MISSION 6E · EPS · S'EXPRIMER DEVANT LES AUTRES PAR UNE PRESTATION ARTISTIQUE ET/OU ACROBATIQUE · P3

Les arts du cirque en CM2 : leçon, exercices et évaluation

Mission 6e

CM2 Difficulté ★★★ ⏱ 30 min Objectif : Les arts du cirque Vidéoprojection

Compétence visée (programme) : Réaliser en petits groupes des séquences à visée acrobatique ou artistique destinées à être présentées et appréciées

Nova te résume l'essentiel

- Nova te rappelle qu'une prestation de cirque raconte quelque chose avec le corps, les objets, l'espace et les autres.

- Prépare une courte séquence avec un début, des actions organisées et une fin claire.
- Reste attentif à ta sécurité, à celle de ton groupe et au regard bienveillant des spectateurs.

La leçon

Entrer dans la piste

Les arts du cirque regroupent des activités dans lesquelles tu t'exprimes devant des spectateurs. Tu peux y montrer de l'adresse, de l'équilibre, de la coordination, de l'imagination et de la coopération. Une prestation de cirque n'est pas seulement une suite de prouesses. Elle doit être construite pour être comprise et appréciée par les personnes qui la regardent. Tu peux, par exemple, faire voyager une balle sans la faire tomber, traverser un espace en gardant un équilibre, créer une statue à plusieurs ou inventer le numéro d'un personnage maladroit. Ton corps devient alors un moyen de raconter et de communiquer. Les objets, les déplacements, les regards, les arrêts et les gestes ont tous une importance. Nova te souffle une idée essentielle : même une action simple peut devenir intéressante si elle est précise, répétée et bien présentée.

Mots à connaître

Une prestation est ce que tu présentes devant un public. Une séquence est un enchaînement court de plusieurs actions. Un numéro est une prestation construite autour d'une idée. Une figure est une position stable réalisée seul ou à plusieurs. Un accessoire est un objet utilisé pendant le numéro : foulard, balle souple, anneau, ruban ou assiette chinoise selon le matériel disponible. Le public est l'ensemble des personnes qui regardent. La scène est l'espace dans lequel les artistes se déplacent et jouent leur numéro.

Les grandes familles d’actions

- Jongler : lancer, recevoir, faire rouler ou faire rebondir un objet. Commence avec un objet facile à maîtriser, puis ajoute une difficulté seulement lorsque le geste est régulier.
- Équilibrer : garder une position stable, marcher sur un parcours au sol, transporter un objet sans le faire tomber ou tenir une posture immobile. Regarde devant toi et choisis des appuis solides.
- Acrobater : réaliser des actions corporelles simples et maîtrisées, comme rouler, tourner, sauter, prendre une posture basse ou former une statue. Utilise les tapis et respecte les consignes données.

- Jouer un personnage : utiliser ton visage, ton regard, ta posture et tes gestes pour faire comprendre une émotion ou une intention. Un personnage fier ne se déplace pas comme un personnage inquiet.
- Coopérer : réaliser des actions avec les autres : se croiser, se répondre, former une image collective, se passer un objet ou synchroniser un mouvement.

Construire une séquence qui se comprend

Pour construire une séquence, commence par choisir une idée simple. Elle peut être liée à un lieu, à une émotion, à une rencontre ou à un problème à résoudre. Par exemple : « Trois artistes cherchent une balle perdue », « Des équilibristes traversent un pont imaginaire » ou « Un jongleur veut impressionner ses amis ». Ensuite, choisis quelques actions que ton groupe sait déjà réaliser avec assurance. Il vaut mieux réussir trois actions simples et précises que tenter une action difficile et dangereuse. Organise ensuite ces actions dans un ordre qui aide le public à suivre l'histoire. Place un début pour montrer qui vous êtes ou ce qui se passe. Prévois un milieu avec une action importante, une difficulté, une surprise ou une rencontre. Termine par une image immobile, un salut ou un geste commun. Cette fin permet au public de comprendre que le numéro est terminé.

Répétez plusieurs fois en gardant le même ordre. Si une partie est confuse, simplifiez-la ou placez mieux les artistes dans l'espace.

