

**Projet pédagogique**  
**École de cirque**  
***Les Fortiches***



**7 rue Émile Boisson, 30250 Sommières**  
**04 34 28 10 78**  
**lesfortiches@gmail.com**  
**www.lesfortiches.fr**

## Table des matières

1.	Le cirque : .....	2
2.	Buts pédagogiques de l'école de cirque Les Fortiches .....	3
3.	Ateliers hebdomadaires.....	3
4.	Moyens utilisés :.....	3
5.	Disciplines et objectifs spécifiques : .....	4
6.	Démarche artistique : .....	4
7.	Rapports humains et domaines sociaux :.....	5
8.	Méthodologie :.....	5
9.	Différentes tranches d'âges : .....	5
10.	Évaluation des pratiquants :.....	6
11.	Encadrement :.....	7
12.	Les stages de vacances.....	7
13.	Les séjours circ'été :.....	7
14.	Les interventions en milieu scolaire :.....	8
15.	Les interventions en milieu spécialisé :.....	8
16.	Manifestations artistiques externes :.....	8
17.	Sécurité :.....	8
18.	Santé :.....	9
19.	Équipe.....	9

### **1. Le cirque :**

Le Cirque est une activité artistique qui lie l'expression corporelle à l'expression théâtrale, qui utilise les arts visuels et sonores à destination du public depuis le 18<sup>ème</sup> siècle. Le Cirque a longtemps évolué sur une piste de sciure ronde mais il trouve aussi sa place sur les places publiques ou sur les plateaux de théâtre.

Cet art, d'un naturel joyeux et généreux réside dans la mise en œuvre de numéros visuels dotés d'expressionnisme et d'une mise en scène globale pour l'accomplissement d'un spectacle. Il invite le public à se divertir et à s'extasier sans pour autant afficher la complexité de sa réussite.

La création d'un numéro demande un entraînement particulièrement difficile autour de 3 dimensions : la technique corporelle, le jeu scénique et le rapport direct avec le public, il requiert des prises de risques mesurées, un certain don de soi et un matériel technique sophistiqué.

La recherche autour du cirque évolue d'années en années et est aujourd'hui moins traditionnelle, plus contemporaine, voir moderne.

Le cirque est aussi, grâce à ses activités multiples, une activité ludique. Il est déclencheur d'émotions et d'échanges, il est propice à la découverte et au perfectionnement de ses propres capacités ainsi qu'à la maîtrise du corps et de l'esprit, il est, de ce fait, un bon support d'apprentissage pour la vie de tous les jours.

**L'école de cirque « Les Fortiches »** proposent d'initier et de promouvoir les Arts circassiens à destination des enfants, des adolescents et des adultes dans le cadre scolaire et extrascolaire. L'école dispense les techniques des Arts du Cirque, de la Rue et de la Piste et s'inscrit dans un projet global d'éducation populaire et culturelle.

## **2. Buts pédagogiques de l'école de cirque Les Fortiches**

Veiller, au développement de l'équilibre psychomoteur de tout individu à travers l'activité art du cirque depuis l'apprentissage jusqu'à la consolidation des acquis.

Transmettre les différentes disciplines liées à l'activité « arts du cirque », dans le respect des exigences du corps humain et des capacités de chacun.

Intégrer les richesses d'une mécanique au service des émotions.

Inciter à participer aux projets artistiques mis en place par l'école.

## **3. Ateliers hebdomadaires**

Cette année 2013-2014 l'école ouvre ses portes le 17 septembre et accueille **156 inscrits soit 15 % d'augmentation par rapport à l'année précédente.**

12 ateliers hebdomadaires sont mis en place. Ces ateliers de pratiques artistiques et culturelles sont adaptés à chaque tranche d'âge

- \* **ados-adultes** / 2h00 ----- Mardi 18h - 20h
- \* **3-4 ans** / 1h00----- Mercredi 10h - 11h  
----- Samedi 10h - 11h
- \* **5-6 ans** / 1h15 ----- Mercredi 11h15 -12h30  
----- Samedi 11h15 -12h30
- \* **7-8 ans** /1h30----- Mercredi 14h -15h30  
----- Mercredi 18h00 -19h30
- \* **9-12 ans** / 2h00----- Mercredi 15h45 -17h45  
/ 2h00 ----- Jeudi 18h-20h
- \* **Bébés** / 45 min----- jeudi 17h-17h45
- \* **4-6 ans** / 1h15 ----- Vendredi 17h30-18h45

