

## PENSE BETE

### DISPERSION

- [JOUONS A «JE DIS MON PRENOM » \(« LE DECOMPTE »\)](#)
- [Se suivre/ se contourner/ couper la ligne](#)
- [Occuper tout l'espace \(combler les vides\)](#)
  - [Occuper tout l'espace « empreinte »](#)
  - [Occuper tout l'espace « empreinte déplacement »](#)
- [Echanger sa place par le regard \(à l'arrêt\)](#)
  - [Idem mais avec balle \(je lance la balle et tu la rattrapes \(changement de place\)](#)
  - [Idem avec balle et en mouvement \(vision périphérique\)](#)
- [La filature](#)
  - Espion : 1 puis 2
  - [Usain Bolt](#)
  - [Triangle isocèle](#)
- [La chenille](#) vers la [chenille infernale](#)
- [Séparons nous](#)
  - Nombre
  - [Contact](#)
  - [Acrobates](#)
  - [Photos](#)
- [Stop action](#)
  - Partage des pouvoirs
  - [Idem sans parler](#)
  - Partage des pouvoirs par groupe
  - Idem avec balle
  - [Si l'un de nous s'arrête](#)
- [LE TOUS SAUF UN](#)
  - Création de Tous sauf 1 avec balles et 2 sans balles

### CERCLE création

- [Clap énergie \(simple puis rebond\)](#)
- [Jeu d'acteur « ouch waouh yes ! »](#)
- [Et si c'était](#)
- [Harry Potter](#)
- [Tchek](#)
- [jeux de coordination](#)
- [jeu de rythme Haka](#)
- [Pas de bruit puis faire danser la balle sans bruit](#)
- [L'important ce n'est pas la balle](#)
  - Signe (langue des signes)
  - Voisin
  - Pointer balle avec la main qui va recevoir
  - Avec les deux doigts
- [Tic-tac hip hop](#)
- [Prénom de jongle - unisson des prénoms](#) etc.
- Je tu nous vous eux

# LES SITUATIONS DE MISE EN DISPONIBILITE EN ARTS DU CIRQUE VERS LA JONGLERIE

Certains parlent d'échauffement, nous préférons les appellations « mise en disponibilité » plus significatives de cette phase très importante aussi bien du point de vue psychologique que du point de vue physiologique.

Il s'agit de

- A- Rendre le corps disponible
- B- Se rendre disponible aux autres
- C- Se préparer mentalement à ce qui va suivre dans la leçon :
  - Développer une manipulation spécifique (individuelle ou collective)
  - Créer de nouvelles manipulations
  - Accepter de se montrer, de regarder ; faire pour être vu, épater, surprendre, communiquer

On parle d'une « mise en état de création et de jongle », l'objectif poursuivi étant d'apprendre à être à l'écoute des autres tout autant qu'être prêt à jongler.

**Exemple** : Le jeu « clap énergie » permet de se rendre disponible corporellement tandis que le jeu « regroupons-nous » permet de s'organiser collectivement pour répondre à une consigne alors que le jeu « la balade du clown » met l'accent sur l'imaginaire et l'oser créer.

Cette phase est guidée pour permettre une véritable préparation à la future activité créative en développant un travail d'écoute et d'ouverture aux autres favorisé par des jeux d'interdépendance de plus en plus complexes.

La règle essentielle est **l'adaptation au contenu et donc à l'activité support**. Elle doit permettre de construire **une continuité** au sein de la leçon.

Lors de cette mise en disponibilité il semble intéressant en activités circassiennes (jongle) comme dans les autres activités physiques de travailler sous la forme de « jeux ritualisés » ...

Attention cependant, contrairement aux rituels traditionnels (non immuables), les jeux ritualisés peuvent évoluer de séances en séances afin de permettre une meilleure adaptation aux contenus et à l'évolution des élèves.

## 1- Les fonctions du « jeu ritualisé »

Le jeu ritualisé aide à mobiliser l'attention des enfants qui viennent de changer de lieu d'activité.

L'idée de rituel implique la répétition d'une même situation.

Ce jeu peut se trouver en début ou en fin de séance. Dès lors il aura des rôles différents (mise en disponibilité... retour au calme)

Cette répétition est source de plaisir.

Toutefois, afin que le jeu ritualisé ne se vide pas progressivement de son sens, il est nécessaire de le faire évoluer en fonction des différents objectifs fixés et de l'âge des élèves.

***D'une manière générale, les jeux ritualisés permettent à la classe de « rentrer dans l'activité » et de « créer des conditions motrices et d'échanges favorables aux jeux ».***

La mise en disponibilité revêt pour nous trois grandes fonctions

- **La mise en disponibilité corporelle**, concentration sur soi: préparer son corps à la pratique, découvrir et se centrer sur les sensations, les possibles de son corps...
- **La mise en disponibilité aux autres** : se préparer progressivement à travailler avec les autres (futur partenaire ou futur spectateur) Entrer dans un travail avec (comme, différemment) et devant quelqu'un...
- **La mise en disponibilité à l'activité** : entrer en création bien plus qu'en mouvement.
  - Développer une manipulation spécifique (individuelle ou collective)
  - Créer de nouvelles manipulations
  - Accepter de se montrer, de regarder ; faire pour être vu, épater, surprendre, communiquer

# RENDRE DISPONIBLE SON CORPS

## (Se préparer à la diversité des manipulations)

Cette phase favorise une concentration sur soi:

- Préparer son corps à la pratique (diversité des manipulations)
- Découvrir et se centrer sur les sensations,
- Les possibles de son corps...

### JEUX DE COORDINATION (sans objet)

Quelques exemples :

Exemple 1

- Décroise : toucher son genou droit avec la main droite, le gauche avec la gauche puis le pied droit avec la droite et le pied gauche avec la gauche
- Croise : toucher son genou droit avec la main gauche, le gauche avec la droite puis le pied droit avec la gauche et le pied gauche avec droite
- Idem mais alterner une phase de croise puis une phase de décroise (Genou, genou, pied pied en décroise puis genou genou, pied, pied en croise)
- Idem mais alterner décroise genoux, croise pieds, croise genoux, décroise pieds
- Idem mais alterner : décroise genoux, croise pieds, décroise pieds, croise genoux
- Idem en se déplaçant
- Idem en se déplaçant en tournant

Exemple 2

- Un bras fait le geste main va en haut puis touche épaule, main va sur le côté puis épaule, main va en bas puis épaule, main côté puis épaule/ l'autre bras va en haut puis touche épaule et va en bas puis touche épaule.
- Idem avec déplacement de droite à gauche (type danse boîte de nuit)

### JEU DE RYTHME / « LE HAKA »

**Objectif** : travail de coordination, d'écoute du groupe, du rythme au service de la future manipulation spécifique

**But pour l'élève** : suivre le haka et le faire en rythme avec le reste des camarades

**Déroulement** : en cercle, les élèves suivent le leader (l'enseignant ou un autre élève). Celui-ci propose un premier rythme en tapant sur une partie d son corps (exemple avec les deux mains sur les genoux)

Au bout de 8 temps, l'enseignant désigne un autre élève qui propose sur le même rythme une autre partie du corps à frapper (ou par exemple taper du pied)

On fait alors deux fois le mouvement de l'élève 1 puis 2 fois celui de l'élève 2

Puis on ajoute un autre élève etc.

Exemple de phrase rythmique que l'on peut avoir

Genoux genoux, mains, mains, épaule (main droite sur épaule gauche), épaule (main gauche sur épaule droite), ventre, fesses, pieds pieds (on tape des pieds)

**Critère de réussite** : nous sommes à l'unisson

**Variante** :

- On augmente progressivement le tempo ou au contraire on ralentit le tempo ; on le fait en faisant le moins de bruit possible...
- On le fait en decrescendo

### Jouons à « PASSE PASSE »

**Objectif** : Manipulation spécifique

**But pour l'élève** : échanger une balle avec un ou des partenaires en respectant les contraintes de manipulation

**Déroulement** : Les joueurs son face à face et s'échangent une balle

**Critère de réussite** : Il n'y a aucune balle morte (balles perdues)

### Variantes :

- Latéralité : main droite/ main gauche
- Type de manipulation : patte de chat, entre les jambes, de dos
- Distance des passes : les élèves reculent d'un pas chaque fois qu'ils réussissent 8 passes sans perte de balle (pas de balles perdues, balles mortes...)

### Jouons au « CLAP ENERGIE »

#### Objectif :

- Travailler ensemble
- Coordonner des mouvements main droite, main gauche
- Coordonner son action avec un autre

**Déroulement** : En cercle, le maître est initiateur. Il frotte ses mains puis fait un geste vers l'élève à sa droite en faisant glisser rapidement sa main gauche sur sa main droite et en tendant très vite son bras droit (cela fait un petit bruit de frottement) L'élève transmet à son tour l'énergie à son voisin de droite.

