

# Le cirque à l'école

A stylized illustration of a yellow tiger leaping over a red and yellow flame. The tiger is in a dynamic, mid-air pose, facing right. The flame is composed of several pointed, flame-like shapes in red and yellow, with a white outline. The entire illustration is set against a white background.

Cycle 1



Serge LEVAUFRE  
Conseiller pédagogique E.P.S  
Circonscription de Caen-Est



## Activité cirque ou arts du cirque ?

« C'est une activité d'exploit, de prouesse, d'expression visant à déclencher l'émotion du spectateur en quête de fantastique, d'exceptionnel, d'extraordinaire. Activité laissant une grande part à l'imagination et au rêve. »

**Guide de l'enseignant tome 2.**

« Le cirque, c'est vivre des émotions contradictoires pour soi et pour les autres ... C'est le bonheur de pénétrer un monde magique, féerique, irréel. »

**A. SIMON revue E.P.S 1 n° 97 avril/mai 2000.**

Ainsi, avant d'être une activité sportive, le cirque est une activité d'expression dans laquelle la communication, l'émotion passe par l'engagement de son corps. Pratiquer l'activité cirque c'est mettre en avant l'expression et une forme d'art originale.



## Les idées forces

- Recherche de l'exploit sportif : Les techniques de cirque permettent de satisfaire le désir d'action et de mouvement de l'enfant, de structurer ses conduites motrices.
- La motivation et le plaisir comme moteur de l'apprentissage : Les activités sont porteuses de sens et s'inscrivent dans un projet individuel et collectif.
- Développement des valeurs relationnelles et sociales : Coopération, entraide, confiance en soi et en l'autre.
- Mise en place d'un projet E.P.S inscrit dans un projet pluridisciplinaire.
- Activités multiples mêlant la performance physique, l'expression, la communication.



## Les enjeux

- Augmenter les capacités corporelles :
  - Améliorer les capacités perceptives : vitesse, profondeur, attention visuelle, perception kinesthésique.
  - Améliorer les aptitudes physiques : tonicité, force, souplesse, équilibre du corps, motricité fine.
- Développer des aptitudes cognitives : compréhension, mémorisation, créativité et recherche d'originalité.
- Développer des aptitudes affectives et relationnelles : prise de risque, entraide, coopération, entraînement à l'esprit critique, élaboration d'un projet collectif.



## Les problèmes posés

- Passer d'une motricité de bipède à une motricité inhabituelle d'exploit et d'émotion.
- Produire et reproduire des formes corporelles remettant en cause l'équilibre.
- Avec ou sans objet, poser des problèmes de coordination, de dissociation segmentaire, d'équilibre, de souplesse, d'adresse.
- Mettre en place une symbolique gestuelle dans le but de communiquer des émotions aux spectateurs.

## Les compétences mises en jeu dans les disciplines autres que l'E.P.S

	Cycle 1	Cycle 2	Cycle 3
<b>Compétences transversales</b>			
Coopérer	x	x	x
Imaginer, créer des histoires, des situations	x	x	x
Etre sensible à des valeurs esthétiques	x	x	x
Participer à un projet	x	x	x
Manifester son besoin de créer		x	x
Etre capable d'un effort de rigueur dans la présentation d'une réalisation.		x	x
Se montrer curieux, inventif			x
Savoir organiser son travail dans le temps			x
<b>Lecture</b>			
Identifier les différents supports d'écrits	x	x	
Utiliser une BCD		x	x
Résumer sommairement un texte lu		x	
Exprimer l'idée évoquée par un texte et en restituer les données essentielles			x
<b>Production d'écrits</b>			
Production de textes simples dictés à l'adulte	x		
Ecriture de plus en plus autonome		x	
Rédiger de façon simple et organisée un compte-rendu de lecture			x
Noter les informations recueillies au cours des lectures			x
Rédiger une affiche, une invitation, une lettre, ...		x	x
<b>Traitement de l'information</b>			
Elargir ses sources d'information ,être capable de rechercher des informations		x	
Restituer et organiser les informations réunies		x	
Etre capable de rechercher une information, de l'analyser			x
Sélectionner les informations utiles et les organiser logiquement			x
Exposer l'information recueillie, faire un compte-rendu			x
<b>Vocabulaire</b>			
Mémoriser et utiliser à bon escient dans son contexte un vocabulaire précis		x	x
<b>Arts plastiques</b>			
S'exprimer sur une oeuvre	x		
Se familiariser avec les œuvres d'art		x	
Se constituer une première culture artistique			x
Rechercher dans l'environnement des objets,des images sources de production	x	x	x
Constituer un musée de classe	x	x	x

