

## Votre complément n° 6 !

Chers enseignants,

Retrouvez deux nouvelles séquences dans ce sixième numéro : l'une sur la pratique de l'athlétisme au Cycle 2 , l'autre sur le cirque au Cycle 3.

En utilisant quotidiennement le Guide EPS élémentaire :

- **Vous motivez et faites progresser vos élèves séance après séance**, grâce à des **situations d'apprentissage différenciées** et faciles à mettre en œuvre.
- **Vous êtes assuré de la qualité pédagogique des séquences** et des ressources déjà testées et approuvées en classe.
- **Vous gagnez un temps précieux** en sélectionnant, en fonction de vos besoins, les séquences complètes grâce auxquelles **vous élaborez aisément votre programmation annuelle**.

Cordialement,

*L'équipe éditoriale*

Des questions sur votre abonnement ?  
Des attentes particulières ? Une critique à formuler ?

**N'HÉSITEZ PAS À CONTACTER NOTRE SERVICE CLIENTS :**

service-clients@editions-raabe.fr

Tél. : 04 50 88 24 00

Fax : 04 50 88 24 05

## VOS SÉQUENCES EN LIGNE !

Pour télécharger vos séquences, entrez l'adresse suivante dans votre navigateur et enregistrez l'archive sur votre ordinateur :

**[http://raabe.dieupart.net/eps6\\_ressources.zip](http://raabe.dieupart.net/eps6_ressources.zip)**

Pour décompresser l'archive, entrez le mot de passe suivant :

**Mot de passe : mn45z3p**

Nous vous recommandons de conserver ces informations pour pouvoir vous y référer ultérieurement. Si vous rencontrez des problèmes, n'hésitez pas à contacter notre service client par e-mail. Nous vous apporterons une solution technique dans les plus brefs délais.

## Sommaire général

Les nouvelles compétences de ce complément/mise à jour sont matérialisées par une trame gris clair. Vous visualisez ainsi où insérer ces nouvelles pages dans votre classeur et avez toujours un sommaire à jour.

### Partie I. Réaliser une performance mesurée (en distance, en temps)

#### Athlétisme

1. Le sprint – Cycle 3
2. Saut en longueur, lancer et course de haies – Cycle 3
3. Courir vite, sauter loin – Cycle 2 (complément / mise à jour n° 6)

### Partie II. Adapter ses déplacements à différents types d'environnement

#### Natation

1. La natation – Cycle 2

#### Vélo

1. Le vélo – Cycle 2
2. Le vélo – Cycle 3

#### Course d'orientation

1. La course d'orientation – Cycle 3

#### Escalade

1. L'escalade – Cycle 3

### Partie III. Coopérer ou s'opposer individuellement et collectivement

#### « Jeux de lutte »

1. Les jeux de lutte – Cycle 2
2. Les jeux de lutte – Cycle 3

#### « Jeux de ballons »

1. Le handball – Cycle 3
2. Le football – Cycle 3

#### « Jeux collectifs de poursuite »

1. Les jeux de poursuite sans ballon – Cycle 2
2. Les jeux de poursuite avec ballon – Cycle 2

### Partie IV. Concevoir et réaliser des actions à visée expressive, artistique, esthétique

#### « Danse de création »

1. La danse – Cycle 2
2. La danse – Cycle 3

#### Gymnastique

1. La gymnastique – Cycle 3
2. La gymnastique – Cycle 2

#### Cirque

1. Le cirque – Cycle 2
2. Le cirque – Cycle 3 (complément / mise à jour n° 6)

### Partie V. Outils-Ressources

1. « Check-list » du matériel EPS : les essentiels
2. Valider l'Aper et l'APS



## Plan de la séquence

### 1. Compétence visée

Réaliser une performance mesurée.

### 2. Compétences visées par les activités athlétiques au Cycle 2

- Réaliser la meilleure performance possible sur une course de vitesse de 7 s sur un plat en herbe, en terre ou en goudron.
- À partir d'un élan de 5 à 6 foulées, réaliser la meilleure performance possible sur 3 bonds enchaînés sur un plat (non glissant) en herbe, en terre ou en goudron.
- À partir d'un élan de 6 à 7 foulées, réaliser la meilleure performance possible sur un saut en longueur réceptionné sur un tapis de saut ou dans le sable.

### 3. Ressources motrices à développer

#### Courir vite

- Partir vite à un signal en 2 temps (« Prêt, partez ! »).
- Organiser son départ, prendre une position de départ efficace (debout pieds décalés, bras fléchis en opposition, buste incliné).
- Atteindre le plus vite possible sa vitesse maximale et la maintenir jusqu'à la fin de sa course.
- Courir en ligne droite.
- Franchir la ligne d'arrivée sans ralentir.

#### Courir vite avec des obstacles

- Courir et franchir 3 obstacles bas successifs en ralentissant le moins possible.

#### Sauter en longueur ou en plusieurs bonds

- Utiliser ses segments libres.
- Enchaîner course d'élan et impulsion sur un pied.
- Prendre de la vitesse pendant l'élan.
- Impulser sur un pied.
- Sauter dans l'axe de déplacement.
- Arriver pieds joints sans chuter vers l'arrière.

### 4. Ressources méthodologiques

- S'échauffer en autonomie selon un rituel connu.
- Mettre en relation la distance réalisée et la zone de performance visée pour l'essai suivant.
- Récupérer entre les essais (surtout en course de vitesse).

## 5. Connaissances

- Ses records et ses évolutions.
- Des indicateurs simples : son pied avant au départ, son pied d'appel.
- Le vocabulaire spécifique : « couloir », « sautoir », « zone d'appel », « zone de réception », « starter », « chronomètre »...
- Les principes d'efficacité pour courir vite et sauter loin.

## 6. Attitudes

- Devenir autonome : participer au chronométrage, au secrétariat, à l'installation et au rangement du matériel.
- Tenir des rôles sociaux variés : juge, observateur, starter, chronométreur.
- Communiquer entre le starter et le chronométreur.
- Mieux se connaître, mesurer ses progrès, s'impliquer dans un projet individuel ou collectif.
- Respecter les règles de sécurité.
- Persévérer pour améliorer sa performance.

## 7. Progression

Séances	Objectifs	Situations
1 et 2	Phase de découverte <b>Entrée dans l'activité et mise en place des règles collectives de sécurité et de fonctionnement</b>	Parcours athlétique et jeux
3 et 4	Phase de référence <b>Évaluation diagnostique</b>	Situations de référence en situations inversées
5 et 6	Phase d'apprentissage Plaisir d'apprendre et de progresser <b>Découvrir les conduites motrices efficaces pour progresser : l'impulsion (saut), le départ (course)</b>	Situations d'apprentissage : – réagir vite à un signal ; – les rivières ; – les obstacles.
7 et 8	Phase d'apprentissage. Plaisir d'apprendre et de progresser <b>Découvrir les conduites motrices efficaces pour progresser : la course d'élan (saut), courir vite et franchir</b>	Situations d'apprentissage, orienter sa course, courir et franchir
9 et 10	Phase de réinvestissement et d'évaluation Activité de performance de l'élève : plaisir de réussir <b>Évaluation sommative</b>	Situations de référence en situations inversées

## Informations pour l'enseignant

L'athlétisme est une activité de performance qui s'appuie sur la motricité de base : courir, sauter et lancer (cf. connaissance de l'activité-séquence « sprint » au Cycle 3).

**Au Cycle 2**, cette activité est particulièrement importante, car elle doit amener l'élève à passer progressivement d'une activité centrée sur le plaisir d'agir et l'enrichissement du répertoire moteur (Cycle 1) à une activité de performance centrée sur le désir d'apprendre et de progresser (Cycle 3). La démarche consiste donc à proposer des situations variées, sources de plaisir, qui permettent à l'élève d'identifier clairement le résultat de son action, le but à atteindre et la performance réalisée pour pouvoir mesurer les écarts entre ses propres performances et celles des autres, afin de construire des éléments de comparaison.

### Lieu de pratique

L'activité athlétique peut se pratiquer partout avec peu de matériel. Il est tout de même préférable de privilégier l'activité en extérieur sur un grand espace pour doubler les ateliers et pouvoir proposer plusieurs couloirs (cour, terrain en gravillon, mini-stade en herbe...).

### Durée des séances

Une séance dure en moyenne 1 h. Il vaut mieux prendre le temps de se rendre sur un terrain en herbe à proximité que de mener la séance dans la cour sur du goudron. Les élèves peuvent mettre en place les ateliers à partir d'un plan présenté en amont en classe (fiches « Élèves » E3a, E3b, E3c et E3d).

### Les difficultés des élèves au Cycle 2

Le développement psychomoteur se caractérise par l'affinement des conduites et le début des dissociations. Les équilibres statiques et dynamiques sont mieux maîtrisés et la latéralisation, affirmée. Le besoin de mouvement est important. Le développement de l'individualité est plus marqué et amène l'enfant à quitter l'imitation de l'autre. Ses capacités d'abstraction se développent fortement (représentation de l'espace, codage par symbolisation, utilisation de différents langages...).