#### Variantes

- Le meneur peut changer le sens pour transmettre le clap
- Les élèves peuvent varier le sens de transmission
- L'enseignant peut envoyer plusieurs claps énergie à la suite

### Jouons au « TAPE ENERGIE »

#### Objectif :

- Travailler ensemble
- Coordonner des mouvements main droite, main gauche
- Coordonner son action avec un autre

**Déroulement** : En cercle, le maître est initiateur. Il tape dans la main de son voisin de droite (il lui passe l'énergie). L'élève transmet à son tour l'énergie à son voisin de droite en lui tapant dans la main.

Se transmettre une « énergie » en se tapant dans les mains

#### Variantes

- Le meneur peut changer le sens pour transmettre le mouvement les élèves peuvent varier le sens de transmission
- L'enseignant peut envoyer plusieurs « tapes énergie » à la suite
- On est obligé de respecter le mode de transmission suivant : je passe l'énergie de ma main droite sur la main gauche de mon voisin (de droite)

**IDEM avec objets** (objets usuels de type cartons ou de sport ballons ou de jonglerie : anneaux, foulards, balles)

- Trouver de nouveaux moyens de se transmettre l'objet (l'énergie)

### Jouons à « PAS DE BALLE MORTES »

#### Objectif :

- Travailler ensemble
- Coordonner des mouvements main droite, main gauche
- Coordonner son action avec un autre
- Manipuler des objets variés de façons variées

**Déroulement** : En cercle, se transmettre une balle sans la faire tomber. (« une balle tombée est une balle morte ») Le jongleur passe à son partenaire de droite.

#### Variantes :

- SE donner la balle
- En se la lançant
- De plus en plus vite
- En variant les objets (objets divers de jonglerie, autres objets sportifs, cartons...)
- En mettant plusieurs objets en mouvement
- Se lancer la balle de façon variée : je ne dois jamais lancer comme mon partenaire de gauche)

- En changeant de sens
- ...

## **Jouons « AU CHAT ET LA SOURIS »**

### **Objectif :**

- Travailler ensemble
- Coordonner des mouvements main droite, main gauche
- Coordonner son action avec un autre

**Déroulement :** En cercle, une balle rouge la souris, une balle bleue le chat.

Un élève a la balle rouge (la souris). Un autre élève diamétralement opposé a la balle bleue (le chat). Les élèves doivent faire circuler les balles le plus rapidement possible en se les donnant de gauche à droite. Le but étant pour le chat de rattraper la souris mais pour la souris de ne pas être rattrapée par le chat

### **Variantes :**

- SE donner la balle
- Se lancer la balle
- En variant les objets (objets divers de jonglerie, autres objets sportifs, cartons...)
- ...

## **Jouons à « LA BALLE AU CENTRE »**

**Objectif :** Manipuler des objets

**Déroulement :** Avec 2 ou 3 balles. Un enfant est au centre du cercle formé par le groupe; il doit relancer les balles que lui lance le groupe.

### **Variantes**

- Le lancer de balle doit être précédé de l'appel de la personne par son prénom.
- Varier les modalités de lancer (attention il ne doit y avoir aucune balle morte = balles au sol perdues)
- Faire les passes avec rebond (ballon de basket)
- Idem avec plusieurs partenaires au centre
- ...

# SE RENDRE DISPONIBLE AUX AUTRES CREER ENSEMBLE / MANIPULER ENSEMBLE

## Jouons à « JE DIS MON PRENOM »

**Objectif** : partager un espace de pratique et favoriser une découverte de l'autre (interdépendance)

**Déroulement** : Chacun se déplace de manière aléatoire. Quand il le souhaite un élève annonce son prénom, puis un autre etc...

La règle du jeu est qu'il n'est pas possible de dire son prénom en même temps qu'une autre personne sinon on recommence à zéro. Le but est que l'ensemble des élèves est annoncé son prénom (sans le dire en même temps qu'un autre)

**Evolution** :

Si cela est trop dur (Dizaine d'essais non fructueux...) : s'arrêter lorsqu'on dit son prénom ; suivre la personne qui a dit le prénom pour pouvoir dire son prénom ; ...

Rajouter une expression dans la voix lorsque je dis mon prénom (Ex : je pleure, je suis en colère, je m'inquiète...)

« LE DECOMPTE » : Idem mais en annonçant des numéros (1 puis 2 etc... Les élèves se décomptent sans annoncer un chiffre en même temps qu'un autre)

## Jouons à « COMBLER LES VIDES » ou « OCCUPER TOUT L'ESPACE » :

**Objectif** : partager un espace de pratique et favoriser une découverte de l'autre

**Déroulement** : Les participants se déplacent en dispersion dans la zone définie.

Ils ne doivent pas se toucher et doivent toujours être en mouvement (il est interdit de s'arrêter tant qu'il n'y a pas eu de signal). Au signal, les participants doivent s'arrêter. Le but est d'occuper tout l'espace, il ne doit pas rester de vide.

Les participants reprennent leur déplacement après constatation des espaces laissés libres.

**Critère de réussite** : Il n'y pas de place pour un éléphant (!!!)

**Variantes** :

- Le meneur peut imposer le mode de déplacement : en marchant, en trottinant, en courant, en pas chassés, en canard...
- Le meneur peut varier l'espace de déplacement : plus grand, plus petit
- ...

**Pour réussir le secret est de** « se regarder les uns les autres... Pour mieux occuper les espaces libérés par les autres

Ce que je dois faire pour réussir :

- Je dois aller là où quelqu'un a libéré l'espace (prendre conscience de la place et du mouvement des autres)
- Ne jamais laisser un espace libre : être toujours en mouvement

**Variante « LES EMPREINTES »**

Idem mais pour me déplacer je dois aller là où quelqu'un vient de passer (je prends son empreinte : je vais là où il était au moment où je l'ai regardé)

**Variante « LES EMPREINTES DEPLACEMENT »**

Idem mais chaque élève se déplace d'une façon différente de la marche (soit il choisit un déplacement varié de type pas chassés, pas de géants, montée de genoux ; soit (et c'est plus intéressant) ils doivent se déplacer en trouvant une manière originale de se déplacer (exemple style mouvement de bras Claude François, style mouvements de bras disco, Pulp Fiction, Brice de Nice etc.)

Lorsque je vois un camarade et que je souhaite rejoindre son empreinte (aller là où il était au moment où je l'ai regardé) je dois me déplacer de la même manière que lui.

Une fois arrivé(e) à l'empreinte laissée par mon camarade, je regarde les autres élèves, je choisis un nouveau camarade et je vais rejoindre son empreinte en lui empruntant sa façon de se déplacer

## Jouons à « ECHANGEONS NOS PLACES ET NOS REGARDS »

**Déroulement** : Les élèves sont dispersés dans la salle afin d'occuper tout l'espace

Par deux, les élèves vont échanger leur place. Pour cela, il faut, en silence (je n'ai pas le droit d'appeler mon copain), et SANS UN SIGNE, accrocher le regard de son camarade pour pouvoir échanger nos places ; Lorsque l'on se croise on ne quitte pas des yeux et on continue à se regarder tant que l'on n'a pas atteint sa place.

**Variante** : idem mais cette fois-ci, une fois que j'ai accroché le regard de mon camarade :

- Je fais rouler ma balle au sol en direction de mon camarade, celui-ci la ramasse tout en se déplaçant vers moi et en me fixant toujours du regard
  - Je lance ma balle verticalement au-dessus de ma tête et mon camarade se déplace pour la rattraper (moi je prends sa place) ... Remarque autoriser un rebond avant de récupérer la balle, Ne pas passer à un camarade trop éloigné car il n'arrivera pas à temps et cela risque de provoquer des collisions
- Remarque 2 : commencer avec 2 ou 3 balles puis en ajouter progressivement

**Variante « LE REGARD PERIPHERIQUE**

- **Idem avec des balles** : 3 élèves ont une balle. Tous les élèves se déplacent. Lorsqu'il le souhaite un élève qui a la balle la passe à un autre élève qui le regarde (je ne peux pas passer à un camarade s'il ne me regarde pas)

**Variante** : « LE REGARD PERIPHERIQUE JONGLAGE » :

- Idem mais il est interdit de marcher avec la balle. Je ne peux marcher que si ma balle « danse » (elle vole, elle tourne, elle voyage en faisant des dessins dans l'espace...)
- Idem mais lorsque je trouve une façon originale de transmettre la balle, je trouve une façon originale pour la recevoir

## Jouons à « SE SUIVRE »

**Objectif** : partager un espace de création et favoriser une découverte de l'autre

**Déroulement** : Marche en dispersion et chaque fois que je croise quelqu'un je le suis. Puis je le quitte pour suivre quelqu'un d'autre.