	Cycle 1	Cycle 2	Cycle 3
<b>Technologie</b>			
Utiliser des matériaux courants, des techniques de fabrication élémentaires	<b>x</b>		
Imaginer et construire des objets technologiques		<b>x</b>	
Elaborer un projet de fabrication et le réaliser			<b>x</b>
Utiliser des objets techniques simples : appareil photo, caméscope, ...		<b>x</b>	<b>x</b>
<b>Musique</b>			
Exploration gestuelle de mieux en mieux maîtrisée d'objets sonores	<b>x</b>	<b>x</b>	<b>x</b>
Inventer des musiques	<b>x</b>	<b>x</b>	<b>x</b>
Chanter	<b>x</b>	<b>x</b>	<b>x</b>
Participer à des activités instrumentales	<b>x</b>	<b>x</b>	<b>x</b>
<b>Production d'écrits</b>			
Production de textes simples dictés à l'adulte	<b>x</b>		
Ecriture de plus en plus autonome		<b>x</b>	
Rédiger de façon simple et organisée un compte-rendu de lecture			<b>x</b>
Noter les informations recueillies au cours des lectures			<b>x</b>
Rédiger une affiche, une invitation, une lettre, ...		<b>x</b>	<b>x</b>

## Les compétences mises en jeu en E.P.S en Maternelle

<i>Compétences spécifiques</i>	<i>Compétences transversales</i>
<b>Réaliser une action mesurable</b>	<b>S'engager dans l'action</b>
Courir, sauter, lancer :	dans des environnements proches et aménagés.
de différentes façons	dans des milieux et avec des matériels, objets, accessoires variés.
Dans des espaces, avec des matériels variés	Dans le respect des règles de jeu et de sécurité définies
Pour pouvoir mesurer son action ou son résultat	Eprouver, ressentir, accepter des sensations motrices inhabituelles, des émotions.
<b>Se déplacer dans différents types d'environnements</b>	<b>Construire un projet d'action individuel ou collectif.</b>
dans des formes inhabituelles remettant en cause l'équilibre	Proposer des actions à faire (jeux, ateliers, ...) avec l'aide de l'enseignant.
dans des environnements proches .	Imaginer, créer des situations, des histoires, des jeux, un spectacle à montrer ou à faire vivre aux autres.
Dans des environnements étrangers et incertains.	<b>Identifier et apprécier les effets de l'activité.</b>
Avec ou sur des engins instables	Prendre et apprécier des indices simples et peu complexes.
Sur ou dans des milieux instables	Prendre conscience des caractéristiques de l'activité corporelle à partir de sensations, d'émotions
<b>Coopérer et s'opposer individuellement ou collectivement</b>	Comprendre comment réaliser des actions spécifiques
S'opposer individuellement à un adversaire.	Prendre des repères dans l'espace et dans le temps.
Coopérer avec des partenaires et s'opposer collectivement à un ou plusieurs adversaires	Prendre en compte le résultat de son action
<b>Réaliser des actions à visée artistique, esthétique ou expressive</b>	Ajuster ses actions en fonction des buts visés.
Exprimer corporellement des images, des personnages, des sentiments, des états, ...	Mesurer les risques pris ou à prendre
Communiquer aux autres des sentiments ou des émotions.	Moduler son énergie
S'exprimer de façon libre ou en suivant un rythme simple, musical ou non, avec ou sans matériel.	Etre sensible à des valeurs esthétiques ou expressives.
	Savoir apprécier l'action des autres comme spectateur, juge ou arbitre.
	<b>Se confronter à l'application et à la construction de règles de vie et de fonctionnement collectif</b>
	Adapter ses comportements dans des situations où l'on n'est pas seul.
	Participer activement à des actions collectives
	Respecter le rythme et les règles de la vie collective.
	Respecter des règles simples de jeu, de sécurité
	Respecter les règles de protection de l'environnement, d'hygiène.
	Prendre en compte sa santé et celle des autres.



