ***L'expression et le clown :***

Au travers de mises en situations clownesques variées (des plus simples aux plus absurdes), lors de cours et lors de spectacles, « les clowns en herbe » développent leur imagination, leur créativité et leur personnalité.

Cet acte de libération doit s'accompagner d'un apprentissage des règles du spectacle : respect du public, de ses partenaires.

### ***Les aériens :***

Riches de disciplines impressionnantes comme le trapèze, le cerceau et le tissu aérien, ils offrent des sensations fortes en toute sécurité grâce aux parades de l'intervenant et à la mise en place d'une épaisseur de tapis réglementaire.

Des exercices ou jeux sont proposés, comme de s'accrocher à la barre du trapèze avec les mains et de se balancer sans que les pieds touchent le sol, c'est un premier contact avec l'objet.

Nous n'obligeons pas l'élève à monter sur la barre en position assise ou debout, cela peut arriver qu'un enfant refuse, la peur du vide le bloque.

Afin de contourner cela, l'intervenant varie les jeux de confiance, habitue les élèves à avoir la tête en bas, le jeu de la tomate en est un bon exemple.

Les trapèzes ne peuvent malheureusement pas être installés dans toutes les salles pour des raisons techniques des raisons de responsabilités et de réglementation.

## Démarche artistique :

En cours d'année, les élèves commencent à s'habituer au public en passant les uns devant les autres.

Certaines séances leur permettent de prendre conscience de points importants à respecter pour un spectacle :

- Avant :
- choix d'une musique adaptée au numéro
  - un costume en fonction du thème du spectacle
  - répéter en costume sur le lieu de la représentation pour prendre ses repères (lumières, hauteur de plafond, superficie, nature du sol,...)
  - préparer son matériel en coulisse
  - connaître l'ordre de passage
- Pendant :
- rester vigilant au placement par rapport au public
  - suivre les temps forts de la musique
  - rester silencieux en coulisse et dans le public
- Après :
- ranger son matériel
  - faire un bilan des ressentis et des observations

Ces séances donnent aux élèves l'occasion d'avoir un rôle d'observateur, d'aiguiser leur sens critique et d'améliorer leurs propres numéros.

En fin d'année, l'école propose un grand spectacle présenté devant la famille et les amis car si le cirque passe par des apprentissages physiques et techniques, il est aussi un Art du spectacle ce qui inclut l'expression et la présentation d'une partie des acquis devant un public. Il incombe à l'intervenant et aux bénévoles qui l'entoure ce jour là, d'aider les élèves à trouver leur place dans cet événement (sur scène et/ou autour : préparation du spectacle, barrière, décor...).

Tout au long de l'année, les élèves qui le souhaitent peuvent participer à différents événements et animations proposés par l'association : Téléthon, Printemps des associations, fêtes de villages, spectacles pour comités d'entreprises et établissements scolaires.

Numéro SIRET : 50048990100040

code NACE : 9499Z

N° Agrément Jeunesse Education Populaire : 12JEP151 2012