**Pour réussir le secret est de** « ne pas suivre au hasard un camarade mais regarder tout autour pour choisir des camarades éloignés... ceci évitera d'avoir un groupe fermé et serré... »

**Remarque** : Les aléas de cette situation de mise en disponibilité favorisent une rencontre à l'autre et une désinhibition des élèves

**Variante** :

- Idem mais cette fois-ci il ne faut pas suivre un camarade mais il faut le contourner

**Variante** : « COUPER LA LIGNE »

- Idem mais cette fois si je coupe une ligne imaginaire entre deux camarades
- Exemple je vois Patrick et Sophie : je coupe une ligne imaginaire qui les relie entre eux
- Idem mais en coupant la ligne je fais un tour sur moi-même
- Idem mais en coupant la ligne je dis mon prénom

**Variante « LA RENCONTRE »** (d'après Bruno Armengol)

Se déplacer, s'arrêter face à face quand on croise quelqu'un, compter 3 secondes dans sa tête puis repartir.

**Evolution** :

Faire varier les ruptures, rester neutre, ajouter une expression, ...

**Variante « LE SALUT »** (d'après Bruno Armengol)

Se déplacer et saluer ceux qu'on croise.

Saluer de différentes façons, sans se parler.

Varié ses saluts : avec les mains, faire la bise, avec un chapeau, ...

Jamais deux fois le même salut.

**Evolution** :

- saluer l'autre sans le toucher,
- saluer l'autre en le touchant,
- rajouter une expression : Mimer un homme pressé, un vieil homme, un aveugle, avec un chien, ...

## Jouons à « LA FILATURE »

**Objectif** : partager un temps et un espace collectif de danse à partir de règles simples, ouvrir le regard

**Déroulement** : Chaque élève choisit un autre élève (sans le dire ; il doit le prendre en filature sans que celui-ci le devine) ...Les élèves doivent alors toujours se déplacer en conservant cet élève choisi dans leur champ de vision (« je dois toujours voir le danseur choisi sans me focaliser (regard central) sur lui »)

Attention la règle du jeu est qu'il est interdit de s'arrêter et de sortir de l'espace matérialisé.

Au signal de l'enseignant, je m'arrête et je montre l'élève que je surveillais en pointant mon index vers lui

#### **Variante**

- Idem mais en surveillant deux élèves en même temps
- Idem mais en surveillant trois élèves
- « **USAIN BOLT** » : Idem en surveillant deux élèves. Mais lorsque je devrai m'arrêter je devrai être parfaitement aligné(e) avec mes deux « partenaires » en étant à l'extrémité de la ligne créée (Lorsque je pointe les deux doigts on dirait que je fais le geste de Usain Bolt (les deux bras tendus index tendus dans la même direction)
- « **LE TRIANGLE ISOCELE** » : Idem mais cette fois ci je dois être toujours à égale distance de l'un et de l'autre. (Je forme un triangle isocèle)
- « **COUPER LA LIGNE** » Idem mais cette fois ci choisir deux élèves et à chaque fois couper la ligne virtuelle qui les relie. Changer chaque fois les « partenaires » visés.

#### **Jouons aux « 4 COINS » :**

**Objectif** : partager un espace, favoriser une découverte de l'autre

**Déroulement** : 4 lieux de regroupement de 4 couleurs différentes dans les 4 coins de l'espace de déplacement.

Les élèves évoluent dans l'aire définie par l'enseignant.

Ils se déplacent et à l'annonce de l'enseignant ils rejoignent le coin défini

Exemple : on se retrouve tous dans le coin vert.

Dès que tous les élèves ont rejoint le coin, alors chacun quitte le coin en marchant (l'enseignant ne donne pas le signal de quitter le coin. Ce sont les élèves qui partent lorsqu'ils constatent que tout le monde a rejoint le coin.)

#### **Variantes :**

- Décompte du temps d'organisation
- Augmenter ou diminuer la taille de l'espace
- Varier les lieux de rentrée (coins, espaces délimités impliquant le passage par une porte ((deux cônes à l'entrée du coin : favorise le contact)
- « **SI L'UN DE NOUS REJOINT LE COIN** » : idem mais les élèves se déplacent librement dans l'espace. Quand il le souhaite un élève rejoint le coin de son choix et alors tous les autres élèves doivent le rejoindre. Quand tout le monde est rentré dans le coin alors on peut repartir  
Remarque : dans un premier temps l'enseignant peut désigner l'élève qui ira dans les coins... Mais progressivement n'importe quel élève pourra se rendre dans un coin (pour favoriser le travail d'écoute et de regard)
- Idem avec balles :
  - o Les élèves se déplacent en échangeant des balles.
  - o Les élèves se déplacent chacun avec une balle qu'ils manipulent (jongle, faire danser la balle...)

**Pour réussir le secret est de « se regarder les uns les autres.... Pour mieux s'organiser »**

Ce que nous devons faire pour réussir :

- nous regarder les uns les autres et en fonction du déplacement des uns, aller très vite de l'autre côté

#### **Jouons à « ARRETONS-NOUS « (ou STOP-ACTION)**

**Objectif** : partager un temps et un espace collectif de danse à partir de règles simples,

Au signal sonore (stop), s'arrêter en statue. Ne repartir qu'au second signal sonore (action)

#### **Variantes**

- L'enseignant a le double pouvoir : stop/action
- Un élève a le pouvoir de dire « Stop » et « Action » (il fait l'exercice en même temps que ses camarades)
- Un élève a le pouvoir de dire « Action », un autre a le pouvoir de dire « Stop » (ils font l'exercice en même temps que leurs camarades)
- Chaque garçon a un pouvoir « stop » et chaque fille un pouvoir « action ». Chaque enfant ne doit utiliser qu'une seule fois son pouvoir.

- Idem : mais sans parler « **SI X S'ARRETE** »
  - o Un élève a le pouvoir d'arrêter et de relancer le groupe. Quand il s'arrête on s'arrête, quand il repart on repart
  - « **SI X S'ARRETE ET SI Y REPART** » un élève utilise le pouvoir stop en s'arrêtant / un autre élève utilise le pouvoir action en marchant : les autres doivent regarder ces 2 élèves, ce sont les chefs d'orchestre
  - « **SI LE GROUPE A S'ARRETE ET SI LE GROUPE B REPART** » les filles ont le pouvoir action / les garçons ont un pouvoir stop: les élèves doivent se regarder
  - Idem les filles ont le pouvoir du stop avec figure sur place (bras levés, dab ...) et les garçons le pouvoir action pour repartir

Quelques remarques : dans notre exemple les groupes sont démixés mais on peut diviser les pouvoirs entre CP/CE1 ou selon le mois de naissance, la couleur de la chasuble, des chaussures, des cheveux etc...

## Jouons à « SI L'UN DE NOUS S'ARRETE »

**Objectif** : partager un temps et un espace collectif de danse à partir de règles simples, ouvrir le regard

Le groupe se déplace en ordre dispersé. Si un enfant s'arrête, les autres l'imitent jusqu'à ce que tous s'immobilisent. Puis, dès qu'un enfant repart, les autres se mettent à marcher en même temps.

Il n'y a pas de meneur désigné. L'objectif étant d'ouvrir le regard : il faudra accepter de laisser la situation se régler progressivement

**Remarque** : généralement les temps de marche sont très courts, chacun étant tenté de s'arrêter dès que possible pour immobiliser le groupe. Les périodes d'arrêt sont également réduites.

Certains enfants oublient la règle parce qu'ils ne parviennent pas à être suffisamment à l'écoute des autres. Il faut leur faire percevoir qu'il est possible d'y parvenir à condition « d'ouvrir son regard » et de ne pas se perdre dans son propre projet de déplacement. On cherche alors progressivement à provoquer la plus grande simultanéité possible du groupe, lors de l'arrêt comme lors de la reprise des déplacements.

**Variante** :

- Proposer des variantes pendant la marche : en arrière, en trajets rectilignes d'un bord à l'autre de l'espace, en courbe ou en lignes brisées
- Lorsque l'élève s'arrête il propose une forme très identifiable et l'ensemble du groupe doit la reproduire
- Allonger la phrase de danse de départ : après l'arrêt, effectuer un saut ensemble puis reprendre la marche ; après l'arrêt, réaliser un saut suivi d'un tour puis se mettre en mouvement, etc...
- Poser un plot au sol : quand un élève s'arrête à ce plot tous les autres doivent y rendre.

## CREONS AVEC « LE TOUS SAUF UN »

**Organisation** : Les élèves sont regroupés par 4. Les élèves se définissent circassien 1, 2 3 ou 4.

Dans le cadre de cette situation les élèves doivent construire des moments chorégraphiques (avec ou sans balle) dans lesquels on peut découvrir le principe du « tous sauf un » (contrepoint) (tous les circassiens font une même action sauf un qui en fait une autre.... Exemple : nous sommes tous en statue « Youcef » sauf Samia qui est en statue « Franck », tout le monde jongle en colonne sauf le jongleur 1 qui jongle en cascade ; tout le monde jongle avec une balle sauf le jongleur 2 qui jongle avec une balle virtuelle). Il y a donc autant de « tous sauf un » à construire qu'il y a d'élèves → Chaque élève devra être « le sauf un » dans le groupe.