### **Activités de manipulation : jonglages**

Ces activités nécessitent beaucoup de patience et d'entraînement. L'enfant doit donc être placé en situation de réussite. Privilégier pour les moins experts des objets légers ne rebondissant pas et ne roulant pas.

- balles, sacs de graine, balles en mousse.
- plumes de paon
- foulards
- massues
- assiettes chinoises
- diabolos

### **Acrobaties**

- roulades
- sauts
- trampoline

### **Equilibres**

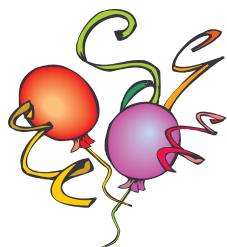
- sur engin : poutre, fil de fer, bancs, boule, monocycle, rolla bolla, ...
- acrosport

### **Activités artistiques, d'expression**

- clownerie
- danse
- mime



## Activités de manipulation : vers le jonglage.



### Avec des ballons de baudruche

#### *Jouer avec l'objet :*

**Jouer avec des ballons 1 :** Un ballon par enfant, un support musical.

- Taper le ballon en changeant de direction.
- Taper le ballon avec toutes les parties du corps.
- Choisir 3 points de contact et respecter l'ordre choisi.
- Maintenir le ballon en contact avec le corps (sans les mains).
- Échanger le ballon avec un partenaire.

**Jouer avec des ballons 2 :** Un ballon pour 2, support musical.

- Le ballon est bloqué entre les deux partenaires : se déplacer sans faire tomber le ballon.
- Se lancer le ballon en variant les positions de réception : debout, assis, en tournant, ...
- Réceptionner le ballon en reproduisant la position de l'autre.

**Jeux :** balles brûlantes, relai-jonglage.

#### *Imaginer autour de l'objet :*



**Multiplier la gestuelle :**

- Se passer le ballon en utilisant un objet intermédiaire : corde, bâton, anneau, cerceau, ...
- Essayer au moins 3 objets différents.
  
- Présenter les mouvements aux autres.
- Expérimenter les découvertes des autres.

**Transformer l'objet :**

- Imaginer que la ballon devient autre chose.  
     une planète, une bulle, une orange  
     lourd/léger : l'haltérophile.  
     mobile/immobile.
  
- Avec d'autres objets.  
     bâton : paille de bulle.  
     ruban : vaisseau autour des planètes.  
     voile, foulard : soleil sur la mer.

***Créer à partir de l'objet (vers un numéro de cirque).***

Par groupe de 4 ou 5 :

- Sélectionner des actions découvertes lors des précédentes situations.
- Imaginer une mise en scène.
- Inventer une « histoire » pour le numéro.
- Inventer un exploit, un défi.

*ex. : L'haltérophile :*

*Un bâton, 2 ballons*

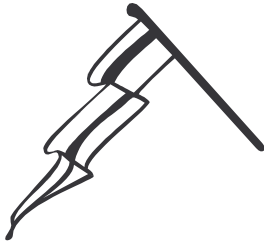
*Mimer l'effort.*

*Jeu avec partenaire qui lance des ballons sur l'haltérophile.*

...

Collectivement :

- Choisir des éléments dans chaque numéro en vue de la mise au point d'un numéro pour le spectacle.
- Langage
- Travail graphique sur le schéma corporel.



## Avec des rubans

### *Jouer avec l'objet :*

#### **Manipuler le ruban :**

- faire voler le ruban.
- changer de main
- se déplacer.
- utiliser tous les plans : frontal, aérien, sagittal.
- utiliser tous les niveaux : haut, bas.

#### **Pas debout :** (jeux de création. CPD EPS Mars 2001)

But : Trouver des positions au sol variées, l'engin est toujours en mouvement.