Il est donc important de :

- mettre en œuvre des démarches exploratoires actives, aidées par la verbalisation, la prise de recul et la recherche de communication (situations d'apprentissage) ;
- faire référence à ce qui a été fait ;
- garder des traces pour percevoir et comprendre les progrès réalisés.

En saut en longueur : les élèves sont centrés sur l'élan. Ce dernier est considéré comme magique : plus on prend d'élan, plus on saute loin. L'objectif est de leur faire comprendre la limite d'un élan trop long et de les amener à se centrer sur l'impulsion, qui est le moment clé de l'effort. La 2<sup>e</sup> difficulté en saut est d'identifier le pied d'appel.

En course de vitesse : la prise d'informations est limitée. Les postures sont organisées essentiellement à partir des informations visuelles. Il est donc primordial de proposer des situations dans lesquelles les prises d'informations seront de nature différente pour amener l'élève à construire d'autres repères et développer de nouvelles sensations (proprioceptives).

### Les situations de référence

Les situations proposées sont des situations « inversées » : pour une ligne ou une zone d'arrivée identique, l'élève choisit son point de départ. En fonction de sa réussite, il modifie, ajuste sa zone ou sa ligne de départ. Ces situations « inversées » à but et critères de réussite concrets exigent de l'élève d'anticiper, avant l'action, le niveau de défi qu'il consent à se fixer.

### Les situations d'apprentissage

Les situations d'apprentissage visent à faire progresser l'élève d'un point de vue de sa performance motrice. À travers ces situations, l'enfant va découvrir les règles d'action efficaces en mettant en relation les manières de faire et le résultat de son action.

**Ce qu'il y a à apprendre pour progresser (règles d'actions efficaces à faire découvrir aux élèves) :**

- **pour courir vite (avec ou sans obstacle), il faut** réagir vite à un signal, prendre un départ rapide, courir droit, conserver sa vitesse jusqu'à la ligne d'arrivée ;
- **pour sauter loin, il faut** trouver son pied d'appel, enchaîner course d'élan et impulsion sur un pied sans ralentir avant la zone d'appel, prendre une impulsion vers le haut et vers l'avant (utiliser ses bras), retomber dans le sable à pieds joints en basculant vers l'avant pour éviter de tomber en arrière.

### Des apprentissages moteurs, mais pas seulement...

Une séquence d'athlétisme est aussi l'occasion de mettre en œuvre concrètement un certain nombre de **compétences transversales** :

- en faisant vivre aux élèves des rôles sociaux variés tels que juge, organisateur, chronométreur, entraîneur ;
- en les associant aux tâches d'installation et de rangement du matériel ainsi qu'à la mise en place et au respect des règles de sécurité.

Ce doit être aussi l'occasion de donner du sens à des notions issues d'autres **champs disciplinaires** :

- vocabulaire : utiliser un lexique spécifique relatif au corps, aux actions, au matériel, à l'activité athlétique ;
- mathématiques : appréhender les notions relatives à l'espace et au temps en mettant en relation la vitesse et la distance d'une course : en course de vitesse, sur une même durée, c'est celui qui a la distance la plus grande qui court plus vite ou qui gagne la course.

Échelle à utiliser pour la correspondance distance (en m) et vitesse (en km/h) pour 7 s de course : 2 m pour 1 km/h.

<b>m</b>	26	28	30	32	34	36	38	40	42
<b>km/h</b>	13	14	15	16	17	18	19	20	21

- lire/écrire : lire un plan illustrant une situation, relever ses performances et les utiliser.

**La finalisation de cette séquence pourra être la participation à une rencontre interclasses ou interécoles par le biais de l'Usep, durant laquelle les enfants pourront être non seulement athlètes, mais aussi spectateurs, juges...**

## 1. Objectifs

- Entrer dans l'activité, se familiariser avec les formes de pratiques athlétiques ; courir, sauter et lancer.
- Mettre en place les règles collectives de fonctionnement et de sécurité.
- Découvrir et s'appropriier le matériel, utiliser le lexique spécifique.

## 2. Préparation

Séances 1-2	Durée	Matériel
✓ Présentation et installation matérielle	2 x 10 min	✓ Plan du parcours et liste du matériel de chaque zone (fiche « Élève » E3d)
✓ Échauffement	10 min	✓ <u>Slalom</u> : 5 plots, assiettes ou cônes
✓ Parcours général	2 x 10 min	✓ <u>Lancer précis</u> : carré de moquette, 4 grands cerceaux de couleurs différentes, 3 sacs de graines ou balles lestées
✓ Bilan en classe	10 min	✓ <u>Course d'obstacles</u> : 3 obstacles : barils de lessive ou haies (cônes + barres) ✓ <u>Lancer loin</u> : 3 ou 4 lattes de couleurs différentes, un banc ou une corde, 3 anneaux ✓ <u>Foulées bondissantes</u> : lattes ✓ <u>Rivières</u> : 3 cerceaux ✓ <u>Courir vite</u> : 2 grands plots

## 3. Déroulement

**En amont en classe**, l'enseignant présente collectivement le plan du parcours athlétique en précisant les tâches à réaliser à l'intérieur de chaque zone. Puis une fiche « Zone » (dispositif, matériel) est donnée à un groupe d'élèves qui sera chargé de l'installer.

Séance 1 : la 1<sup>re</sup> séance nécessitera une mise en place assez importante (explication, installation) qui risque de réduire le temps de pratique.

Séance 2 : cette séance reprend les mêmes zones, mais avec des choix individuels de difficultés sur chaque zone.

### « Règles d'or »

- Être attentif pour ne pas couper la route à un coureur.
- Avant de lancer, vérifier qu'il n'y ait personne dans la zone de lancer, idem en saut.
- Respecter le matériel et son utilisation.

### 3.1 Échauffement collectif (10 min)

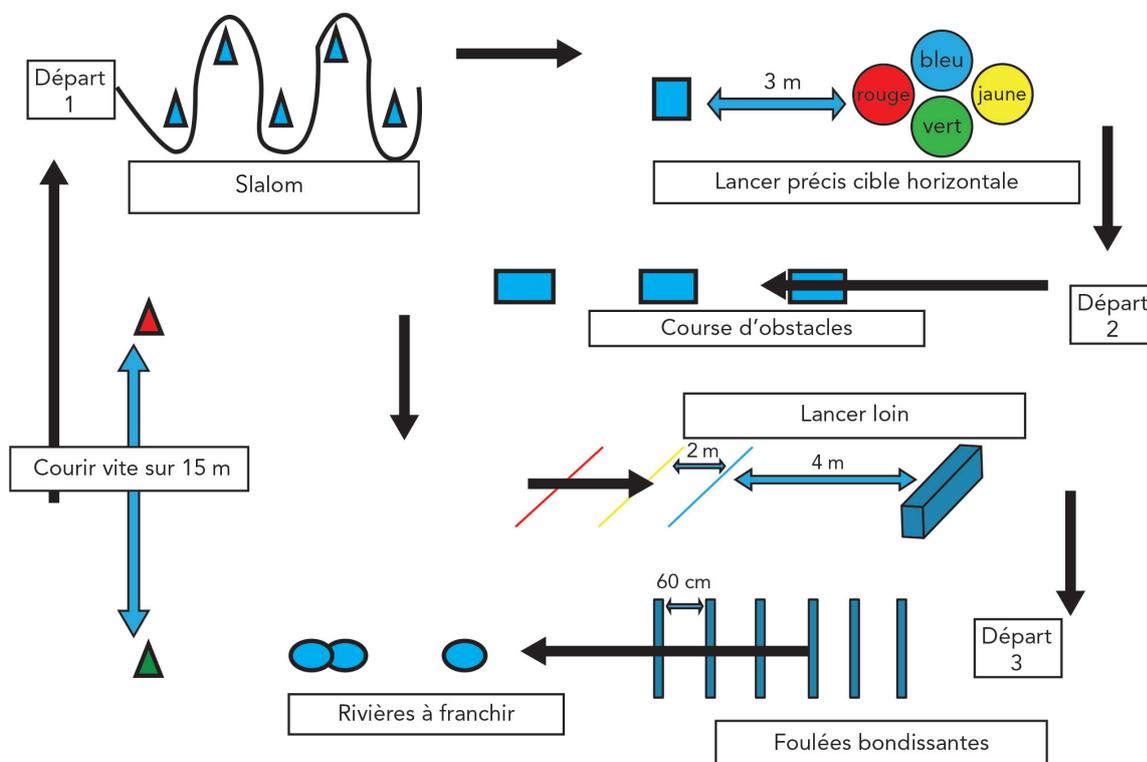
En dispersion, jeu de « Jacques a dit » en variant les modes de déplacement (trotter, courir, marcher en avant, en arrière, à 4 pattes, sauter à pieds joints, à cloche-pied, comme une grenouille, comme un lapin, faire des pas chassés, des pas croisés, trotter en montant les genoux, en faisant toucher les talons aux fesses, en faisant des moulinets de bras...).