**Intérêt de cette situation** : Cette situation nécessite une première composition au sein du groupe. Je dois savoir ce que font les autres pour faire autre chose. Je dois mémoriser les différentes actions pour pouvoir les présenter.

**Plusieurs niveaux sont alors identifiables**

- Niveau 1 : les élèves improvisent si bien qu'il n'y a pas de réel projet de forme et les « sauf un » sont très difficilement identifiables

-Niveau 2 : les élèves improvisent en répétant toujours la même statue ou le même mouvement et chaque « sauf un » propose alors une statue différente (ou un mouvement différent). (Exemple ils font tous une statue Sofiane sauf Stéphanie qui fait une autre statue)

-Niveau 3 : les élèves proposent une transformation corporelle de la statue commune pour faire « le sauf un ».  
Exemple : ils font tous la statue Sylvia sauf Marie qui fait la statue Sylvia avec les bras tendus. Ils font tous la statue Franck sauf Sylvie qui fait la statue Franck les bras dans le dos.

-Niveau 4 : **TIC-TAC** les élèves transposent la statue ou le mouvement en modifiant l'espace, le corps, l'organisation des circassiens, les trajectoires. Exemple : il faut tous la statue Sylvia sauf Sofiane qui fait la statue Sylvie au sol. Ils se déplacent tous doucement vers l'avant en jonglant sauf le jongleur 3 qui se déplacent en jonglant et en reculant. Il jongle tous avec la main droite sauf le jongleur 4 qui jongle avec la main gauche. Ils font tous rebondir la balle sur le genou sauf le jongleur 5 qui la fait rebondir sur le coude.

**Variante : TIC TAC, HIP HOP, ZIG ZAG, PLIC PLOC :**

\_ Par deux, en échos : A fait un Tic B répond un TAC (il transforme un élément, une composante du mouvement ou de la figure : exemple A jongle avec la main droite, B jongle avec la main gauche ; A lance la balle verticalement vers le haut, B lance la balle verticalement vers le bas (rebond), A jongle en avançant, B jongle en reculant...)

Puis B fait un Hip A répond le HOP

Puis A fait une Zig B répond un Zag

Puis B fait un plic A répond un ploc

Retenir la phrase créée (TIC TAC, HIP HOP, ZIG ZAG, PLIC PLOC)

La reproduire en échos : A fait Tic, B fait tac, B fait Hip A fait Hop, A fait Zig B fait Zag etc. (les élèves font le mouvement qu'ils ont proposé)

La reproduire en contraste : pendant que A fait ses mouvements B fait les siens : A fait donc TIC HOP ZIG PLOC pendant que B fait TAC HIP ZAG PLIC

La reproduire à l'unisson : les deux élèves reprennent à l'unisson l'ensemble des mouvements créés. Ils font donc à l'unisson la phrase TIC TAC, HIP HOP, ZIG ZAG, PLIC PLOC

- Trouver des organisations dans l'espace (jongleur face à face, dos à dos, côte à côte, l'un derrière l'autre etc...)

### **Modalités de démonstration**

\* **Premières démonstrations** : Tous les groupes se déplacent dans l'espace de danse en veillant à être bien mélangés (je ne dois pas être trop près de mon partenaire)

Au signal tous les élèves s'arrêtent en statue.

L'enseignant annonce le nom d'un groupe.

Le groupe se déplace et démontre, quand il le souhaite, son premier « tous sauf un ». Les spectateurs essaient de verbaliser le « tous sauf un » découvert (Exemple ils sont tous dans la même forme de statue sauf Marc qui fait une autre statue).

- S'il s'agit de la première démonstration, l'enseignant demande alors à tous les groupes de se déplacer à nouveau. Il donne un nouveau signal d'arrêt et c'est un second groupe qui montre son premier « tous sauf un. »

- S'il s'agit d'une reprise du travail on peut demander aux élèves de montrer « tous les sauf un » à la suite et de terminer par une statue collective

\* **S'il s'agit d'une action en fin de séance** on peut demander à un groupe de regarder un autre groupe et de noter tous les « sauf un » trouvés. En classe, on notera alors les « tous sauf un » trouvés pour montrer qu'il y a peut-être souvent la même solution trouvée (statues différentes) et que certains ont eu de bonnes idées (par exemple mettre en mouvement leurs statues). Lors de la séance suivante on peut alors chercher d'autres « tous sauf un » ou au contraire expérimenter les « tous sauf un » trouvés par les camarades

### **Jouons à « SEPARONS-NOUS » :**

**Objectif** : partager un espace de pratique et favoriser une découverte de l'autre ; s'organiser rapidement en respectant une consigne

**Déroulement** : Les participants évoluent dans l'espace défini par l'enseignant. Ils marchent (il est interdit de s'arrêter) et doivent se séparer en 2 groupes suivant la proposition du meneur.

**Exemple** : Si le meneur dit « 1 », l'un des participants doit aller occuper seul un coin de l'espace tandis que le reste du groupe occupe l'autre coin diagonalement opposé (en veillant à former un groupe compact).

Si le meneur dit « 4 », de la même façon 4 personnes doivent se regrouper dans un coin tandis que le reste du groupe occupe le coin opposé.

Le meneur peut aussi proposer « deux groupes » ; les participants doivent alors immédiatement former deux groupes égaux.

**Pour réussir le secret est de « se regarder les uns les autres... Pour mieux s'organiser**

Ce que nous devons faire pour réussir :

- nous regarder les uns les autres et en fonction du déplacement des uns aller très vite de l'autre côté

#### **Variantes**

- Décompte du temps d'organisation (attention vous n'avez plus que 10s pour vous organiser...)
- Augmenter ou diminuer la taille de l'espace
- Varier les lieux de rentrée (coins, espaces délimités...)

#### **Variante « LES CONTACTS »**

- S'organiser rapidement dans le coin et toucher une personne du groupe
- Toucher deux personnes du groupe
- Toucher deux personnes du groupe et être touché(e) par au moins deux personnes
- Toucher deux personnes du groupe et être touché(e) par au moins deux personnes mais on ne peut pas toucher les personnes qui nous touchent.

- ...

#### **Variante « LES ACROBATES »**

- S'organiser dans le coin pour proposer une statue de N pieds ; de N pieds et de Y mains au sol ; de N pieds, de Y mains et de 3 têtes au sol (attention aucune autre partie ne peut toucher le corps,)

#### **Variante « LA PHOTO DE FAMILLE »**

- S'organiser rapidement dans le coin pour proposer une photo de famille répondant aux consignes  
Exemple : la photo de mariage dans laquelle on retrouve : les mariés, le grand-père gâteux, l'oncle Charles qui fait toujours des blagues ; le petit cousin qui mange ses crottes de nez, et l'oncle Louis qui semble avoir trop bu  
Exemple : la photo de la classe de 6<sup>e</sup> où le professeur est très très fatigué, le principal n'est vraiment pas sympathique, le petit Louis aime faire des oreilles de lapin à ses camarades, la petite Loubna est vraiment très timide, et le jeune Edouard aime montrer ses muscles  
Exemple : la photo du repas « Raclette au ski » où un des invités n'aime pas le fromage, un autre a eu un accident de ski, une autre porte un toast... etc...

### **Jouons aux « STATUES »**

**Objectif** : partager un espace de création, entrer en création

**Déroulement** : Les élèves se déplacent en dispersion dans l'espace défini. Au signal, les élèves s'arrêtent pour former une statue (je suis figé(e) comme si mon corps était devenu pierre).

#### **Variantes**

Pour aider à la création le meneur peut proposer une ou plusieurs caractéristiques

- Éducation posturale (travail équilibre) : se déplacer en trotinant plutôt qu'en marchant et former une statue particulièrement immobile (jeu de type « 1,2,3 soleil »)
- Éducation posturale : l'enseignant donne des caractéristiques physiques à la statue : exemple la statue à le ventre en avant, les fesses en arrière, le bras droit en l'air...
- Éducation posturale (travail de l'équilibre) :
  - Varier le nombre d'appuis au sol : 3, 4 ; 7
  - Varier les appuis au sol (la statue à deux pieds, 1 main au sol)
  - Varier la surface d'appuis : la plus grande surface au sol, occuper la plus petite surface au sol
  - Aller vers des appuis de plus en plus manuels (exemple 2 mains, 1 pied)
  - Aller vers des appuis divers : exemple 3 appuis sans les mains, 5 appuis dont le front
  - Idem à deux : 5 appuis dont 2 sur le corps de l'autre, idem mais un des deux partenaires doit n'avoir aucun contact main et l'autre doit avoir un contact nez
  - Idem à plusieurs : ex : avoir deux contacts sur deux personnes différentes
  - Utiliser les agrès : exemple 0 appui au sol, 1 seul appui au sol et 2 sur un agrès
- Education créative : chercher des appuis de plus en plus originaux exemple : demander un élève de montrer les appuis qu'il propose pour la consigne « la statue à 3 appuis au sol dont deux mains » demander alors « qui a une figure différente à proposer » ... je marque un point si ma figure est différente de celle du modèle
- Éducation expressive : la statue représente un personnage ou un animal (ex : un lion, une fée, un pompier...) attention la statue est immobile et ne doit pas faire de bruit

- Idem par deux
  - Varier les contacts entre partenaires : ne pas se toucher, contact main à main, dos à dos mais aussi le ventre sur le dos, la tête contre le dos...
  - Les deux partenaires expriment des sentiments : la haine, l'amitié, la joie de se revoir
  - Faire comme : les statues jumelles : faire la même figure exactement que le modèle

## Jouons aux « STATUES DYNAMIQUES » :

### Objectifs:

- Partager un espace de création
- Favoriser une découverte de l'autre : se préparer progressivement à travailler avec les autres (futur partenaire ou futur spectateur)
- Accepter d'être vu
- Mise en disponibilité à l'activité : entrer en mouvement, Apprendre à rendre lisible son geste

**Déroulement** : Les élèves se déplacent en dispersion dans l'espace défini et délimité. Au signal, les élèves s'arrêtent pour former une statue (je suis figé(e) comme si mon corps était devenu pierre).