- Choisir un engin. Se déplacer avec lui sans se mettre debout en le maintenant toujours en mouvement. Individuellement puis à deux.
- Trouver 3 positions différentes à présenter.

#### **Les vagues :**

But : dessiner avec le ruban les vagues de la mer.

- Dessiner les vagues quand la mer est calme et quand elle est agitée.
- Faire des ondulations plus ou moins amples avec le ruban.

### *Imaginer autour de l'objet :*

#### **Imaginer :**

Imaginer que le ruban est : un papillon, un fouet, un lasso, un serpent, un tourbillon, un zig-zag.  
Montrer ses découvertes aux autres.

#### **Le serpent dans la forêt :**

But : dessiner des serpents au sol avec le ruban.

- Le serpent bouge de la tête à la queue, il se réveille et se déplace de plus en plus vite.
- Il se déplace dans la forêt entre les branches et les arbres.
- La classe est divisée en 2 : un groupe marche dans la forêt, un autre dessine les serpents

au sol. Les promeneurs cherchent à éviter les serpents en les contournant, en sautant par-dessus, en courant ... **11**

### **Le chef d'orchestre :**

But : Faire comme le chef d'orchestre.

- Chacun devient meneur de jeu à son tour.
- Créer des gestes, des déplacements, les autres imitent.

### **Les devinettes :**

But : dessiner une forme proposée par le maître.

- L'enfant n°1 choisit une des formes tracées par le maître et la dessine avec son ruban.
- L'enfant n°2 observe, donne le chiffre de la bonne figure (ou il la montre).

### **Le cerf-volant :**

But : traverser un espace délimité en évitant que le ruban ne touche le sol.

- Les groupes 1 et 2 démarrent, traversent l'espace le plus rapidement possible en se croisant, en faisant voler le ruban.

### ***Créer à partir de l'objet :***

Réinvestir les gestes réalisés pendant la phase d'exploration.

- Créer un numéro d'acrobatie : faire voler le ruban en tenant compte des obstacles.
- Les dompteurs : créer un numéro de domptage en utilisant le ruban comme un fouet.



## Avec des foulards et des balles

### *Jouer avec l'objet :*

#### **Jouer avec des foulards sans les lâcher :**

- courir en tenant les foulards à différentes hauteurs.
- faire tourner les foulards au bout des bras.
- croiser, décroiser sans les lâcher.
- tourner sur soi-même, foulards tenus, bras tendus.

#### **Jouer avec des foulards en les lâchant :**

- lancer un foulard, le rattraper avec l'autre main, sur la tête, sur le visage ou sur le pied.
- lancer simultanément ou l'un après l'autre 2 foulards : en colonne ou en les croisant, les rattraper.
- décrire un cercle avec un foulard : le lancer main gauche, le récupérer main droite et vice-versa.

#### **Autres situations :**

- lancer un ou deux foulards au dessus de la tête, les rattraper après avoir effectué un demi-tour ou un tour complet.
- jongler avec un camarade en échangeant une balle avec un foulard.
- par 3, un foulard par groupe : le 1er court avec le foulard vers le 2ème qui le rattrape au vol et court à son tour vers le 3ème.
- en cercle, se passer les foulards.

### *Imaginer avec l'objet :*

#### **Utiliser d'autres objets pour manipuler le foulard :**

- ballon
- bâton
- corde

#### **Imaginer des situations :**

- la cape du torero
- la serviette de toilette
- la nappe que l'on secoue
- la voile d'un bateau

**Inventer une « histoire » à partir d'une situation imaginée.**

**13**

Présenter par groupe les histoires ainsi créées.

***Créer à partir de l'objet :***

**Sélectionner des actions découvertes auparavant pour créer un numéro de cirque :**

Les critères de choix : variété, difficulté.