## **4. Moyens utilisés :**

Les espaces de travail sont aménagés sur 200 m2 avec 56 m2 de tapis de sol et des espaces de rangements pour :

- les tapis de réceptions et d'évolutions,
- le matériel d'équilibre (boules, rolla-bolla, échasses, fils, échelles, monocycles),
- le jonglage (anneaux, balles, massues, petits sacs de riz, foulards, diabolos, bâtons du diable,...)
- les trampolines,
- Une vergue d'une hauteur de 5.50m est installée pour les accroches des aériens (trapèzes, tissus, corde).
- Des rideaux coulissant et des paravents mobiles sont utilisés pour les coulisses

- Beaucoup de costumes,
- une sono.

## 5. Disciplines et objectifs spécifiques :

Ateliers structurés de façon progressive dans le respect des exigences du corps humain, dans un esprit ludique, créatif, sécurisé, dynamique et convivial.

- **Acrobatie au sol** : conscience de son schéma corporel, tonicité, engagement dans l'action,... (roulades avant et arrière, roue et rondade, appui tendu renversé, souplesses avant et arrière, sauts de mains, de tête,...)
- **Mini-trampoline** : se repérer dans l'espace, gérer la prise de risque, se propulser, se réceptionner (roulade piquée, saut périlleux, barani,...)
- **Jonglage** : accéder à la coordination, la latéralité, le rythme, l'adresse, l'échange (balles, anneaux, foulards, massues, boîtes à cigares, diabolos, chapeaux, coussins, cartons, plumes, balai,...)
- **Équilibre sur objets** : comprendre son axe, le transfert de poids, les appuis (boule, rolla-bolla, échasses, fil de fer, monocycle,...)
- **Trapèze fixe** : maîtriser le danger, l'orientation spatiale (figures statiques et dynamiques,...)
- **Tissus et corde lisse** : maîtriser l'effort et le danger, la souplesse (montées, figures statiques et dynamique, chutes...)
- **Acrosport** : adhérer au contact, respecter l'individu (portés, pyramides,...)
- **Expression artistique** : laisser place à l'imaginaire, la sensibilité, l'humour, l'écoute et la complémentarité. Développer sa propre créativité et oser la présenter (danse, jeu clownesque, expressions, regard,...)
- **Travail scénique** : soigner l'interprétation pour rendre lisible son propre mode d'expression, donner un sens à sa création (temps, rythme, espace, écoute, mise en scène, costume, musique ...)

## 6. Démarche artistique :

La **préparation physique** reste primordiale tout au long de l'année. Le développement des capacités de chacun, le contrôle et la maîtrise des exercices répétés, aideront à **accéder à des comportements physiques agiles offrant la possibilité de rechercher un mouvement personnalisé devenant, de ce fait, artistique.**

Le travail de **jeu d'acteur** (écoute, démarches, émotions, regards, personnages,..), le **travail scénique** (espace, rythme, déplacements, mise en scène...), la recherche et l'improvisation par petits groupes sont les principaux atouts de **l'engagement du corps et de l'esprit** qui amèneront vers une confiance en soi, en les autres et **développeront une force vive de créativité.**

**La mise en place de projets spécifiques** (spectacle avant l'AG, Carnaval, spectacles lors d'évènements culturels régionaux, rencontres FREC et spectacles de fin d'année) permettent aux élèves de **s'exprimer et de saisir le sens du « jeu » face à un public.** Ces actions sont primordiales pour notre école. Les **acquis sont alors mis en valeur,** même pour les élèves qui n'exercent pas de prouesses corporelles visibles.

Lors du travail de mise en place de ces projets, nous commençons par des **improvisations courtes**, avec des consignes simples puis nous favorisons le **dialogue verbale sur le ressenti de(s) l'acteur(s) et la critique constructive et bienveillante du public (autres élèves)**. Une phase de développement des propositions retenues et de mise en scène globale du projet sont alors effectuées sur quelques séances.

Nous associons à la dimension artistique de l'école, à travers l'apprentissage des arts du cirque, le « **sens du groupe** » qui favorisera l'**entraide, la compréhension, le non jugement et le soutien collectif en faveur de valeurs artistiques complémentaires** se rapprochant au plus près d'un **projet artistique commun** qui pourra être joué en rue, sur scène ou sur piste.

## 7. Rapports humains et domaines sociaux :

- **Rencontres et échanges** : Permettre aux individualités de s'exprimer au sein d'un groupe, d'avoir confiance en soi, faire et se faire plaisir (partage, collaboration, être dans le respect et l'écoute de ses partenaires).
- **Rôles de chacun** : accepter le regard de l'autre sur sa propre production, accepter différents rôles (acteur, pareur, spectateur) ;
- **Critique artistique** : porter un regard sensible et bienveillant, donner son avis, évaluer une production selon des critères définis, faire des propositions.
- **Respect** : des professeurs, des autres élèves, des consignes et des règles de sécurité

## 8. Méthodologie :

- **1<sup>er</sup> trimestre** : mise en confiance du **groupe** et de **chacun**. Préparation physique du **schéma corporel**, initiation aux différentes **techniques de cirque** et des consignes de **sécurité** s'y rattachant.
- **2<sup>ème</sup> trimestre** : développement du travail **technique** sur une activité choisie ; travail de **jeu d'acteur** (émotions, démarches, regard, personnage..) **travail scénique** (déplacements rythme, espace,...), **recherche et improvisation** par petits groupes,
- **3<sup>ème</sup> trimestre** : association du **jeu scénique et de la technique de cirque; création de numéros** solos, duos, trio, ou collectifs ; **mise en scène** d'un spectacle.

## 9. Différentes tranches d'âges :

Chaque séance est conçue comme un puzzle (accueil, échauffement, ateliers, étirements) sur un thème choisi (équilibre, suspension, contrepoids, acrobatie, coordination, jeu scénique,...)

- **3-4 ans** : (1h / 7 enfants par intervenant).  
L'enfant est dans la phase de motricité fondamentale et affective. Il gardera une liberté de comportement par rapport à son corps et à ses sentiments. Il est dénué de complexe, il a une facilité d'assimilation et de déconcentration rapide.  
**L'intervenant proposera des situations très ludiques**

- **5-6 ans** : (1h15 / 7 enfants par intervenant).  
Détachés du cercle familial par son entité propre mais encore dans la phase affective, l'enfant est ouvert aux activités nouvelles et commence à s'équilibrer dans ses capacités motrices. Il a peu de puissance musculaire. Il est à l'écoute des consignes.  
**L'intervenant proposera des activités un peu plus techniques tout en restant dans le jeu pour déclencher l'envie qui précèdera l'action.**
- **7- 8 ans** : (1h30 / 8 enfants par intervenant).  
L'enfant est en phase de motricité sportive. L'organisation de base de la motricité est terminée, l'enfant est actif mais progressera dans un rythme lent. Il est volontaire et aime le jeu.  
**L'intervenant favorisera la coopération et les travaux collectifs.**
- **9-12 ans** : (2h / 8 enfants par intervenants).  
On observe une disparité dans les possibilités des enfants, ils sont mieux équilibrés corporellement, ont plus de puissance musculaire, leur rythme est régulier, leur système nerveux arrive à maturation, ils ont une bonne endurance et la coordination s'améliore. Leurs mouvements sont de plus en plus précis et l'équilibre mieux assuré ils sont curieux et motivés. Ils aiment avoir des amis et sont dans la créativité.  
**L'intervenant favorisera la créativité à travers des jeux par petits groupes.**
- **12-15 ans** : (2h / 8 enfants par intervenant)  
La latérisation, la perception espace temps et la maîtrise corporelle sont en voie de détermination. L'enfant développe un esprit d'analyse et une plus grande attention, il peut appréhender un autre point de vue que le sien. Sa socialisation est importante et sa personnalité affirmée.  
L'intervenant mettra en avant les qualités de chacun et les responsabilisera.
- **Ados-adultes 16-40 ans** : (2h / 10 adultes par intervenant).  
Envie de s'investir dans une activité créative, de préserver la tonicité et l'élasticité de la chaîne musculaire, d'apprivoiser ses craintes, de partager ses ressentis.  
**Entretien corporel, exploration, coopération, répétition, recherche, application et production.**
- **Adultes 40-60 ans** (1h30 / 10 adultes par intervenants).  
Appréhension du regard de l'autre, de la perte de l'équilibre et de l'autonomie.  
Besoin de socialisation par le dialogue.  
**Maintien musculaire, assouplissement, mobilisation des articulations, prévention de la chute, rencontre, amusement et entraide.**

## 10. Évaluation des pratiquants :

L'évaluation des pratiquants se fait essentiellement à travers **l'observation et les échanges pédagogiques entre animateurs**. Notre école est rurale avec un esprit familial et nous prenons le temps de parler avec les enfants ou les parents entre deux cours. Un temps de préparation des cours hebdomadaires est mis en place pour chaque tranche d'âge et un **programme précis est établi pour chaque cours**.

En fin de chacune des séances, les animateurs notent sur le cahier de classe les **critères pédagogiques, techniques ou sociaux à prendre en compte le cours suivant pour tel ou tel élève.**

Deux réunions pédagogiques par mois permettent de faire un **bilan et un prévisionnel du programme avenir.**

En fin d'année chaque élève est reclassé selon son âge, ses capacités générales à passer ou non dans le groupe suivant (l'ancienneté ou la motivation peuvent parfois influencer). Un dialogue avec les parents peut être nécessaire pour diriger l'élève en coopération avec la famille.

## **11. Encadrement :**

Les cours sont dispensés par des formateurs qualifiés, détenteurs du **B.I.A.C.** ou du **BPJEPS** activités du cirque, ayant de **l'expérience dans les domaines pédagogiques et artistiques.**

## **12. Les stages de vacances**

Les stages que nous proposons en périodes de vacances scolaires s'appuient sur une approche ludique, non compétitive, suscitant le développement corporel et l'imaginaire.

Le programme est établi selon les tranches d'âges : découverte et sensibilisation, initiation et perfectionnement avec les mêmes moyens que ceux utilisés durant nos cours hebdomadaires.

Ils permettent aux enfants d'accroître leur motricité tout en améliorant leurs facultés perceptives. Un mode de communication basé sur le corps se développe. L'entraide, l'écoute, et l'organisation au sein d'un groupe se forment.

Ces stages s'adressent aux enfants à partir de 4 ans. Ils se présentent sous forme de session d'une semaine en demi-journées, journées ou séjours. Axés sur une initiation de plusieurs techniques, sur le perfectionnement d'une en particulier ou sur une recherche artistique précise ils valorisent les acquis lors d'une présentation à l'issue de chaque session. Cela est une occasion pour les jeunes artistes de créer quelques surprises dans une ambiance conviviale et un contexte riche : lumières, musique, costumes, entrées et sorties de scène.

## **13. Les séjours cirk'été :**

Ces séjours sont basés sur la rencontre, l'itinérance, la vie en collectivité, l'apprentissage des techniques de cirque et la construction d'un spectacle.

Nos stagiaires sont immergés dans un mode de vie proche d'une troupe itinérante, ils naviguent entre la vie de groupe, la recherche artistique personnalisée et la création collective. La rencontre avec d'autres enfants, l'effort uni à la concentration, les temps de loisirs. L'autonomisation et la responsabilisation restent le principe même de la pédagogie appliquée dans ces séjours.

L'apprentissage des Arts de la Piste, les nuits sous tentes, la préparation des repas, les voyages en vélos, les chargements et déchargements du matériel font de ces séjours un formidable moment de vie, concrétisé par une présentation au camping et en fin de stage à l'école de cirque.

#### **14. Les interventions en milieu scolaire :**

Proposer l'expression corporelle à l'école est une manière tout à fait intéressante d'inviter l'enfant à mettre la mécanique de son corps au service de ses émotions. C'est un temps partagé d'émotion, qui permet d'éprouver du plaisir à donner le meilleur de soi, de se découvrir des domaines de réussite hors des sentiers scolaires traditionnels, ainsi que d'apprécier les autres dans un nouveau contexte en harmonie avec ses goûts et ses possibilités physiques. Le cirque devient à partir d'un projet de classe, un espace possible de pratique corporelle et de création pour les élèves. C'est un nouveau monde symbolique, une écriture de gestes et d'émotions, c'est la découverte de codes de représentation culturelle.

#### **15. Les interventions en milieu spécialisé :**

Le Cirque Adapté est un concept qui s'attache avant tout au cadre d'intervention plutôt qu'à la classification des pratiquants (enfants, jeunes et adultes en difficulté, handicapés,...) Il se définit comme un cirque outil au service d'un projet (éducatif et/ou thérapeutique) visant l'émancipation de la personne à travers ses expérimentations et la vie de groupe.

Par la multiplicité de ces disciplines et grâce à son univers, le Cirque devient un excellent outil pour être au plus près du potentiel de chacun que ce soit le handicap physique ou le handicap mental.

Chaque projet est mis en place en lien avec les éducateurs spécialisés, cela implique un échange sur les caractéristiques et le comportement de chaque élève, une méthodologie adaptée incluant une évaluation de l'action et de l'évolution de la personne sur l'activité et ses modalités techniques.

#### **16. Manifestations artistiques externes :**

Nos jeunes circassiens sont invités à participer au Carnaval de la ville, à la mise en place de spectacle pour différents contextes tels que le cabarets des Fortiches ou différents événements culturels régionaux, en rue, sur scène ou sur piste. C'est pour eux l'occasion de se retrouver solidaires et de se projeter face à un vrai public. Enfin c'est un très bon moyen pour concrétiser leurs talents et valoriser leurs efforts.

#### **17. Sécurité :**

Cette activité demande à l'individu de dépasser la limite de ses propres possibilités dans le respect des exigences du corps humain et des règles de sécurité.

Il est de notre rôle de préparer le corps aux efforts envisagés en passant par la compréhension des exercices spécifiques et de leurs biens fondés en vue d'une progression bénéfique et hygiénique.

Les tapis de sol et de réceptions, la longe, le rôle de pareur et les consignes des professeurs font partie intégrante des activités circassiennes et ne doivent pas être contournées tant que l'on ne maîtrise pas à 100% les exercices soumis.

Un exercice technique ne pourra être présenté au public qu'en cas de parfaite réussite, sinon il sera plus raisonnable de présenter celui juste avant, un peu plus simple, et de continuer à s'entraîner sur l'exercice plus complexe

En représentation l'artiste peut perdre 40% de ses capacités (stress, public, lumières,...) il faut en tenir compte pour la réussite et la valorisation de son exercice.

## **18. Santé :**

Une bonne hygiène de vie est recommandée en particulier lors d'efforts soutenus : nourriture équilibrée, hydratation régulière, échauffements avant l'effort et étirements après.

Les cours doivent prendre en compte l'étape d'évolution d'un enfant, son rythme de croissance et ses ressources. On travaillera sur la « conduite motrice » dans trois domaines de l'activité humaine : affectivité (très importante pour les plus petits), motricité (dont l'affectivité fait partie, pour les moyens) et connaissance (pour les plus grands).

## **19. Équipe**

Responsable pédagogique, coordinatrice : Armelle Mauger

Responsable administrative : Gosha Guerrero

Animateurs cirque permanents : Camille Rebière et Belaïde Aouina

Animateurs cirque occasionnels : Marion Czerwiecz, Barbara Probst, Sibylle Gatt

## **Projets d'activités 2012-13**

1. Sous locations du local
2. 2 Anniversaires
3. Représentation de la création 2012 « Musique et Cirque » en partenariat avec l'école de musique intercommunale de Sommières, dans le cadre du festival 123 soleil.
4. Organisation de la 7<sup>ème</sup> édition du cabaret-cirque « Sacrée soirée »,
5. Proposition de programmation d'artistes à l'Aréna pour le Crédit Agricole de Montpellier.
6. Partenaire du projet « rompre l'isolement et mieux vivre ensemble » organisé par l'association « le Bon Temps » : 2 ateliers cirque de 3h aux mois d'octobre et mai 2013 pour 10 personnes âgées et 10 jeunes de l'école de cirque (10-14 ans). Atelier reconduit pour 2013-2014
7. Mise en place d'un projet FDS (Fonds de Développement Sociale) en partenariat avec le Conseil Général du Gard prévu pour moi de juillet : Stage de 5 jours « Cirque et Art plastique » pour les jeunes de 12 à 17 ans des quartiers sensibles de Sommières avec 2 intervenants cirque et un intervenant arts plastique.
8. Organisation de deux stages tout public : 1) Capoeira ; 2) portés et acrobaties.
9. Participation au Carnaval de Sommières
10. Participation aux rencontres régionales des écoles de cirque LR
11. Ateliers en milieux scolaires.
12. Cours hebdomadaires.
13. Stages vacances.
14. Fête de fin d'année

***Dans l'année 2012-2013, ce sont 915 personnes qui ont accès à une formation aux Arts du Cirque au sein de notre école.***