Un des élèves est touché par l'enseignant. Il possède « l'énergie ». Il peut donc se mettre en mouvement et se déplacer au gré de la musique. Dès qu'il touche un de ses camarades il lui transmet « son énergie » Il devient alors immobile (car il a perdu « l'énergie ») et son partenaire est à son tour en mouvement. Celui-ci se déplace afin de transmettre l'énergie à un autre élève.

Attention quand je transmets « l'énergie » je suis tout de suite immobile je dois donc garder la forme que j'avais pour toucher mon camarade (exemple : main tendue à hauteur d'épaule, mais tendue posée sur le dos...)

### Les variantes

- L'enseignant touche plusieurs élèves afin d'avoir plusieurs transmetteurs d'énergie
- Faire varier les contacts entre élèves : exemple : « Il est interdit de toucher son camarade avec les mains »
- Créer plusieurs espaces délimités pour faire l'exercice par quatre ou cinq élèves
- Changer de modes de déplacement exemple « il n'est plus autorisé de marcher simplement »
- Avec objet :
  - L'objet symbolise l'énergie, je transmets l'objet au camarade
  - Se déplacer en variant les manipulations de l'objet (imposées ou non)

## Jouons à « LA CHENILLE »

### Objectifs:

- Partager un espace de création
- Favoriser une découverte de l'autre : se préparer progressivement à travailler avec les autres (futur partenaire ou futur spectateur)
- Accepter d'être vu

**Déroulement** : En dispersion dans tout l'espace, le groupe marche dans tous les sens. Au signal du meneur chaque élève doit suivre la personne qui est la plus proche d'elle. (On remarque qu'un ou plusieurs cercles se forment inévitablement.)

Au nouveau signal, les élèves se séparent et repartent en marchant.

### Variante

- Un élève peut casser la chenille en faisant un changement de direction bien net ; on doit toujours suivre la personne devant soi (sauf si l'on casse la chenille) (3 enfants ne peuvent jamais casser la chenille : la première, la deuxième et la dernière.)
- Lorsque l'enfant en tête de la chenille se retourne, la chenille change de sens ; la queue de chenille devient tête de chenille.
- Lorsque la tête de chenille prend une démarche particulière, toute la chenille l'imité.

## Jouons à « LA CHENILLE INFERNALE »

### Objectifs:

- Respecter et mémoriser des règles de plus en plus complexes
- Partager un espace de jeu

- Favoriser une découverte de l'autre : se préparer progressivement à travailler avec les autres

**Déroulement** : Par groupe de 4, en file indienne, dans tout l'espace, le groupe marche (ou trotte) dans tous les sens. Au signal du meneur chaque élève doit respecter les consignes

Temps 1 : « au coup de sifflet le dernier passe devant »

Temps 2 : on ajoute la consigne « si le premier lève les bras, la chenille fait demi-tour » (le dernier devient donc premier et le premier dernier)

Temps 3 : on ajoute la consigne « Quand il le souhaite le 2<sup>nd</sup> peut toucher le dos du premier et il lui prend alors sa place ».

Temps 4 : on ajoute la consigne « Au signal sonore « ZAP » le 3<sup>ème</sup> quitte sa chenille pour en rejoindre une autre chenille et il se positionne à n'importe quelle place » (Attention la règle du jeu est que si je suis le 3<sup>ème</sup> jongleur mais aussi le dernier (la chenille n'a plus que 3 jongleurs) alors je ne peux pas quitter la chenille. Il n'y a jamais de chenille à moins de 3 jongleurs.

## Jouons à « L'ENERGIE QUI PASSE »

**Objectif** :

- S'ouvrir au regard des autres et apprendre à regarder les autres
- Développer une écoute collective
- Trouver et créer le plaisir à faire ensemble
- Conserver une direction, une énergie, un mouvement et s'arrêter
- Créer des mouvements originaux : faire autrement

**Déroulement** : En cercle, le maître est initiateur

Exploration libre : L'enseignant lance un mouvement puis touche l'élève proche de lui. Dès que le contact est établi l'élève à son tour se met en mouvement puis va toucher son partenaire de droite

**Variantes**

- Pour favoriser la différenciation « je suis en mouvement » et « je suis immobile je regarde » il est possible de passer par le jeu des statues (je suis une statue quand je suis touché(e) je suis libéré(e) je peux bouger... quand je touche quelqu'un je me fige)
- Avec objet :
  - Se transmettre un objet « fictif » : la boule d'énergie
  - Donner un état à cet objet : il est lourd, léger, brûlant, fragile...
  - Trouver des formes originales pour se transmettre cet objet
  - Ne pas utiliser les mains pour se transmettre l'objet (ou le mouvement)
- Travailler sur des vitesses différentes (ralenti, brusque, saccadé, accéléré, mou, ...)
- Modifier les gestes de contact (toucher de façon différente : varier les parties du corps qui instaurent le contact, les zones de contact ; les niveaux de contacts ...)
- ...

## Jouons AU « LIEN »

**Objectif** :

- Créer
- Réaliser des formes corporelles à deux
- Chercher l'originalité et non l'exploit
- Sortir du quotidien, des formes produites par ses camarades
- Manipuler et mettre en mouvement un objet
- Développer l'écoute corporelle réciproque pour coopérer à un projet de production
- ...

**Déroulement** :

En dispersion dans la salle, par deux.

Les duos tiennent un grand tissu chacun à une extrémité. Ils répondent aux sollicitations de l'enseignant (scier, se rapprocher, s'éloigner, s'enrouler, dérouler, tirer et résister...)

Grâce à l'autre, aller dans des mouvements que l'on aurait faits autrement, explorer le mouvement, maîtriser l'énergie (pas trop rapide), réduire les mouvements petit à petit jusqu'à l'immobilité.

Idem avec DEUX BATONS

## **Jouons au « MIROIR »**

**Objectif :**

- Créer
- Développer l'écoute corporelle réciproque pour coopérer à un projet de production
- ...

**Déroulement :**

Face à face : le 2<sup>e</sup> imite ce que fait le 1<sup>er</sup> comme s'il était son reflet dans le miroir.

Pour faciliter l'écoute il est possible pour les plus jeunes élèves de commencer par un jeu de miroir en contact mains-mains

**Variante :**

idem mais à 3m l'un de l'autre

Idem mais l'un est devant l'autre (l'un derrière l'autre)

**« LE LEADER »** Idem mais par 4... Les élèves sont organisés par 4 chacun à un sommet d'un losange

Lorsque l'élève leader souhaite passer le mouvement il se tourne dans la direction de celui qui doit prendre le pouvoir

## **Jouons AU « TCHEK »**

**Objectif :**

- Créer son propre mouvement
- Rendre lisible son geste

**Déroulement :** Un élève A (au départ l'enseignant) quitte sa place et en marchant va se placer devant un autre élève B. A lui propose son « Tchek » (exemple : l'élève A ouvre la main droite de profil, l'élève A présente son poing fermé ; l'élève A présente ses deux mains ouvertes vers le ciel). L'autre élève B touche la main offerte en faisant le « tchek » attendu.

A prend la place de B dans le cercle. B, à son tour, va proposer son propre « tchek » à un autre partenaire.

Remarque : L'attention doit être portée sur l'accessibilité du geste... Mon tchek doit être lisible pour que mon camarade puisse y répondre (rendre lisible mon mouvement, rendre reproductible mon mouvement).

**Variante**

- Idem mais une fois que B a répondu au tchek de A, à son tour il propose son propre tchek (exemple : tend les deux mains au-dessus de sa tête) et A lui répond (exemple en tapant sur les deux mains de B)
- ...