**Combiner les situations de jonglage avec des situations d'équilibre, d'acrobatie, d'expression ou avec des situations de jonglage utilisant un autre engin.**

# Activités d'équilibre

14



## Remettre en cause son équilibre

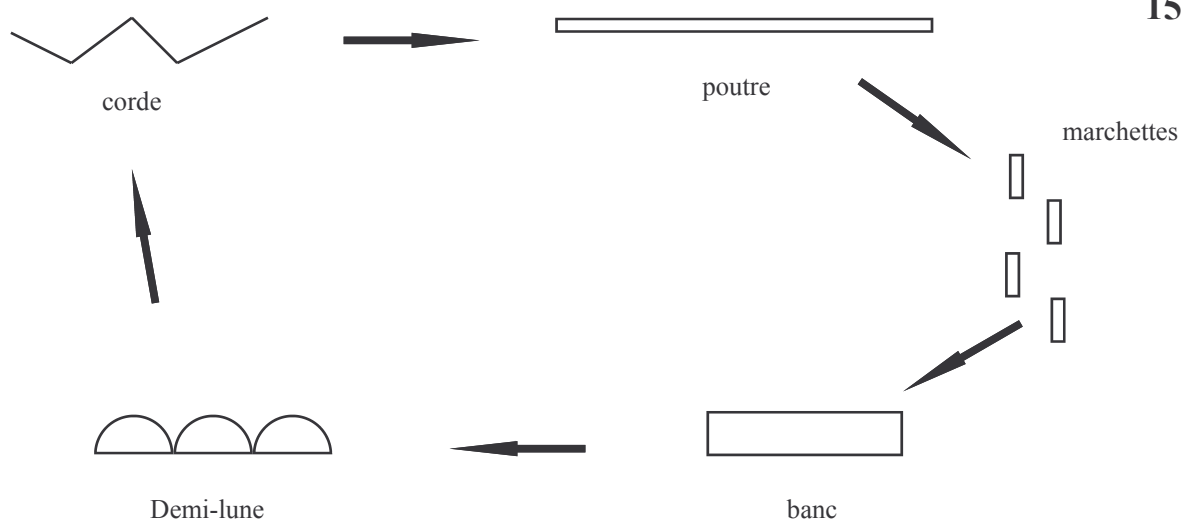
*Ateliers d'équilibre : poutre, corde, marchette, banc, échasses.*

Situation 1 : Séance diagnostique.

Par ateliers

Situations d'apprentissage	Compétences visées	Dispositif
Atelier N°1	Se déplacer en gardant son équilibre	La poutre : se déplacer comme on veut. La corde : marcher sur une corde en suivant le tracé de celle-ci.
Atelier N°2	Se déplacer en gardant son équilibre	La planche à roulettes : se déplacer de différentes façons
Atelier N°3	Maintenir son équilibre	Planche d'équilibre (un point fixe): Se tenir en équilibre malgré le mouvement de l'engin.
Atelier N°4	S'équilibrer	Demi-lune : idem

Situation 2 : S'équilibrer sur un support stable, se déplacer et se maintenir en équilibre.  
Mise en place d'un « parcours d'aventure ».



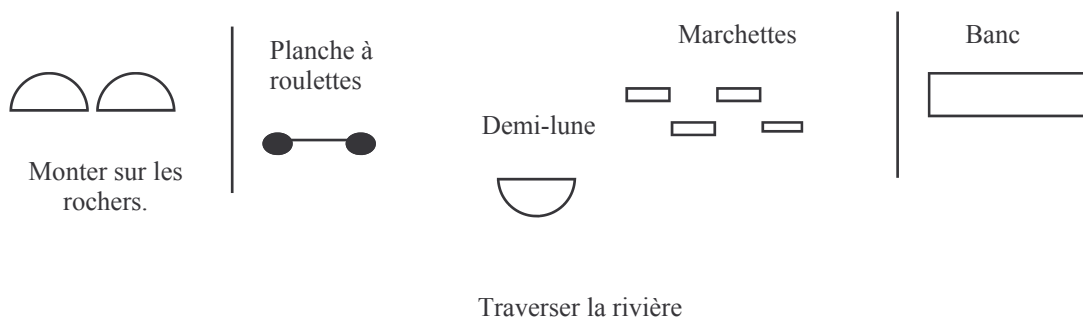
Ateliers	variantes	Compétences
Corde : se déplacer en suivant la corde.	2 pieds 1 pied	Se déplacer en équilibre. Maintenir l'équilibre.
Poutre : se déplacer, s'arrêter.	Debout À genoux Avec un objet S'arrêter	Se déplacer puis maintenir l'équilibre avec et sans objet.
Marchettes : franchir la rivière.	Marchettes à plat Marchettes à champs	Se déplacer en équilibre.
Bancs : marcher sur le banc.	Debout En arrière En pivotant S'asseoir, se relever, s'accroupir	Se déplacer et effectuer des actions motrices simples.
Demi-lunes : se déplacer.	Passer de l'une à l'autre : Debout Sans s'aider des mains.	Se déplacer