Donner une forme à ton numéro

Moment	Ce que fait le groupe	Exemple
Début	Entrer, prendre sa place et montrer une situation.	Les trois artistes arrivent lentement, regardent une balle au sol et s'immobilisent.
Développement	Enchaîner des actions en lien avec l'idée choisie.	Un artiste fait rouler la balle, un autre la rattrape, le troisième tente de garder l'équilibre.
Moment fort	Mettre en valeur une action précise ou une image collective.	Les artistes se passent la balle puis forment une statue tous ensemble.
Fin	Terminer nettement et saluer.	Le groupe garde une position immobile, regarde le public puis salue.

Utiliser l’espace, le temps et l’énergie

Dans une prestation, tu ne bouges pas au hasard. Observe l'espace disponible : devant, derrière, à droite, à gauche, au centre et sur les côtés. Si tous les artistes restent au même endroit, le numéro peut sembler immobile. Si tous courent dans des directions différentes, il devient difficile à regarder. Choisis donc des déplacements lisibles. Tu peux avancer en ligne, tourner autour d'un camarade, te croiser, t'éloigner puis te rapprocher. Pense aussi aux niveaux : un niveau bas correspond à une position près du sol, un niveau moyen à une position debout ou accroupie, un niveau haut à des bras levés ou à une posture étirée. Utilise seulement des positions que tu maîtrises. Le temps compte également : tu peux agir lentement pour créer du suspense, rapidement pour montrer la joie ou l'agitation, ou t'arrêter pour attirer l'attention. Enfin, varie l'énergie de tes gestes. Un mouvement peut être léger, lourd, souple, saccadé, calme ou énergique. Ces choix aident le public à comprendre votre intention sans paroles.

Exemple : le numéro des foulards voyageurs

> Quatre artistes commencent en cercle, chacun avec un foulard. Au signal, ils lancent doucement leur foulard et le rattrapent. Puis ils se déplacent en diagonale en faisant flotter le tissu. Un artiste

> laisse tomber son foulard et prend un air surpris. Les autres viennent l'aider : chacun lui propose son foulard, puis tous créent une grande vague colorée. Ils finissent alignés, bras levés, foulards immobiles au-dessus de leur tête. Le public voit un début, un problème, une aide collective et une fin.

Répéter avec méthode

Une répétition sert à améliorer la prestation, pas à faire toujours la même chose sans réfléchir. Commence par revoir l'ordre des actions. Chaque membre du groupe doit savoir quand il entre, où il se place, ce qu'il fait et ce qu'il regarde. Répétez une première fois sans chercher la vitesse. Arrêtez-vous si vous hésitez. Discutez calmement : qu'est-ce qui est clair ? qu'est-ce qui doit changer ? Répétez une deuxième fois en ajoutant les regards vers le public, les gestes du personnage et les arrêts. Une immobilité bien tenue peut être aussi expressive qu'un déplacement. Lors d'une troisième répétition, vérifiez les transitions. Une transition est le passage d'une action à la suivante. Elle doit être préparée : pendant qu'un camarade lance une balle, un autre peut déjà se placer pour recevoir ou pour former une statue. Évite les moments où chacun attend sans savoir quoi faire. Demande ensuite à un autre groupe de vous observer. Écoute une remarque utile, puis choisis une

amélioration précise. Par exemple : « Nous allons faire notre fin plus longue » ou « Nous allons mieux écarter nos positions pour que chacun soit visible ».

Les règles de sécurité à respecter

- Écoute les consignes de l'adulte avant de commencer et utilise uniquement le matériel autorisé.
- Vérifie que l'espace est dégagé. Ne laisse ni objet ni sac dans une zone de déplacement.
- Utilise les tapis pour les actions qui le demandent et ne fais pas d'acrobatie que tu ne maîtrises pas.
- Ne porte pas un camarade et ne monte pas sur lui sans une consigne précise et un apprentissage accompagné.
- Garde une distance suffisante avec les autres groupes, surtout lorsque des objets sont lancés ou roulés.
- Arrête-toi immédiatement si l'adulte donne le signal d'arrêt ou si une situation devient risquée.
- Respecte ton corps : si tu ne te sens pas à l'aise avec une action, propose une autre action sûre au groupe.