## **Jouons A « L'UNISSON DES TCHEKS »**

**Objectif :**

- Développer l'écoute et la communication
- Créer son propre mouvement
- Rendre lisible son geste
- Mémoriser une courte phrase « jeux de mains » et réaliser ensemble une phrase

**Déroulement :**

Comme la situation « Tchek ». Mais cette fois-ci l'élève A propose son tchek à B. B effectue le tchek souhaité. A son tour B fait son propre tchek. A lui répond le tchek souhaité. Puis A et B reprennent ensemble les deux tcheks à la suite.

## **Jouons AU « CUMUL DES TCHEKS »**

**Objectif :**

- Développer l'écoute et la communication
- Créer son propre mouvement
- Rendre lisible son geste
- Mémoriser une courte phrase de jeux de mains et réaliser ensemble une phrase

- Montrer ce que l'on a créé (s'orienter vers les spectateurs)

#### **Déroulement :**

Comme la situation « l'unisson des tcheks » mais une fois que B repart en ayant fait les deux tcheks de A et de B, il rejoint un partenaire de son choix (C).

Il offre alors à C les deux tcheks (le tchek de A + le tchek de B). C répond puis ajoute son propre tchek auquel B répond. Puis B et C reprennent les 3 Tcheks : A + B + C.

C va alors voir un autre partenaire D auquel il offrira le tchek A-B-C et D y ajoutera alors son propre Tchek

### **Jouons à « CREONS NOTRE PROPRE TCHEK »**

#### **Objectif :**

- Développer l'écoute et la communication
- Créer son propre mouvement
- Rendre lisible son geste
- Mémoriser une courte phrase de jeux de mains et réaliser ensemble une phrase
- Montrer ce que l'on a créé (s'orienter vers les spectateurs)

#### **Déroulement :**

Les élèves sont par deux face à face. Comme pour l'unisson des tcheks A offre un tchek et B offre un tchek mais cette fois ci le tchek s'appuie sur les syllabes de mon prénom

Exemple : ILONA propose un tchek à ELLIOTH ...

I (deux mains ouvertes au-dessus de la tête)

Puis LO (deux mains ouvertes paumes de mains ouvertes vers le ciel)

Puis NA (hanche droite orientée vers son partenaire)

Puis ELLIOTH propose son tchek

EL (deux poings face à sa camarade)

LI (deux mains ouvertes paumes de mains ouvertes vers le bas)

O (son pied droit vers sa camarade)

TH (son épaule droite vers sa camarade)

Les deux élèves répètent ensuite le plus rapidement possibles les deux « pré-noms-tcheks ».

Remarque : les élèves proposeront beaucoup de tcheks avec les mains. On peut alors imposer la règle (on a le droit à quatre tcheks mains maximum. Il est interdit de faire un même tchek dans la phrase complète (exemple : on ne peut pas faire deux fois le tchek des deux mains au-dessus de la tête)

# SE RENDRE DISPONIBLE A LA SPECIFICITE DE L'ACTIVITE

## Développer une manipulation spécifique (individuelle ou collective)

### Manipulation individuelle

#### Jouons à « FAIRE DANSER LA BALLE (sans bruit) »

##### Objectifs :

- Manipuler et mettre en mouvement un objet
- Inventer des trajectoires
- Accepter d'être vu

**Déroulement** : En dispersion dans la salle, chaque élève a une balle. L'élève doit se lancer la balle de la main droite à la main gauche et de la gauche à la droite (trajectoire type cascade) mais aucun bruit ne doit être entendu (remarque : les élèves ont tendance à serrer la balle dans les mains et donc à faire un bruit fort dans cette réception.)

Puis progressivement l'élève accompagne sa balle avec le corps le plus longtemps possible. On dit qu'il danse avec la balle. Il se déplace alors dans tout l'espace en faisant danser sa balle sans que l'on entende aucun bruit. Progressivement il varie les trajectoires pour faire passer celle-ci dans le dos, sous la jambe etc.

#### Jouons à « L'IMPORTANT CE N'EST PAS LA BALLE C'EST MOI »

##### Objectifs :

- Manipuler et mettre en mouvement un objet
- Inventer des trajectoires
- Accepter d'être vu

**Déroulement** : En dispersion dans la salle, chaque élève a une balle. L'élève doit se lancer la balle de la main droite à la main gauche et de la gauche à la droite (trajectoire type cascade).

Alors qu'il se lance la balle il doit regarder le spectateur (imaginaire) en faisant des gestes vers celui-ci (exemple Coucou ; Non non ; Super ; Regarde-moi dans les yeux etc.)

Remarque : dans cette situation l'élève détache son regard de la balle et se met en avant. L'important n'est donc pas la balle mais lui.

**Variante** : On inverse ici l'orientation du regard en demandant au contraire de montrer la balle.

Pendant le trajet aérien, l'élève pointe la balle avec l'index de la main qui reçoit.

Idem avec les deux index.

### Manipulation collective

#### Jouons à « PAS DE BALLE MORTES »

##### Objectif :

- Travailler ensemble
- Coordonner des mouvements main droite, main gauche
- Coordonner son action avec un autre
- Manipuler des objets variés de façon variée

**Déroulement** : En cercle, se transmettre une balle sans la faire tomber. (« une balle tombée est une balle morte »)

##### Variantes :

- SE donner la balle
- En se la lançant
- De plus en plus vite
- En variant les objets (objets divers de jonglerie, autres objets sportifs, cartons...)
- En mettant plusieurs objets en mouvement
- Se lancer la balle de façon variée : je ne dois jamais lancer comme mon partenaire de gauche)

- En changeant de sens
- ...

## Jouons « AU CHAT ET LA SOURIS »

### Objectif :

- Travailler ensemble
- Coordonner des mouvements main droite, main gauche
- Coordonner son action avec un autre
- Manipuler des objets variés de façon variée

**Déroulement** : En cercle, une balle rouge la souris, une balle bleue le chat.

Un élève a la balle rouge (la souris). Un autre élève diamétralement opposé a la balle bleue (le chat). Les élèves doivent faire circuler les balles le plus rapidement possible en se les donnant de gauche à droite. Le but étant pour le chat de rattraper la souris mais pour la souris de ne pas être rattrapée par le chat

### Variantes :

- SE donner la balle
- Se lancer la balle
- En variant les objets (objets divers de jonglerie, autres objets sportifs, cartons...)
- ...

## Jouons à « LA BALLE AU CENTRE »

**Objectif** : Manipuler des objets

**Déroulement** : Avec 2 ou 3 balles. Un enfant est au centre du cercle formé par le groupe; il doit relancer les balles que lui lance le groupe.

### Variantes

- Le lancer de balle doit être précéder de l'appel de la personne par son prénom.
- Varier les modalités de lancer (attention il ne doit y avoir aucune balle morte = balles au sol perdues)
- Faire les passes avec rebond (ballon de basket)
- Idem mais se transmettre les objets de la gauche vers la droite
- Idem avec plusieurs partenaires au centre
- ...

## Développer et CREER une manipulation spécifique (individuelle ou collective)

### Manipulation individuelle

## Jouons « AU BONJOUR DE JONGLE »

### Objectif :

- Créer son propre mouvement
- Rendre lisible son geste
- Mémoriser une courte phrase de jongle
- Manipuler un objet

**Déroulement** : Un élève (au départ l'enseignant) quitte sa place et en marchant (ou en dansant) va se placer devant un autre élève. Il lui propose son « bonjour de jongle ». Ce bonjour correspond à un mime de jonglage (« voilà ce que j'aimerais faire si j'avais une balle ») exemple : je lance en l'air la balle fictive et je tourne sur moi-même avant de la rattraper sur mon nez

L'autre élève lui rend son bonjour en répétant le même mouvement.

Le premier prend la place du second sur le cercle. Le second, à son tour, va proposer son propre « bonjour de jongle » à un autre partenaire.

L'attention doit être portée sur l'accessibilité du geste... Mon bonjour doit pouvoir être répété (« simple comme bonjour ») (rendre lisible mon mouvement, rendre reproductible mon mouvement).

### Variante

- Faire un bonjour d'une certaine partie du corps : bonjour des pieds, de la tête etc...
- **Avec une balle** : idem mais cette fois ci j'ai une balle. Je fais donc mon bonjour de jongle avec ma balle puis je la donne à mon camarade qui répète alors mon bonjour de jongle.
- ...

## Jouons « AU PRENOM DE JONGLE »

### Objectif :

- Créer son propre mouvement
- Rendre lisible son geste
- Mémoriser une courte phrase de jongle
- Manipuler un objet

**Déroulement** : Tous les élèves ont une balle en main. Un élève quitte sa place et en marchant va se placer devant un autre élève. Il lui propose son « prénom de jongle ». Chaque syllabe de son prénom correspond à un mouvement fait par la balle.

(Exemple : *ILONA* : I : je lance en l'air la balle et je la rattrape par la même main ; LO : je lance la balle et la fait rebondir sur mon coude NA : je rattrape la balle en patte de chat)

Le premier prend la place du second sur le cercle. Le second, à son tour, va proposer son propre « prénom » à un autre partenaire.