Ateliers	Objectifs	Consignes
Demi-lune	Se déplacer, S'équilibrer	Se déplacer comme on veut pour franchir plusieurs demi-lunes.
Planche à roulettes	Se déplacer et se rééquilibrer	Dans toutes les positions et maintenir son équilibre.
Echasses	Se déplacer et franchir un obstacle.	Se déplacer, franchir une corde au sol, franchir un petit obstacle.
Trampoline	Sauter en s'équilibrant.	Sauter comme on veut d'un pied sur l'autre en tenant un objet.

**Imaginer, créer**

**Situation 1 : Mettre en place un parcours mêlant équilibres sur supports stables et équilibres sur supports instables en fonction de « l'histoire » inventée par les enfants.**

Exemple : La rivière: Comment traverser une rivière ?







Poutre



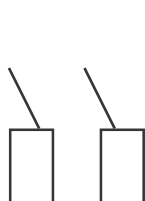
Bancs, tables



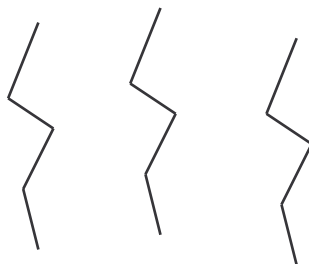
Trampoline

Exemple : Les serpents : Comment traverser une fosse à serpents ?

Passer par-dessus les cordes avec les échasses.



Echasses



Cordes-serpents

- Varier les situations en :**
- **transportant des objets.**
  - **marchant en arrière (quand c'est possible !)**
  - **L'effectuant à 2.**

**Situation 2 : Créer un numéro de cirque à partir des compétences travaillées précédemment.**

Emboîter les situations mises en place .

## Vers un numéro « équestre » : la patinette

### *Jouer avec l'engin :*

**Situation 1 :** Parcourir une distance de 20 mètres en poussant d'une jambe. Changer de jambe.

**Situation 2 :** Se propulser et s'équilibrer :

- rouler, prendre de la vitesse et maintenir les deux pieds sur le plateau le plus longtemps possible.

**Situation 3:** S'arrêter : rouler et s'arrêter à un endroit précis :

- en descendant de la patinette.
- en freinant avec le pied.

**Situation 4 :** S'équilibrer et piloter :

- suivre un tracé au sol.
- en ligne droite dans un couloir matérialisé.

**Situation 5 :** Affiner le pilotage en renforçant les sensations au niveau des membres inférieurs :

- slalomer entre les plots.
- passer sous un élastique.
- passer sur une planche à bascule.

**Situation 6 :** Jeux :

- à 2 sur l'engin.
- course-relai.

### *Imaginer :*

**Situation 1 :** Après avoir travaillé en classe sur les postures et les allures du cheval, imaginer que l'on chevauche un cheval à la place de la patinette.

- Le cheval se cabre.
- Le cheval part au galop
- Le cheval trotte
  
- Le cavalier passe de chaque côté du cheval
- Le cavalier lève un bras.
- Le cavalier lève une jambe.

***Rechercher des postures allant vers l'exploit, le spectaculaire.***

**Situation 2 :** A deux sur la patinette.

Le passager utilise un engin : ruban, ballon, ...

### *Créer un numéro :*

Enchaîner les actions découvertes.

Mettre en place un tableau avec plusieurs patinettes.