Jeux traditionnels de poursuite, loup glacé pour varier les allures de course.

### 3.2 Parcours général (2 x 10 min)

#### a. Dispositif

- Séance 1 : possibilité de dédoubler les zones si l'espace est suffisant.
- Séance 2 : chaque zone proposera des niveaux de difficulté différents (hauteur des obstacles, espace entre les obstacles ou les lattes, largeur des rivières, distance entre aire de lancer et zone de réception).



#### Matériel

- Slalom : 5 plots, assiettes ou cônes.
- Lancer précis : carré de moquette pour matérialiser l'aire de lancer, 4 cerceaux de couleurs différentes pour les zones de réception, 3 sacs de graines ou balles lestées (3 lancers successifs par élève).
- Course d'obstacles : 3 obstacles : barils de lessive ou haies (cônes + barres, hauteur de 25 à 35 cm).
- Lancer loin : 3 ou 4 lattes de couleurs différentes pour matérialiser les zones de départ, un banc ou une corde pour matérialiser la zone de réception (anneaux).
- Foulées bondissantes : lattes espacées de 60 cm.

- Rivières : 3 cerceaux, dont 2 qui se chevauchent pour matérialiser 2 rivières de largeurs différentes à franchir.
- Courir vite : 2 cônes espacés de 15 m.

### b. Organisation

Les élèves sont répartis de façon aléatoire sur les 3 départs.

### c. Activités

« **Consigne** : Au signal, je démarre le plus vite possible en respectant les consignes. »

#### Règles de sécurité

- Je respecte le sens du parcours.
- J'attends qu'il n'y ait personne dans la zone pour démarrer (impossible de doubler).
- Je lance mes 3 objets, puis je continue le parcours (je ne vais pas les récupérer).
- Quand j'arrive sur une zone de lancer, je vais récupérer les 3 objets dans la zone de réception que l'élève précédent a laissés.
- Je m'assure qu'il n'y ait personne dans la zone de réception avant de lancer.
- Je peux choisir mon niveau de difficulté.

- Laisser réaliser le parcours (plusieurs fois) et réguler les comportements des élèves (10 min).
- Proposer un relais par équipe et chronométrer le temps de passage de chaque équipe (10 min).

### 3.3 Bilan en classe (10 min)

#### Séance 1

L'enseignant questionne les élèves sur leurs difficultés, leurs réussites, le respect des règles de sécurité...

#### Séance 2

L'enseignant présente le travail des séances suivantes qui portera sur :

- courir vite sans et avec obstacles ;
- sauter loin.

Les lancers seront travaillés dans une autre séquence avec la course en relais.

## 1. Objectifs

- Organiser la classe et les espaces dans les situations de référence.
- Repérer ses performances, s'évaluer pour avoir une idée plus précise du niveau de départ et ainsi pouvoir mesurer ses progrès en fin de séquence.
- Permettre à l'élève de s'engager dans un projet individuel.

## 2. Préparation

Séances 3-4	Durée	Matériel
✓ Échauffement	10 min	✓ Assiettes de couleur, grands cônes
✓ Ateliers	3 x 20 min	✓ Craies, rectangle de moquette, corde
✓ Bilan en classe	15 min	✓ Décamètre
		✓ Planchette, crayon, gomme
		✓ Fiches « Élèves » E1 et E3a

## 3. Déroulement

**En amont en classe**, présentation préalable de la séance par l'enseignant afin d'en conserver tout l'intérêt et de ne pas en dénaturer l'objectif.

Séance 3 : s'approprier les règles de sécurité, le fonctionnement et le contenu des ateliers.

Séance 4 : s'évaluer. L'enseignant doit insister dans sa présentation sur le fait que si l'objectif principal est bien la mesure de la performance, celle-ci est bien sûr relative, car propre à chacun, et que ce sont surtout les progrès réalisés quel que soit le « niveau » de départ qui témoigneront de l'efficacité de l'apprentissage.

Distribution des fiches de relevé de performance. Puisqu'il s'agit d'une évaluation diagnostique servant de prise de repère, **on limitera à 3 le nombre d'essais** notés sur la fiche (une trop grande répétition n'apporte rien en début de séquence).

### « Règles d'or »

- Être attentif pour ne pas couper la route à un coureur.
- Avant de sauter, vérifier qu'il n'y ait personne dans la zone de réception.
- Attendre le signal du juge.
- Respecter le matériel et son utilisation.

### 3.1 Échauffement collectif (10 min)

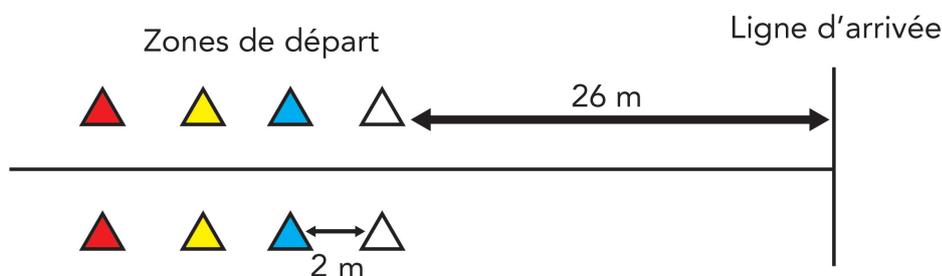
En dispersion, varier les modes de déplacement (trotter, courir, marcher en avant, en arrière, à 4 pattes, sauter à pieds joints, à cloche-pied, comme une grenouille, comme un lapin, faire des pas chassés, des pas croisés, trotter en montant les genoux, en faisant toucher les talons aux fesses, en faisant des moulinets de bras...). Idem avec le jeu des roues du vélo (par 2, la roue arrière imite ce que fait la roue avant, puis on change les rôles).

Jeux traditionnels de poursuite (ex. : gendarmes et voleurs) pour varier les allures de course.

### 3.2 Course de vitesse (15-20 min)

#### a. Dispositif : le vitelloin (Usep 74)

4 couloirs de course, côte à côte :



#### Matériel :

- Cônes ou assiettes de couleur pour matérialiser les zones de départ (un départ tous les 2 m à partir de 26 m).
- 2 à 4 grands cônes + tracé à la craie pour matérialiser la ligne d'arrivée.

#### b. Organisation

Les élèves sont par 2.

Séance 3 : lorsque mon binôme court, je suis juge d'arrivée (je valide ou non la course).

Séance 4 : lorsque mon binôme court, je suis juge d'arrivée et secrétaire (je valide ou non la course et je note le résultat sur la fiche).

Lorsque mon binôme ne court pas, je peux prendre le rôle de juge pour lancer le départ ou de chronométreur (comptage du temps).

#### c. Activités

Passage de 4 coureurs par course. Les zones de départ peuvent être différentes pour les 4 coureurs. Tous les élèves effectuent d'abord une course, puis une 2<sup>de</sup>.

##### Consignes

**Pour le coureur** : « Parcourir la plus grande distance en 7 s. Je choisis une zone de départ. J'attends le signal du juge. Au signal, je cours le plus vite possible pour franchir la ligne d'arrivée au 2<sup>d</sup> signal. »

**Pour le juge** : « Je vérifie que les couloirs sont libres en disant "Attention !". Puis je donne le signal de départ : "Prêt, partez !" Lorsque le chronométreur annonce "7", je siffle ou je crie "Stop !". »

**Pour le chronométreur** : « Au signal du juge ("Partez !"), je commence à compter jusqu'à 7 en respectant le rythme. »

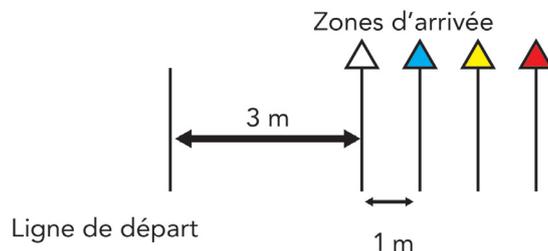
Le comptage du temps (7 s) sera d'abord réalisé par l'enseignant, puis délégué à des élèves. L'utilisation d'un métronome ou du chronomètre peut aussi être proposée.

L'enseignant s'assurera que les élèves occupent au moins une fois les différents rôles sur les 2 séances.

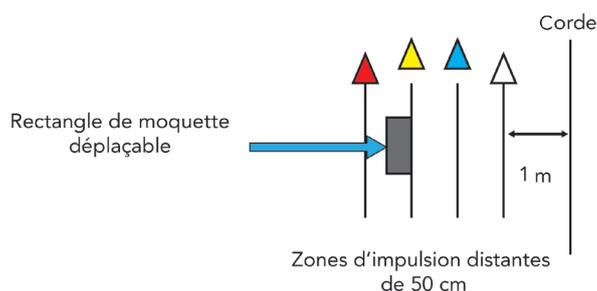
### 3.3 Sauter loin (2 x 10 min)

#### a. Dispositif

- Multibond



- Saut en longueur



#### Matériel :

- Cônes ou assiettes de couleur pour matérialiser les zones d'impulsion pour le saut en longueur (tous les 50 cm, à partir d'1 m de la corde) et les zones d'arrivée pour le multibond (tous les mètres, à partir de 3 m).
- Une longue corde pour matérialiser la ligne d'arrivée au saut en longueur.