L'attention doit être portée sur l'accessibilité du geste... Mon prénom doit pouvoir être répété sinon mes amis ne pourront jamais m'appeler).

**Remarque** : les élèves ont tendance à proposer deux fois le même geste (exemple : syllabe 1 = je me lance la balle de la main droite à la main gauche ; syllabe 2 = je me lance la balle de la main gauche à la main droite) Dès lors il faut dire « si j'ai une syllabe différente je dois proposer une trajectoire différente »

## Jouons AU « BONJOUR DE JONGLE REPETE »

### Objectif :

- Créer son propre mouvement
- Rendre lisible son geste
- Mémoriser une courte phrase de jongle et réaliser ensemble une phrase de jongle : vers l'unisson
- Développer l'écoute et la communication
- Manipuler un objet

### Déroulement :

Comme la situation « bonjour de jongle ». Mais cette fois-ci le jongleur 1 (J1) prend 2 balles.

Il se dirige vers un camarade et lui donne une balle.

J1 montre son bonjour de jongle au jongleur 2 (J2). Le jongleur 2 lui répond en reproduisant le même geste (le même bonjour). Puis J1 et J2 reproduisent ensemble le même « bonjour » ... Ils effectuent donc face à face un unisson de jongle.

## Jouons AU « PRENOM DE JONGLE REPETE »

### Objectif :

- Créer son propre mouvement de jongle
- Rendre lisible son geste
- Mémoriser une courte phrase de jongle et réaliser ensemble une phrase de jongle : vers l'unisson
- Développer l'écoute et la communication
- Manipuler un objet

### Déroulement :

Comme la situation « prénom de jongle ».

J1 montre son prénom de jongle au jongleur 2 (J2). Le jongleur 2 répond son propre prénom de jongle.

J1 reproduit alors le prénom du jongleur 2.

Puis J2 reproduit le prénom de jongle de J1

J1 prend la place de J2 dans le cercle. J2 va rencontrer un autre partenaire

Remarque : pour aider les élèves à retenir la phrase de jongle on peut les guider en racontant la phrase

Exemple : J1 = Ilona et J2 = Elioth

Ilona fait son prénom de jongle (Je m'appelle Ilona)

Elioth répond son prénom de jongle (Je m'appelle Elioth)

Ilona reproduit le mouvement d'Elioth (Tu t'appelles Elioth)

Elioth répond alors le mouvement d'Ilona (Tu t'appelles Elioth)

## **Jouons A « L'UNISSON DES BONJOURS DE JONGLE »**

**Objectif :**

- Créer son propre mouvement
- Rendre lisible son geste
- Mémoriser une courte phrase de jongle et réaliser ensemble une phrase de jongle : vers l'unisson
- Développer l'écoute et la communication
- Manipuler un objet
- Montrer ce que l'on a créé (s'orienter vers les spectateurs)

*Il s'agit d'allonger le temps de jongle commun et d'orienter les enfants dans le même sens pour que le meneur soit toujours devant.*

**Déroulement :**

Comme la situation « Bonjour de jongle répété » : 2 balles : 1 par jongleur...

Le Jongleur 1 se dirige vers le partenaire de son choix. J1 lui propose son « bonjour de jongle », 2 lui répond en reproduisant le « bonjour de jongle ».

Face à face J1 et J2 reproduisent le bonjour

Puis J1 se retourne pour faire face aux spectateurs et J1 et J2 (l'un derrière l'autre) reproduisent à l'unisson le bonjour.

Puis 2 passe devant et 1 et 2 reproduisent à l'unisson le bonjour de jongle (2 trouve un mouvement pour passer devant 1 : en contournant l'autre, en passant au sol...)

On orientera les élèves vers un enchaînement de l'ensemble sans arrêt perceptible.

## **Jouons A « L'UNISSON DES PRENOMS DE JONGLE »**

**Objectif :**

- Créer son propre mouvement
- Rendre lisible son geste
- Mémoriser une courte phrase de jongle et réaliser ensemble une phrase de jongle : vers l'unisson
- Développer l'écoute et la communication
- Manipuler un objet
- Montrer ce que l'on a créé (s'orienter vers les spectateurs)

*Il s'agit d'allonger le temps de jongle commun et d'orienter les enfants dans le même sens pour que le meneur soit toujours devant.*

**Déroulement :**

Comme la situation « Prénoms de jongle répété » : tous les élèves ont une balle de jonglage.

J1 montre son prénom de jongle au jongleur 2 (J2). Le jongleur 2 répond son propre prénom de jongle.

J1 reproduit alors le prénom du jongleur 2.

Puis J2 reproduit le prénom de jongle de J1

Puis face à face, J1 et J2 reproduisent à l'unisson les deux prénoms de jongle (Prénom de J1 + prénom de J2)

Puis J1 se retourne pour faire face aux spectateurs et J1 et J2 (l'un derrière l'autre) reproduisent à l'unisson les prénoms de jongle

Puis 2 passe devant et J1 et J2 reproduisent à l'unisson les prénoms de jongle (J2+J1)

On orientera les élèves vers un enchaînement de l'ensemble sans arrêt perceptible.

**Remarque :** pour aider les élèves à retenir la phrase de jongle on peut les guider en racontant la phrase

Exemple : J1 = Ilona et J2 = Elioth

Ilona fait son prénom de jongle (Je m'appelle Ilona)

Elioth répond son prénom de jongle (Je m'appelle Elioth)

Ilona reproduit le mouvement d'Elioth (Tu t'appelles Elioth)

Elioth répond alors le mouvement d'Ilona (Tu t'appelles Elioth)

Puis Ilona et Elioth à l'unisson reproduisent le mouvement d'Ilona puis d'Elioth (Nous nous appelons Ilona et Elioth)

Puis Ilona se retourne vers le centre du cercle et à nouveau les deux élèves reproduisent les deux mouvements de jongle à la suite (Face au public, nous nous appelons Ilona et Elioth)

Puis Elioth prend la place d'Ilona et Ilona prend la place d'Elioth sur le cercle et reproduisent les deux mouvements en inversant l'ordre, celui d'Elioth en premier (Nous nous appelons Elioth et Ilona)

Quand ils ont terminé, Elioth rejoint un nouveau camarade et présente son prénom (il ne change pas son prénom, il garde le même tout au long de l'exercice)

**Variante : Jouons au « CUMUL DES PRENOMS »**

Idem que précédemment mais lorsque le jongleur 2 va rejoindre le jongleur 3 il lui offre les deux prénoms précédents (J1 et J2). Le jongleur 3 ajoute alors son prénom. J2 et J3 reproduisent alors les mouvements J1 + J2 + J3.

J3 part alors et rejoint le jongleur 4. Il lui présente le cumul des prénoms J1+J2+ J3. J4 après avoir reproduit la phrase ajoute son mouvement

J3 et J4 font donc à l'unisson J1+J2+J3+J4

Etc.

## **Jouons AU « CHEF D'ORCHESTRE »**

**Objectif :**

- Inventer et observer ;
- Créer son propre mouvement de jongle,
- Chercher l'originalité et non l'exploit
- Rendre lisible et accessible ce mouvement de jongle,
- Reproduire un mouvement de jongle.

**Déroulement :**

Les élèves sont en cercle. Chacun a une balle.

Un meneur au centre effectue une phrase gestuelle simple (exemple 2 bonjours de jongle) que les autres répètent.

**Variante**

- Répéter la phrase proposée en très grand en très petit
- Répéter la phrase proposée avec un autre objet

## **Manipulation collective**

### **Jouons à la « LA MACHINE INFERNALE »**

**Objectif :** improviser et découvrir la notion de jeu d'acteur organisé autour d'un thème proche du réel

**Déroulement :** Un à un les participants vont faire un rouage de la « machine INFERNALE ». Le rouage est représenté par une personne qui fait un geste et un son rythmique très simple (l'élève fait un geste de manière répété avec un bruit qui complète l'action). Le deuxième rouage doit « s'encaster » dans le rythme du premier rouage.

Lorsque tous les rouages sont en place, le meneur demande au premier rouage d'accélérer son rythme.

En cascade, tous les rouages accélèrent jusqu'à « l'explosion » de la machine infernale

**Variantes**

- Utiliser des objets (un objet par participant) .... Je trouve un mouvement pour l'objet et en même temps je bruite le mouvement (exemple : j'ai une massue que je fais tourner autour de moi et je fais le bruit du train)
- ....
- ....

**Remarque**

En utilisant des balles/ballons/anneaux/cartons on fabrique une **machine à jongler**... Le premier élève (rouage) propose une manière de lancer l'objet (un objet pour tous les participants). Le participant suivant se place à l'endroit où l'objet est tombé et ainsi de suite jusqu'au dernier élève qui fait parvenir l'objet au premier.

Une fois les engrenages mis en place le but est de faire parvenir la balle au premier rouage sans qu'elle ne tombe.

On peut progressivement intégrer plusieurs objets.... Pour plus de détail voir le document « la machine à jongler »

## **Autre possibilité sur la même thématique « LA MACHINE EST CASSEE »**

**Objectif** : improviser et découvrir la notion de jeu d'acteur organisé autour d'un thème proche du réel

**Déroulement** : je mime une action et je fais le bruit qui correspond (exemple gargarisme, marteau etc.)

Les élèves font leur action et leur bruit en se promenant dans la salle. Quand un élève touche un camarade ils s'échangent leur bruit mais garde leur mouvement (cela donnera un mime de gargarisme avec un bruit de marteau)

.... A la fin on s'amuse à montrer aux autres ce que cela à donner après plusieurs échanges...

## **Accepter de se montrer, de regarder ; faire pour être vu, épater, surprendre, communiquer (du technicien à l'artiste circassien)**

### **Transformer pour surprendre épater**

#### **Jouons « AU JEU DES PRENOMS »**

**Objectif** : mémoriser une courte phrase et réaliser ensemble une phrase

**Déroulement** : Un élève dit son prénom en le musicalisant. Puis l'ensemble des élèves répète le nom de l'élève sur la même intonation (exemple : triste, gaie, chantée etc...)

Puis son partenaire de droite reprend l'exercice.

#### **Variantes**

- Idem mais en musicalisant son prénom l'élève produit également un mouvement. L'ensemble des élèves répète le mouvement ainsi que le prénom de l'élève
- Idem mais on ne dit plus le prénom. On lance un mouvement, l'ensemble des élèves répète le mouvement
- Idem mais on musicalise le mouvement proposé
- Idem avec objets : l'élève dit son prénom tout en mettant l'objet en mouvement (chaque élève a un objet en main)
- ...

#### **Jouons à la « LA BALADE DES CLOWNS » (d'après Cécile Vigneron)**

**Objectif** : Favoriser une découverte de répertoire moteur simple, favoriser l'échange du mouvement : rendre lisible son mouvement, apprendre à créer

**Déroulement** : Par groupe de 4, en file indienne, une modèle et 3 « copieurs » (le clown blanc et les 3 clowns Auguste) ...

Les 3 copieurs suivent le modèle afin de créer une chenille. Leur but est de reproduire la marche du meneur conduite par le thème annoncé : marcher comme une vieille dame, avec une mini-jupe, sur un sol glissant etc...

#### **Modalités de mise en œuvre**

- Changer de meneur au signal de l'enseignant (tout le monde passe acteur principal) : le premier passe dernier, le second devient donc le clown blanc (meneur)
- Changer de meneur librement : quand cela ne me plaît plus je prends la place de la tête de la chenille

#### **Quelques idées pour se déplacer**

- Personnages différents : petite fille, footballeur, gymnaste, souris, grand-mère, ...
- Sensations différentes : sur un sol chaud, brûlant, du sable, sur un sol mouillé, sur un sol glissant, dans un champ de grandes herbes, dans la nuit, dans le froid, sans faire de bruit, dans le noir, dans une toile d'araignée...
- Sentiments différents : joyeux, triste, on a peur, on est amoureux, on est distrait...
- Avec des accessoires fictifs différents : on tient un chien fou en laisse, on porte une mini-jupe, on pousse un caddy, avec un parapluie un jour de grand vent...

#### **Variantes**

##### **Education ACTEUR-SPECTATEUR**

- Éducation jugement : je peux rejoindre une autre chenille si je trouve que sa démarche est plus intéressante (attention tête et queue sont obligées de rester)
- Exploration individuelle :
  - Les élèves sont dispersés dans la salle et marche comme... (exemple je marche comme un éléphant, je marche et je salue le public...)

- Au signal de l'enseignant ils regardent autour d'eux et s'ils découvrent une démarche plus intéressante que la leur ils suivent l'acteur qui a cette démarche. Des chenilles se forment alors... Ici les élèves acceptent d'être « copiés » ...

## Jouons à « LA TRAVERSEE SCENIQUE »

### Objectifs :

- Créer
- Varier la nature des objets manipulés
- Chercher l'originalité et non l'exploit
- Sortir du quotidien, des formes produites par ses camarades
- Manipuler et mettre en mouvement un objet
- Prendre des risques
- Accepter d'être vu

### Déroulement

**Organisation matérielle** : un espace de pratique délimité au sol par des plots/ portes de 4 couleurs différentes (formées par deux plots).

**Organisation humaine** en dispersion autour et hors de l'espace de danse

**Consigne** : quand la musique commence traverser l'espace scénique en mettant son objet en mouvement.

Varier les propositions à chaque traversée

**Remarque** : La matérialisation d'un espace scénique favorise la différenciation des rôles : acteur -spectateur (de très courte de durée). La symbolique de l'espace scénique permet un jeu autour de la notion « créer et être vu » vers « créer pour être vu »

### Les variantes

- Varier les modes de déplacement exemple : à chaque couleur de porte associer un mode de déplacement.
- Varier les modes de manipulation
- Jouer à si c'était : exemple : je rentre sur scène et ma balle est un chien que je tiens en laisse
- Jouer un personnage et la balle devient accessoire : exemple je suis un clown et ma balle est mon nez ; je suis une grande dame et ma balle est mon chapeau...
- Ne plus manipuler avec les mains
- Mettre en équilibre l'objet : varier les contacts corps/ objets
- Trouver des déplacements à deux en s'échangeant l'objet
- ...

## Jouons à « HARRY POTTER ET L'OBJET MAGIQUE »

### Objectif :

- S'ouvrir au regard des autres et apprendre à regarder les autres
- Développer une écoute collective
- Trouver et créer le plaisir à faire ensemble
- Conserver une direction, une énergie, un mouvement et s'arrêter
- Créer des mouvements originaux : faire autrement

**Déroulement** : En cercle, le maître est initiateur

Exploration libre : L'enseignant transmet un objet fictif à l'élève qui est à sa droite. Celui-ci le reçoit et le transmet à son tour à son camarade de droite (il s'agit donc de mimer la transmission d'un objet)

### Variantes :

- Tout le monde doit refaire la même chose (exemple l'enseignant forme avec ses mains une boule et la transmet à son voisin. Celui doit transmettre la même boule avec les mêmes gestes
- A chaque fois que je transmets un objet celui-ci se transforme dans les mains de son nouveau propriétaire (exemple un élève mime le fait qu'il tient un lapin tout doux dans ses mains et il le donne à son voisin.... Celui décide alors que l'objet est désormais un ballon de basket et le fait ainsi rebondir pour le lancer à son voisin. Ce dernier transforme l'objet en une casserole etc...
- Les participants font circuler l'objet de mains en mains ; au top, celui qui a l'objet doit en improviser une utilisation.

- Idem avec un objet de jonglerie ou d'équilibre ou même un objet quelconque du quotidien (une louche, une casserole,) va se transformer entre les mains de chaque participant.
- Chaque élève donne un état à l'objet transmis : il ne sent pas bon, il est lourd, il est léger, il est fragile...
- Aller au centre du cercle et revenir pour mimer le détournement de l'objet (entrée et sortie de piste).
- Trouver des façons originales de se transmettre cet objet fictif
- Ne pas utiliser les mains pour se transmettre l'objet
- ...

## Jouons à « SI C'ETAIT »

### Objectif :

- S'ouvrir au regard des autres et apprendre à regarder les autres
- Développer une écoute collective
- Trouver et créer le plaisir à faire ensemble
- Conserver une direction, une énergie, un mouvement et s'arrêter
- Créer des mouvements originaux : faire autrement

**Déroulement** : En cercle, le maître est initiateur. Au milieu, une valise avec des balles à l'intérieur.

L'élève se rend au centre et prend une balle. Il se déplace dans l'espace « scénique » en donnant un genre à la balle (si c'était un parapluie, un chien tenu en laisse, une pomme, une planète, une pépite d'or, une boule de feu...)

### Variantes :

- Se déplacer vers la valise en imitant une démarche (personnage, sensation, etc.)
- Tout le monde doit refaire la même chose (l'élève qui a la balle et les élèves sans objet eux miment)
- ...

## Vers le jeu d'acteur

## JOUONS AUX « OUCH ! WAHOU! ! YES »

### Objectif :

- Développer un jeu d'acteur

**Déroulement** : Les élèves sont en cercle. Un élève lance un ballon imaginaire vers un de ses camarades.

Celui qui reçoit le ballon fait un geste en arrière comme si ce ballon était arrivé brusquement. Il s'écrit « OUCH ! ». Son voisin de droite s'écrit « Waouh » avec un air admiratif. Son voisin de gauche lui exprime son contentement en fermant le poing et en s'écriant « yessssss » !

A son tour le joueur du milieu envoie le ballon à un autre camarade.

Si l'un des élèves se trompe d'ordre dans le texte ou dans le geste alors il marque 1 pt de pénalité. Le but est de n'avoir aucune pénalité.