Présenter et apprécier avec bienveillance

Quand tu présentes, regarde dans la direction du public sans fixer toujours la même personne. Reste concentré jusqu'à la fin, même si un petit imprévu arrive. Dans les arts du cirque, une balle qui tombe peut devenir une partie du jeu : tu peux la ramasser calmement, montrer la surprise de ton personnage puis reprendre l'action. Ne ris pas d'un camarade qui se trompe. Aide-le à continuer. Quand tu observes un autre groupe, regarde attentivement et respecte le silence demandé. Pour donner ton avis, commence par nommer ce que tu as vu : « J'ai vu une entrée en file et une statue finale. » Puis explique ce qui t'a plu : « J'ai aimé les mouvements lents, car ils faisaient penser à des équilibristes. » Enfin, propose une amélioration concrète et gentille : « Vous pourriez garder la position finale un peu plus longtemps pour que tout le monde la voie. » Nova le sait : un bon spectateur aide les artistes à progresser.

Le repère D-A-F

Pour vérifier votre séquence, pense à D-A-F : Début, Actions, Fin. Si le public voit clairement ces trois moments, votre numéro est déjà bien organisé. Ajoute ensuite des déplacements, des regards et une idée commune pour le rendre encore plus expressif.

Exemples résolus

Organiser le numéro des balles perdues

Énoncé. Un groupe de trois élèves veut présenter une séquence avec une balle souple. Il doit créer un début, un moment fort et une fin.

1. Étape 1 : choisis une idée facile à comprendre : les artistes cherchent une balle qui roule loin d'eux.
2. Étape 2 : prépare le début : les trois artistes entrent, voient la balle et montrent leur surprise.
3. Étape 3 : organise les actions : un artiste fait rouler la balle, un autre la suit en gardant l'équilibre, le troisième la récupère.
4. Étape 4 : crée le moment fort : les trois artistes se passent la balle sans la faire tomber.
5. Étape 5 : termine par une statue : l'artiste qui tient la balle lève le bras pendant que les deux autres le regardent.

Résultat : La séquence est compréhensible, car elle a un début, des actions liées à la même idée, un moment fort et une fin visible.

Améliorer une séquence confuse

Énoncé. Pendant une répétition, quatre artistes se déplacent tous au centre, parlent entre eux et ne savent pas quand faire leur figure finale.

1. Étape 1 : repère le problème : les artistes sont trop regroupés et le public ne distingue pas leurs actions.
2. Étape 2 : attribue une place à chacun : deux artistes vont sur les côtés, un reste au centre et un se place derrière.
3. Étape 3 : fixe un signal commun : lorsque l'artiste du centre lève son foulard, tous rejoignent leur position finale.
4. Étape 4 : répète la transition plusieurs fois sans objet, puis avec les accessoires.
5. Étape 5 : demande à des observateurs si la fin est claire.

Résultat : La séquence devient plus lisible : chacun a une place, le signal est connu et la figure finale apparaît au bon moment.

Les astuces de Nova

Simple et brillant

Nova te conseille de réussir d'abord une action simple. Ajoute ensuite un regard, un arrêt ou un déplacement : ton action deviendra plus spectaculaire sans devenir risquée.

La statue finale

Imagine une photo de groupe à la fin de votre numéro. Si cette photo raconte votre idée, votre fin sera facile à comprendre.

Les yeux du public

Avant de commencer, demande-toi : « Où le public doit-il regarder ? » Place l'action importante dans un espace visible et évite de la cacher derrière un camarade.

Mes exercices

1 Les mots du cirque ⭐ ★★★

Associe chaque mot à sa définition.

1. Séquence
2. Public
3. Accessoire

2 Les bons réflexes ⭐ ★☆☆

Indique si chaque affirmation est vraie ou fausse.

1. Je peux essayer une acrobatie inconnue sans consigne, si mes camarades regardent.
2. Je vérifie que mon espace de déplacement est dégagé avant de commencer.
3. Je peux proposer une autre action si une action prévue ne me semble pas sûre.

3 Le fil du numéro ⭐ ★☆☆

Remets ces moments dans l'ordre d'une prestation.

1. Statue finale ; entrée des artistes ; passage d'un foulard ; salut.
2. Les artistes se placent ; ils créent leur action principale ; ils s'immobilisent.