#### b. Organisation

Les élèves sont répartis sur les 2 ateliers, par binômes. L'un est sauteur pendant que l'autre est juge (il valide la performance du sauteur).

#### c. Activités

##### Consignes

- Multibond : « Avec ou sans élan, sauter le plus loin possible en 3 bonds enchaînés. »
- Saut en longueur : « Choisir une zone d'impulsion pour placer sa moquette. Puis, avec ou sans élan, sauter le plus loin possible en prenant une impulsion sur la moquette pour franchir la corde. »

L'enseignant circule sur les 2 ateliers pour s'assurer du bon fonctionnement et de la compréhension des consignes.

**Séance 4** : idem, mais avec le relevé de performance sur la fiche « Élève » **E1**. On limitera à 3 le nombre d'essais par atelier : 3 essais successifs pour les sauts, temps de repos pour les courses.

## Exemple de fiche remplie

ÉPREUVE	Je relève ma performance		
	ESSAI 1	ESSAI 2	ESSAI 3
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Course de vitesse : zone de départ choisie que j'entoure après la course si je franchis la ligne avant le 2<sup>d</sup> signal.</li> <li>• Saut en longueur : zone d'impulsion choisie que j'entoure après le saut si je franchis la corde.</li> <li>• Multibond : zone d'arrivée en 3 bonds enchaînés.</li> </ul>		
Course de vitesse en 7 s	blanc	jaune <i>J'ai tenté le départ jaune, mais je n'ai pas réussi à franchir la ligne avant le 2<sup>d</sup> signal</i>	bleu <i>J'ai tenté le départ bleu, j'entoure, car j'ai réussi à franchir la ligne avant le 2<sup>d</sup> signal</i>
Saut en longueur	blanc	bleu	jaune
Multibond	blanc	bleu	bleu

Les cases grisées sont les meilleures performances de chaque épreuve.

## 1. Objectifs

- Se questionner sur les comportements moteurs efficaces pour courir vite et sauter loin.
- Anticiper sa performance, se dépasser.

## 2. Préparation

Séance 5	Durée	Matériel
✓ Échauffement	10 min	✓ Assiettes de couleur, grands cônes ✓ Craies, décimètre, cerceaux, cordes
✓ Jeux de poursuite ✓ « Réagir vite à un signal »	20 min	✓ Briques ou obstacles de 40 cm de hauteur
✓ Ateliers « Sauter loin »	2 x 15 min	✓ Rectangle de moquette ✓ Fiche « Élève » E3b

## 3. Déroulement

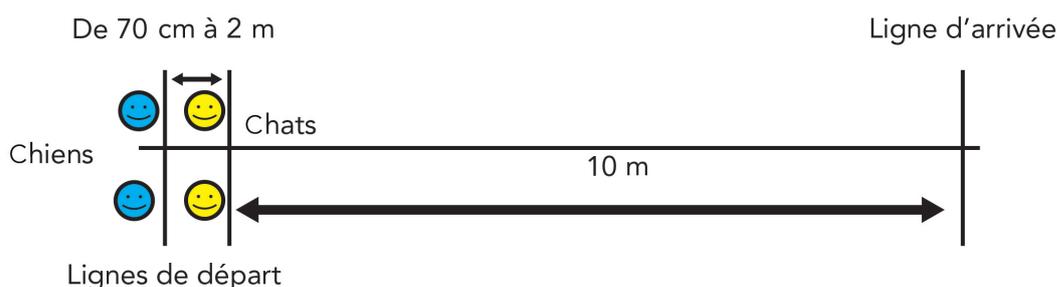
**En amont en classe**, présentation du déroulement de la séance et rappel des règles d'or. Constitution des binômes de même niveau à partir des relevés de performance de la Séance 4.

### 3.1 Échauffement collectif (10 min)

Parcours varié sur un carré de 20 m de côté : changer la manière de se déplacer sur chaque côté (consigne orale donnée par l'enseignant(e)).

### 3.2 Jeux de poursuite « Réagir vite à un signal »

#### a. Dispositif



#### b. Organisation

Constitution de binômes de même niveau de course (à partir des relevés de performance de la Séance 4). Selon l'espace disponible, toute la classe peut jouer en même temps ou une moitié peut courir et une autre moitié peut observer.

#### c. Activités

L'objectif de cette situation est de travailler la réaction à un signal pour avoir une mise en action rapide. Différents types de signal seront travaillés : le signal tactile, le signal visuel et le signal auditif.

« **Consigne :** Le but est de franchir la ligne d'arrivée le 1<sup>er</sup>. Le chat ne doit donc pas se faire rattraper par le chien (rivière de 70 cm entre le chien et le chat au départ). Le signal de départ est donné par le chat, qui tape 3 fois dans la main du chien. Les 2 coureurs peuvent alors démarrer. Puis on change de rôle. Je suis 2 fois chien et 2 fois chat. »

On peut demander aux observateurs de repérer à quel endroit le chien rattrape le chat.

« **Consigne :** Même travail, mais cette fois le signal de départ sera visuel. J'irai me placer vers la ligne d'arrivée avec un foulard dans la main. Au moment où j'agiterai le foulard, vous pourrez démarrer. Le chat ne doit pas se faire rattraper par le chien (rivière de 1 à 2 m entre le chien et le chat au départ). Puis on change de rôle. »

· Idem, mais cette fois-ci le signal est visuel et auditif (l'enseignant placé vers la ligne d'arrivée tape dans les mains), puis uniquement auditif (l'enseignant est placé derrière les coureurs et donne un coup de sifflet pour lancer le départ).

· Quand tout le monde a couru, on réfléchit ensemble à la question : « Que dois-je faire pour courir le plus vite possible et gagner ? »

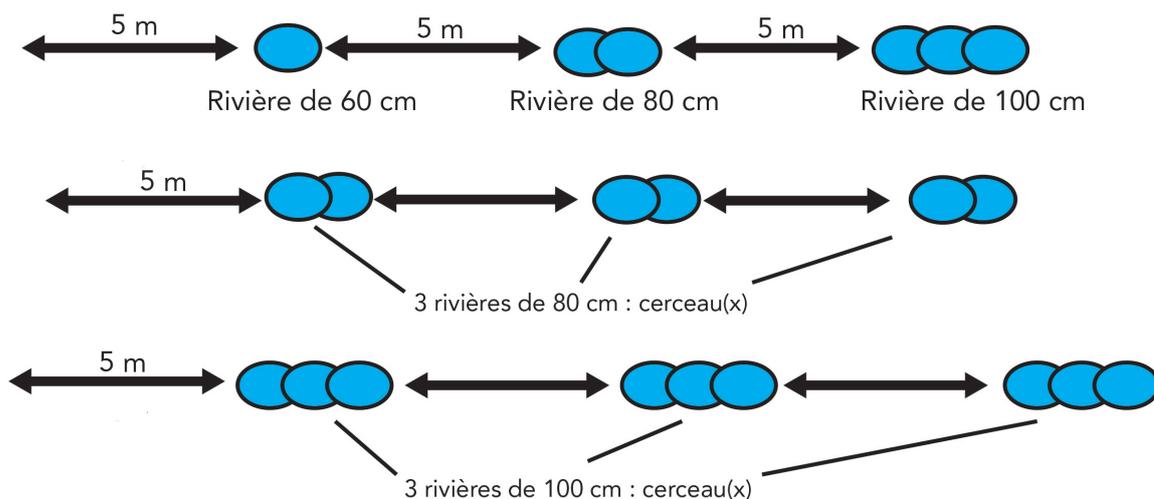
Les règles d'actions attendues sont :

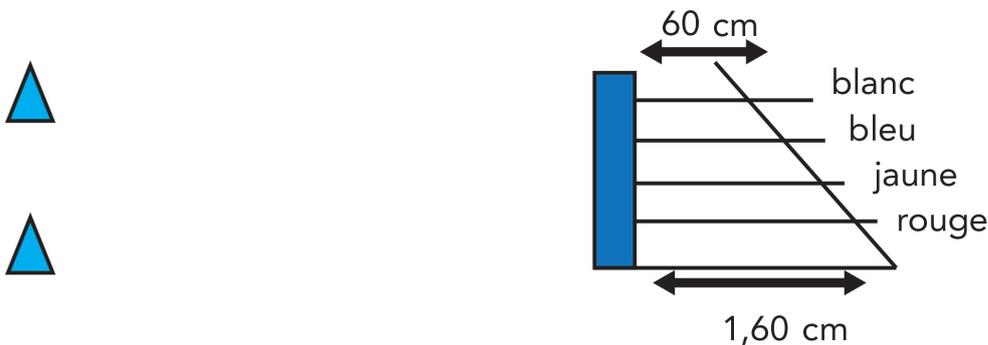
- je prépare mon départ en étant attentif au signal ;
- je m'oriente dans le sens de la course (regards et pieds vers la ligne d'arrivée) ;
- je décale mes pieds et je fléchis mes jambes pour pousser (comme un ressort).

### 3.3 Ateliers « Sauter loin » (2 x 15 min)

#### a. Dispositif

##### Atelier 1 : les rivières



Atelier 2 : les obstacles**b. Organisation**

La classe est partagée en 2 groupes hétérogènes qui tournent sur les 2 ateliers. Les élèves fonctionnent par binômes. L'un est athlète, l'autre est juge. J'observe et je conseille mes camarades quand j'attends mon tour.

**c. Activités**

- L'atelier 1 est en autonomie. L'objectif est d'améliorer l'enchaînement « course-saut » en prenant une impulsion vers l'avant après une course d'élan de 5 m.

« **Consigne** : Après 5 m d'élan, franchir 3 rivières. Vous devez essayer chaque parcours. »

Il y a un coureur et un juge qui donne le départ et valide le passage des rivières.

- L'atelier 2 est mené par l'enseignant. L'objectif est d'amener l'élève à prendre une impulsion vers le haut pour sauter loin.

« **Consigne** : Après 5 m d'élan, sauter de plus en plus loin. »

On peut demander à l'élève juge de taper dans ses mains au moment de l'impulsion de l'athlète. Faire comparer les performances entre les étapes 1, 2 et 3.

**Étape 1** : choisir son couloir pour franchir la corde en prenant une impulsion 1 pied sur la moquette (ou zone hachurée).

**Étape 2** : idem, mais avec un obstacle d'environ 40 cm de haut placé juste avant la « rivière » (sur chaque couloir).

**Étape 3** : idem, mais avec un élastique tendu au-dessus de la « rivière » et qui est à toucher quand l'élève saute.

Quand tout le monde a réalisé les 2 ateliers de saut, réfléchir ensemble à la question : « Que dois-je faire pour sauter loin ? » L'enseignant amène les élèves à mettre en relation leurs performances et les différents dispositifs auxquels ils ont été confrontés.

Les **règles d'actions attendues** sont :

- pour sauter loin, je dois marquer l'impulsion en cherchant à m'élever dans les airs au moment de l'impulsion ;
- je dois arriver vite quand je prends mon impulsion.

**3.4 Rangement des ateliers**

## 1. Objectifs

- Utiliser ses connaissances, mettre en œuvre les règles d'efficacité.
- Anticiper sa performance, se dépasser.

## 2. Préparation

Séance 6	Durée	Matériel
✓ Échauffement	10 min	✓ Assiettes de couleur, grands cônes
✓ Ateliers : – « Réagir vite à un signal » – Foulées bondissantes – Sauter loin	3 x 10 min	✓ Craies, décimètre, lattes et briques, cordes, tapis souple enroulé ✓ Rectangle de moquette ✓ Fiche « Élève » E3b

## 3. Déroulement

**En amont en classe**, présentation du déroulement de la séance et rappel des règles d'or. Reprise des binômes de la Séance 5.

### 3.1 Échauffement collectif (10 min)

Parcours varié sur un carré de 20 m de côté : changer la manière de se déplacer sur chaque côté (consigne orale donnée par l'enseignant(e)). Cet échauffement sera progressivement pris en charge par un élève.

### 3.2 Ateliers (3 x 10 min)

#### a. Dispositif

- **Jeux de poursuite « Réagir vite à un signal »**

Idem Séance 5.

- **Foulées bondissantes**

4 à 5 parcours de 6 lattes ou obstacles de 20 cm de hauteur à intervalles de 60 cm à 1 m. Un parcours à intervalle de 60 cm. Un autre à intervalle de 70 cm, un autre à 80 cm, un autre à 90 cm et un dernier à 100 cm.

 Lattes espacées de 60 cm

 Lattes espacées de 70 cm

 Briques espacées de 80 cm

 Briques espacées de 90 cm

- **Sauter loin**

Idem Séance 5 « Les obstacles » : un tapis souple enroulé fait office d'obstacle juste avant la rivière.

**b. Organisation**

Les élèves sont répartis sur les 3 ateliers. Ils fonctionnent par binômes. Le rôle de l'enseignant est de circuler sur les ateliers pour observer les comportements des élèves et veiller à la mise en œuvre des règles d'actions efficaces découvertes en Séance 5.

**c. Activités**

« **Consigne « Jeux de poursuite »** : Vous allez reprendre les jeux de la dernière séance. Vous devez marquer le plus de points en 6 courses. Un binôme est juge, il donne le signal de départ (visuel/auditif/les 2/tactile) et observe l'autre binôme, puis on inverse les rôles. Chaque élève est 3 fois chien et 3 fois chat. »

« **Consigne « Foulées bondissantes »** : Réaliser les parcours du plus facile au plus difficile en mettant un appui par intervalle. Réussir le maximum de parcours. »

« **Consigne « Sauter loin »** : Après un élan, franchir la plus grande rivière en choisissant son couloir. »

**3.4 Rangement des ateliers**

## 1. Objectifs

- Découvrir les comportements moteurs efficaces pour progresser.
- Utiliser ses connaissances, mettre en œuvre les règles d'efficacité.

## 2. Préparation

Séance 7	Durée	Matériel
✓ Échauffement	10 min	✓ Assiettes de couleur, grands cônes
✓ Atelier course	15 min	✓ Haies, craies, cartables, tapis souples
✓ Ateliers multibond/courir et franchir	2 x 20 min	✓ Décamètre, cordes
✓ Bilan en classe	15 min	✓ Foulards de 2 couleurs différentes
		✓ Fiche « Élève » E3c

## 3. Déroutement

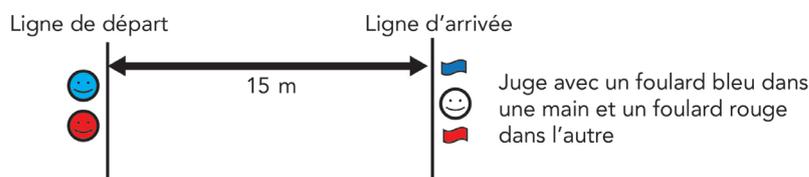
**En amont en classe**, rappel des règles d'actions efficaces découvertes pour courir vite et sauter loin. Présentation des situations de la séance et notamment des situations qui seront en autonomie. Rappel des règles d'or. Constitution de triplettes de même niveau.

### 3.1 Échauffement collectif (10 min)

- Un petit groupe d'élèves propose un parcours qu'ils auront inventé à l'avance : sauts de rivières tracés au sol ou matérialisés, petites lattes posées sur des cônes, enchaînement de plusieurs bonds à cloche-pied, sauts à pieds joints sans élan pour se forcer à monter les bras et à s'élever...
- Courses de vitesse sur 5 m en variant les signaux de départ (facultatif) : oraux, visuels...

### 3.2 Courir vite « Orienter sa course »

#### a. Dispositif



#### b. Organisation

Constitution de triplettes de même niveau de course (à partir des relevés de performance de la Séance 4). Un élève est juge, les 2 autres sont coureurs.

## c. Activités

« **Consigne** : Le but pour les coureurs est de prendre le foulard au juge en premier. Les joueurs rouge et bleu démarrent au signal sonore de l'enseignant pour se saisir du foulard rouge ou bleu que le juge tient dans ses mains. C'est le juge qui désigne le gagnant. »

Après 2 courses avec le même juge, on change les rôles.

Quand tout le monde a couru au moins 2 fois, on réfléchit ensemble à la question : « Que dois-je faire pour courir le plus vite possible et gagner ? »

Les **règles d'actions attendues** sont :

- je ne ralentis pas avant d'avoir attrapé le foulard, c'est-à-dire avant d'avoir franchi la ligne d'arrivée ;
- je cours droit vers le foulard, vers la ligne d'arrivée ;
- je ne zigzague pas.

On peut reprendre quelques courses pour mettre en œuvre les règles d'actions découvertes.

## 3.3 Ateliers (2 x 20 min)

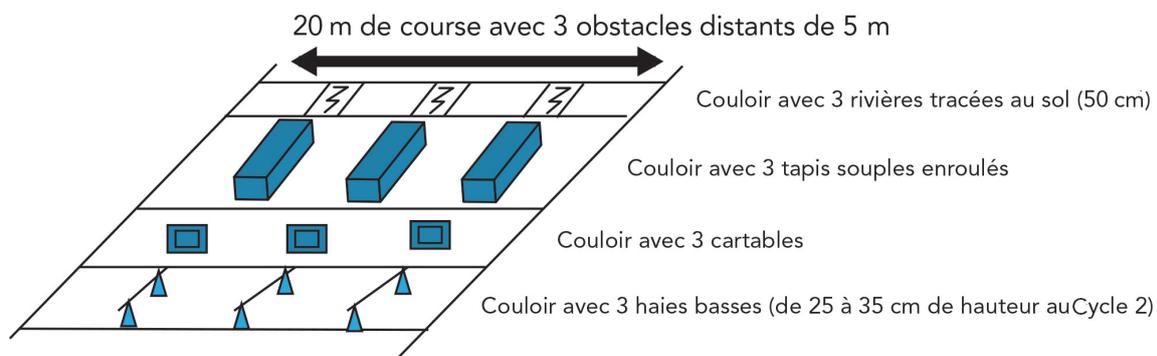
## a. Dispositif

- **Multibond** : 2 espaces
- Une zone matérialisée par 2 lignes distantes de 6 m. Une zone d'élan de 8 m maximum avant la 1<sup>re</sup> ligne.
- Espace rempli de cerceaux de couleurs différentes.



Cerceaux verts : pied droit  
Cerceaux rouges : pied gauche  
Cerceaux bleus : pieds joints

## ▪ Courir et franchir



**b. Organisation**

Les élèves sont répartis sur les 2 ateliers. Ils fonctionnent en triplettes. L'atelier « multibond » est en autonomie, l'atelier « courir et franchir » est tenu par l'enseignant.

**c. Activités****· Atelier « multibond » en autonomie**

«**Consigne 1** : Traverser la zone en un minimum de bonds, c'est-à-dire en moins de bonds possible. Retenir son record. »

«**Consigne 2** : Traverser l'espace en respectant les contraintes des couleurs. »

**· Atelier « courir et franchir » mené par l'enseignant**

«**Consigne 1** : Courir le plus vite possible jusqu'à l'arrivée en franchissant les obstacles. Vous devez essayer tous les parcours et passer plusieurs fois sur chaque parcours avant d'en changer. »

«**Consigne 2** : Réaliser des défis à 2 en choisissant chacun son parcours et tenter de gagner la course. Défier sur au moins 2 parcours différents. »

«**Consigne 3** : Que faire pour courir le plus vite possible et gagner ? »

Les **règles d'actions attendues** sont :

- pour courir vite malgré les obstacles, je ne ralentis pas avant l'obstacle ;
- je ne saute pas les obstacles, mais je les enjambe pour ne pas perdre ma vitesse.

**3.4 Bilan en classe**

- Rappel des règles d'actions découvertes pendant la séance (possibilité de dicter à l'adulte) qui peuvent être notées sur une affiche collective ou le cahier d'EPS.
- Échanges sur les difficultés et les réussites de chacun lors de la séance et notamment de l'atelier en autonomie.

## 1. Objectif

Utiliser ses connaissances, mettre en œuvre les règles d'efficacité découvertes.

## 2. Préparation

Séance 8	Durée	Matériel
✓ Échauffement	10 min	✓ Assiettes de couleur, grands cônes
✓ Ateliers	3 x 20 min	✓ Haies, craies, cartables, tapis souples
✓ Bilan en classe	10 min	✓ Décamètre ✓ Cerceaux, foulards ✓ Fiche « Élève » E3d

## 3. Déroulement

**En amont en classe**, rappel des règles d'actions efficaces découvertes pour courir vite et sauter loin. Présentation des 3 ateliers et rappel des règles d'or.

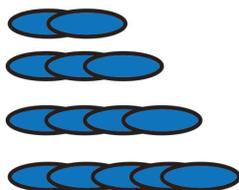
### 3.1 Échauffement en autonomie par 3 (10 min)

### 3.2 Ateliers (3 x 20 min)

#### a. Dispositif

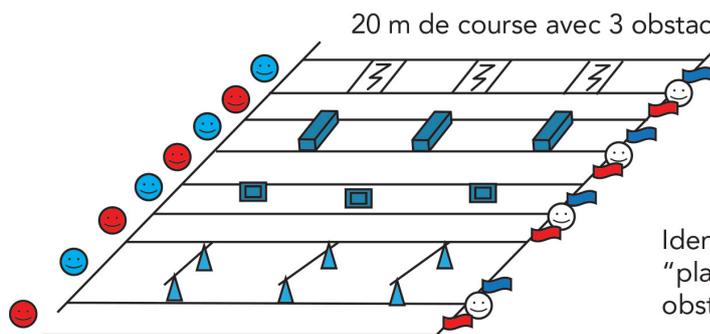
- **Multibond** : une zone matérialisée par 2 lignes distantes de 6 m. Une zone d'élan de 8 m maximum avant la 1<sup>re</sup> ligne.

- **Sauter loin : les rivières**



Rivières de différentes longueurs

- **Courir et franchir**



Juges avec un foulard bleu dans une main et un foulard rouge dans l'autre

Idem Séance 7 mais avec un parcours "plat" à côté de chaque couloir avec obstacles

### b. Organisation

Les élèves sont répartis sur les 3 ateliers et fonctionnent en triplettes. Le rôle de l'enseignant est de circuler sur les ateliers pour aider au bon déroulement, au respect des consignes et à la mise en œuvre des règles d'actions découvertes.

### c. Activités

#### · Multibond

«*Consigne : Traverser la zone en un minimum de bonds, c'est-à-dire en moins de bonds possible. Battre son record. »*

#### · Sauter loin : les rivières

«*Consigne : Après un élan de 6 ou 7 foulées, franchir la plus grande rivière. »*

#### · Courir et franchir : duel course d'obstacles/course à plat.

«*Consigne : Un coureur fait la course d'obstacles, l'autre, la course à plat. Au signal du juge, démarrer pour aller prendre le foulard du juge en premier. Essayer plusieurs fois le même parcours et tenter plusieurs couloirs d'obstacles différents. »*

### 3.3 Bilan

- Échanges sur les difficultés et les réussites de chacun lors de la séance.
- Rappel des règles d'actions découvertes notées sur une affiche collective ou sur le cahier d'EPS.

## 1. Objectifs

- Mettre en œuvre les comportements moteurs efficaces dans la situation de référence.
- Mesurer ses progrès.

## 2. Préparation

Séances 9 -10	Durée	Matériel
✓ Échauffement	10 min	✓ Assiettes de couleur, grands cônes
✓ Ateliers	3 x 20 min	✓ Haies, craies ✓ Décamètre
✓ Bilan en classe	15 min	✓ Chronomètre, planchette, crayon, gomme ✓ Fiches « Élèves » E2 et E3a

## 3. Déroulement

Le contenu des Séances 9 et 10 est identique, seul l'objectif diffère. La Séance 9 se veut une séance de réinvestissement, où l'élève va essayer de mettre en application tout ce qui aura été vu pour mettre en œuvre les comportements moteurs efficaces découverts. La Séance 10 se veut une évaluation sommative, dans laquelle l'élève va chercher à se dépasser. À l'issue de cette séance, il pourra ainsi mesurer ses progrès. **En amont en classe**, présentation des ateliers et de l'objectif de la séance. Rappel des règles d'or.

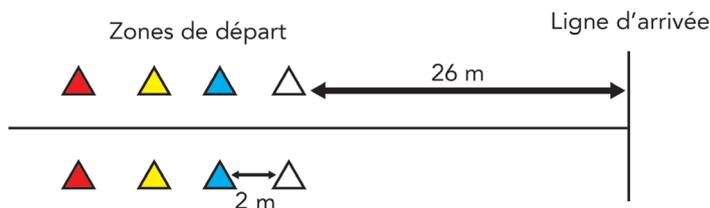
### 3.1 Échauffement individuel ou par groupes (10 min)

Échauffement en autonomie à partir des situations vues dans les séances précédentes.

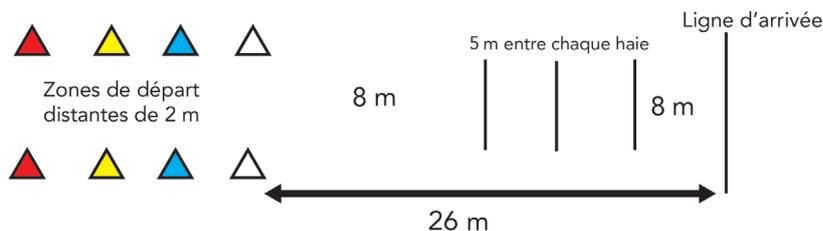
### 3.2 Ateliers (3 x 15-20 min) : situations de référence

a. **Dispositif** : il peut y avoir plusieurs couloirs par atelier.

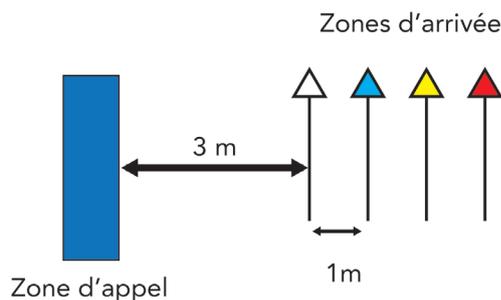
- **Course à plat** : le vitelloin (Usep)



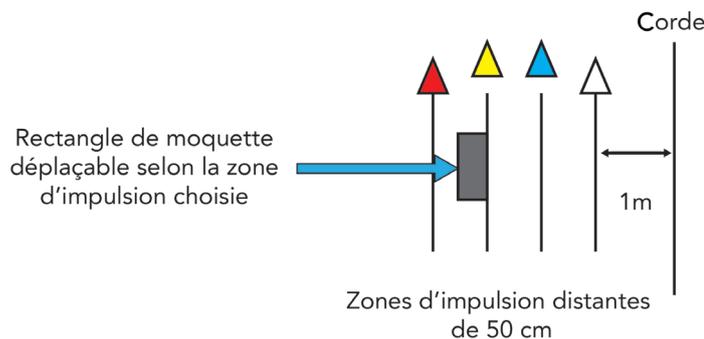
· **Course de haies : l'avalvite (Usep)**



· **Multibond**



· **Saut en longueur (herbe ou sable)**



**b. Organisation**

Les élèves sont répartis sur les 4 ateliers. Ils fonctionnent par triplettes : un coureur, un juge (de départ et d'arrivée qui valide la performance) et un starter (qui donne le départ et chronomètre en course). Pour la Séance 9, l'enseignant aidera particulièrement au chronométrage des courses (chronomètre ou décompte) mais ne doit pas être indispensable à ce poste.

**c. Activités**

· **Course de vitesse avec ou sans obstacles**

« **Consigne** : Au signal, je pars de la ligne de départ choisie. J'ai 7 s pour franchir la ligne d'arrivée. Je fais plusieurs essais non consécutifs pour essayer de m'améliorer. Quand je ne cours pas, je suis juge, starter ou je peux conseiller mes camarades. »

**Règles de sécurité** : J'attends le signal du chronométreur pour partir (le coureur précédent a fini et a remis en place les haies qu'il a éventuellement déplacées).

**• Multibond**

« **Consigne :** Je prends mon élan d'où je veux dans la zone d'élan. Je prends mon appel dans la zone d'appel pour sauter le plus loin possible en 3 bonds enchaînés. Le juge me dit si mon saut est validé et dans quelle zone j'ai atterri. Je fais 4 sauts, dont 2 consécutifs. »

Règles de sécurité : J'attends le feu vert du juge pour sauter (le sauteur précédent est sorti du sautoir).

**• Saut en longueur**

« **Consigne :** Je choisis une zone d'impulsion pour placer ma moquette. Puis, avec élan, je saute le plus loin possible en prenant une impulsion sur la moquette pour franchir la corde. Je fais 4 sauts, dont 2 consécutifs. »

Règles de sécurité : J'attends le feu vert du juge pour sauter (le sauteur précédent est sorti du sautoir).

**3.3 Bilan en classe**Séance 9

- Échanges sur les difficultés et réussites.
- Comparaison des performances en courses de vitesse avec ou sans obstacles.
- Présentation de la fiche de relevé de performance pour la Séance 10 (fiche « Élève » E2).

Séance 10

- Comparaison des performances à partir des fiches « Élèves » E1 et E2.
- Mesure des progrès réalisés.

## RELEVÉ DE PERFORMANCE – Séance 4

Prénom : \_\_\_\_\_

Date : \_\_\_\_\_

ÉPREUVE	Je relève ma performance		
	ESSAI 1	ESSAI 2	ESSAI 3
Course de vitesse en 7 s			
Saut en longueur			
Multibond			

Prénom : \_\_\_\_\_

Date : \_\_\_\_\_

ÉPREUVE	Je relève ma performance		
	ESSAI 1	ESSAI 2	ESSAI 3
Course de vitesse en 7 s			
Saut en longueur			
Multibond			

## RELEVÉ DE PERFORMANCE – Séance 10

Prénom : \_\_\_\_\_

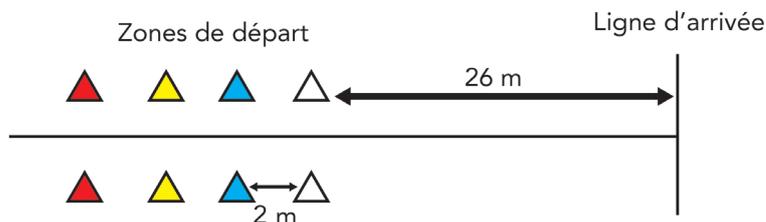
Date : \_\_\_\_\_

ÉPREUVES	Je relève ma performance			
	ESSAI 1	ESSAI 2	ESSAI 3	ESSAI 4
Course de vitesse en 7 s				
Course d'obstacles en 7 s				
Saut en longueur				
Multibond				

Prénom : \_\_\_\_\_

Date : \_\_\_\_\_

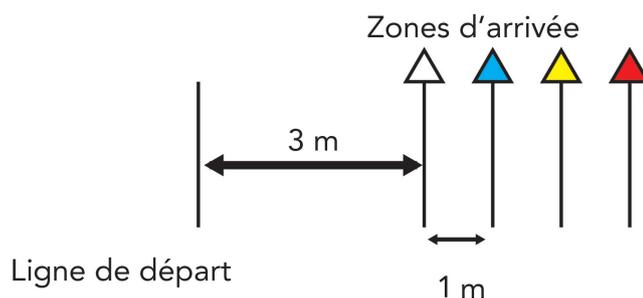
ÉPREUVES	Je relève ma performance			
	ESSAI 1	ESSAI 2	ESSAI 3	ESSAI 4
Course de vitesse en 7 s				
Course d'obstacles en 7 s				
Saut en longueur				
Multibond				

Le vitelloin

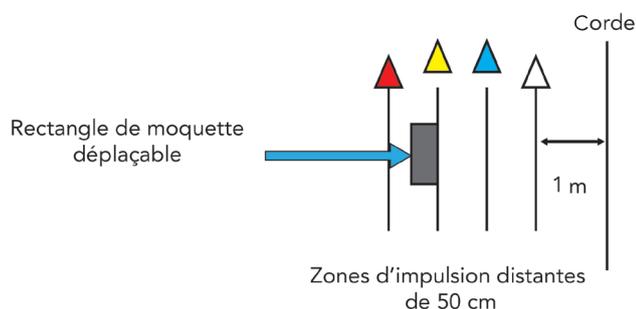
«  
«  
»  
»

**Consignes :**

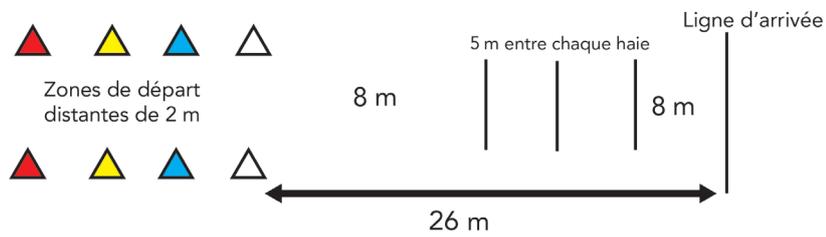
- **Pour le coureur :** « Parcourir la plus grande distance en 7 s. Je choisis une zone de départ. J'attends le signal du juge. Au signal, je cours le plus vite possible pour franchir la ligne d'arrivée au 2<sup>d</sup> signal. »
- **Pour le juge :** « Je vérifie que les couloirs sont libres en disant : "Attention !" Puis je donne le signal de départ : "Prêt, partez !" Lorsque le chronométrateur annonce "7", je siffle ou je crie : "Stop !" »
- **Pour le chronométrateur :** « Au signal du juge ("Partez !"), je commence à compter jusqu'à 7 en respectant le rythme. »

Multibond

- «  
«  
»  
»
- Consignes :**
- Avec ou sans élan, sauter le plus loin possible en 3 bonds enchaînés. »

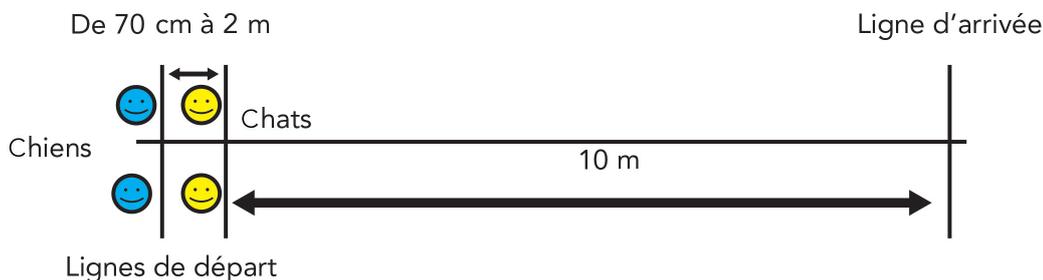
Saut en longueur

- «  
«  
»  
»
- Consignes :**
- Choisir une zone d'impulsion pour placer sa moquette. Puis, avec ou sans élan, sauter le plus loin possible en prenant une impulsion sur la moquette pour franchir la corde. »

L'avalvite

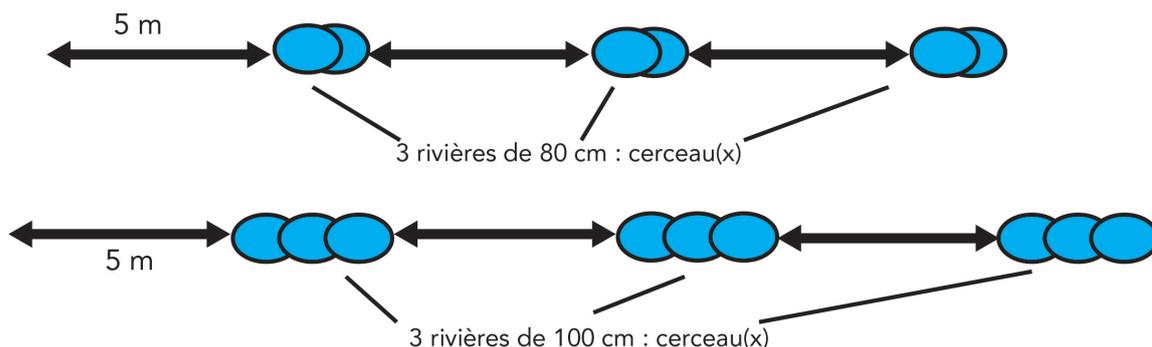
« **Consigne** : Au signal, je pars de la ligne de départ choisie. J'ai 7 s pour franchir la ligne d'arrivée. Je fais plusieurs essais non consécutifs pour essayer de m'améliorer. »

**Jeux de poursuite : réagir vite à un signal**



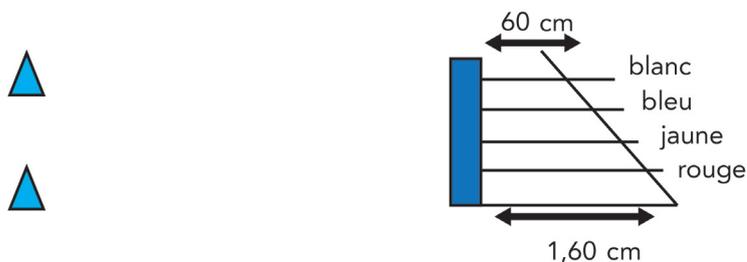
« **Consigne :** Le but est de franchir la ligne d'arrivée le 1<sup>er</sup>. Le chat ne doit donc pas se faire rattraper par le chien. Vous devez marquer le plus de points en 6 courses. Un binôme est juge, il donne le signal de départ (visuel/auditif/les 2/tactile) et observe l'autre binôme, puis on inverse les rôles. Chaque élève est 3 fois chien et 3 fois chat. »

**Les rivières**



« **Consigne :** Après 5 m d'élan, franchir 3 rivières. Vous devez essayer chaque parcours. »  
Il y a un coureur et un juge qui donne le départ et valide le passage des rivières.

**Les obstacles**



« **Consigne :** Après 5 m d'élan, sauter de plus en plus loin. »

**Les foulées bondissantes**

Lattes espacées de 60 cm



Lattes espacées de 70 cm

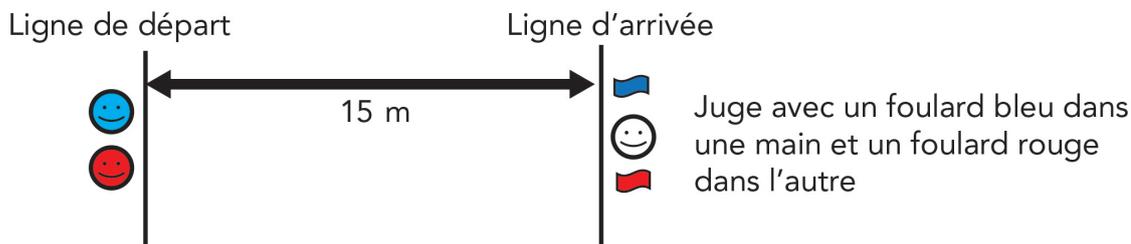


Briques espacées de 80 cm



Briques espacées de 90 cm

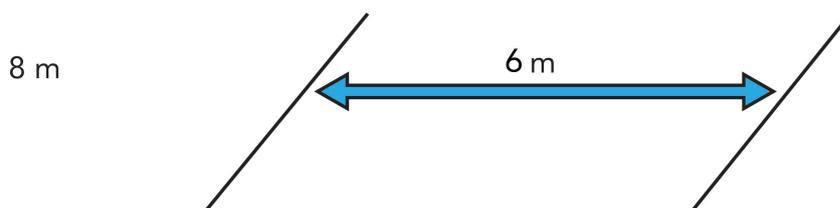
« **Consigne** : Réaliser les parcours du plus facile au plus difficile en mettant un appui par intervalle. »

**Courir vite « Orienter sa course »**

«**Consigne** : Le but pour les coureurs est de prendre le foulard au juge en premier. Les joueurs rouge et bleu démarrent au signal sonore de l'enseignant pour se saisir du foulard rouge ou bleu que le juge tient dans ses mains. C'est le juge qui désigne le gagnant. Après 2 courses avec le même juge, on change les rôles. »

**Multibond**

1/



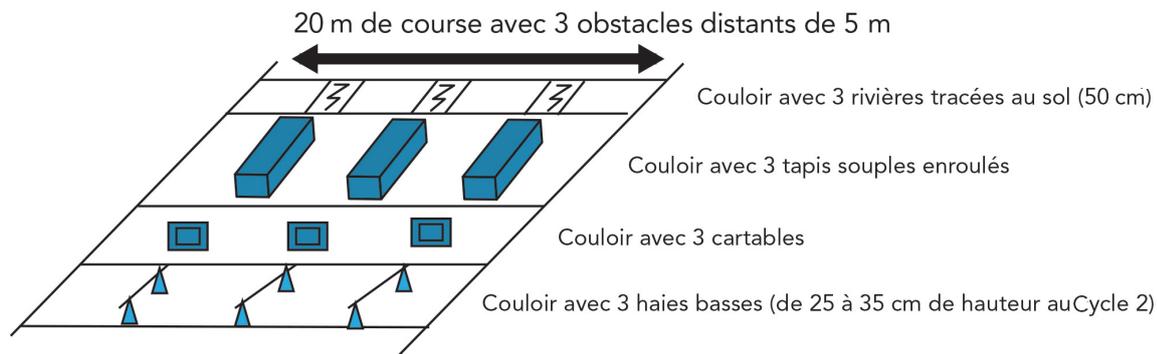
«**Consigne** : Traverser la zone en un minimum de bonds, c'est-à-dire en moins de bonds possible. Retenir son record. »

2/



Cerceaux verts : pied droit  
Cerceaux rouges : pied gauche  
Cerceaux bleus : pieds joints

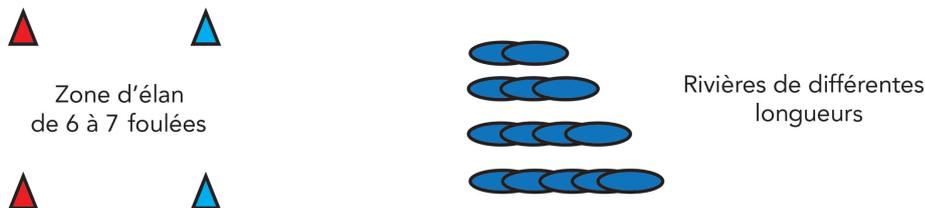
«**Consigne** : Traverser l'espace en respectant les contraintes des couleurs. »

**Courir et franchir**

« **Consigne 1** : Courir le plus vite possible jusqu'à l'arrivée en franchissant les obstacles. Vous devez essayer tous les parcours et passer plusieurs fois sur chaque parcours avant d'en changer. »

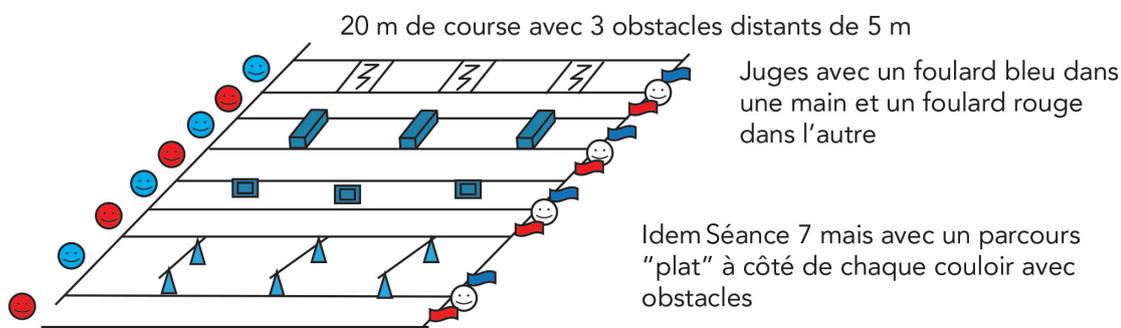
« **Consigne 2** : