



**INITIATION**  
au **SPECTACLE VIVANT** par le **CIRQUE**



# INITIATION au SPECTACLE VIVANT par le CIRQUE

Le but du stage est de permettre aux enfants de découvrir les bases du spectacle vivant en rencontrant les arts du cirque et de la rue.

Notre intention est, tout en abordant les techniques circassiennes, de favoriser l'**épanouissement créatif et artistique** de chaque enfant, **de façon ludique et progressive**.

En l'initiant aux techniques des arts de la piste, l'enseignement amène l'enfant à établir une relation personnelle avec une ou plusieurs disciplines dans l'optique de participer à la réalisation d'un spectacle vivant et, au final, à sa représentation.



## Découvertes et jeux:

Ce sont les moyens privilégiés permettant le parcours de l'enfant dans le stage :

- découverte de l'univers du spectacle
- découverte des techniques de base en jonglerie, acrobatie et équilibre.
- développement des possibilités corporelles et de la conscience de l'espace.
- jeux et situations de théâtre: le cirque est une occasion de laisser place au corps pour créer des situations théâtrales, des enjeux dramatiques ou des personnages.

**Le goût du jeu propre aux enfants est orienté précisément et mis en valeur dans le cadre du spectacle.**

Selon les âges des enfants, leur nombre, la durée, l'objectif et le projet du stage, l'intervenant privilégiera la pratique de tel ou tel outil propre à chaque discipline.

Le but est que l'enfant entre dans un processus de découverte du spectacle vivant de manière autonome et active – et non « consommatrice » - par la porte qui lui convient

## La découverte du cirque pour les tout petits (3 ans 1/2 - 5 ans)

L'**épanouissement créatif et artistique** de chaque enfant, **de façon ludique et progressive** reste l'objectif principal. L'utilisation des instruments du cirque et ce dans des formes différentes (parcours-découverte, jeux, petits défis, temps libres...) amènent de nouvelles situations pour l'enfant qui vont permettre la découverte de son corps dans l'espace, le développement de nouvelles possibilités corporelles.

Nous nous attacherons à lui donner confiance, stimuler sa curiosité afin de soutenir son ouverture au sein du groupe.



## L'évolution de l'enfant-acteur :

## L'utilité physique, psychologique et sociale du cirque

Les qualités suivantes sont développées par la pratique :

Dans la relation avec l'intervenant, l'enfant entre en confiance: il affirmiera de plus en plus cette confiance en lui au fur et à mesure des ses progrès. Il relâche les tensions, dans le corps et dans la tête et peut dépasser ses peurs pour pouvoir oser.

Il intègre la notion de projet (à court ou moyen terme : la représentation du spectacle). Tout en favorisant la détente de l'enfant, le stage lui apprend la constance nécessaire à une pratique et au développement de son habileté.

Il apprend à se servir de son énergie et de sa créativité dans un but précis, développe sa concentration, sa maîtrise de soi et son autodiscipline. Il développe son autonomie tout en se socialisant.



## Les disciplines utilisées :



**La jongle** propose différents instruments,

- les uns, issus de la jonglerie traditionnelle : balles, diabolos, bâtons du diable, foulards, massues, assiettes chinoises,
- les autres, plus novateurs : plumes, éventails, cannes, cordes, chapeaux, ballons de toutes sortes et de toutes tailles...

**Différents instruments d'équilibre**

sont privilégiés selon les âges : boule d'équilibre, échasses, monocycle, pédal-go, rolla-bolla, tourets (grosses bobines)...

**L'acrobatie** statique et dynamique mais surtout ludique

**Jeux théâtraux** avec costumes, accessoires, musiques ...  
Les 5 étapes du déroulement ci-dessous ne sont proposées qu'à titre indicatif et **peuvent être adaptées selon les différents besoins.**



## Un Exemple:

- Stage de 5 séances de 2 heures (durée minimum)
- 10 heures d'intervention pour 10 enfants de 8 à 12 ans pour un intervenant

Les 5 étapes du déroulement ci-dessous ne sont proposées qu'à titre indicatif et peuvent être adaptées selon les différents besoins.

- 1:** accueil, présentation du projet et du matériel  
échauffement-connaissance du corps  
atelier jongle (balles-ballons)  
atelier équilibre (boule)  
jeux théâtraux avec les objets pratiqués
- 2:** échauffement-connaissance du corps  
atelier acrobatie / entraînement jongle  
atelier jongle (bâton du diable, assiette chinoise, diabolo)  
atelier équilibre (boule, tourets)  
jeux théâtraux avec les objets pratiqués
- 3:** échauffement-connaissance du corps  
entraînement jongle avec les objets choisis  
élaboration de numéros, de saynètes ou de situations de spectacle atelier équilibre (pédal-go, monocycle, rolla-bolla)  
montage de numéros en acrobatie  
jeux théâtraux avec costumes et musiques
- 4:** échauffement-connaissance du corps  
entraînement autonome et jeu avec leur instrument  
élaboration de numéros, de saynètes ou de situations de jeu  
relaxation  
répétition des séquences déjà mises en place
- 5:** échauffement-connaissance du corps  
mise en place des dernières séquences  
répétition générale du spectacle  
dernières modifications...  
**filage en costumes et musique !!!**



**Cela peut aller à la mise en place de projets artistiques beaucoup plus importants, en fonction des possibilités.**

< representation en juillet 2006 dans un festival d'une classe d'un CESSAD

## Mise en place concrète:

### Public :

- Enfants de 6 à 13 ans / découverte du cirque pour les tout petits : 3ans1/2 - 5 ans
- Effectif variable en fonction du projet (l'idéal est un groupe de 10, 8 pour les tout petits)

### Encadrement :

Un atelier est encadré par un ou plusieurs professionnels du spectacle selon les disciplines et selon le nombre d'enfants et la nature du projet.

Dans le cadre scolaire, les professeurs accompagnent l'atelier et dans le cadre loisirs, les animateurs peuvent également être formés pour co-encadrer l'atelier

### Déroulement :

Séances hebdomadaires sur un trimestre, vacances scolaires...

Le stage peut avoir lieu sous forme intense et compressée (ex. : 20 heures sur une semaine) ou sous forme régulière à moyen terme (ex. : atelier hebdomadaire sur 6 mois ou 1 an).

Le minimum pour aboutir à un premier stade du projet est de 5 séances (5 X 2 heures).

Les ateliers de découverte à la journée sont également possibles en amont ou en complément d'un stage (ex : atelier de découverte en parallèle d'une présentation de fin de stage ou d'atelier)

### Besoins techniques :

- Tapis de gymnastique type tatamis (8 minimum, 20 idéalement) et autres si possible (plans inclinés...)
- matériel pédagogique de cirque si le partenaire en possède, l'atelier peut avoir lieu avec le matériel de la compagnie
- Chaîne hi-fi ou poste à musique,
- Un lieu choisi par l'organisateur sous réserve de son adéquation à la pratique et à son bon déroulement (salle de gymnastique, chapiteau, salle de danse, salle polyvalente...)

### Partenaires :

Ecoles (scolaires et périscolaires, classes découvertes), MJC, maisons de quartier, services jeunesse de villes, associations, centres de loisir, comités d'entreprises...

## Shintai Jonglo Théâtre

2 chemin de la carrière, Maisonneuve  
07230 CHANDOLAS

**Contact: Ghislain Foulon**

<http://www.shintai-jonglotheatre.fr>

**06 82 87 60 36**

**shintai@live.fr**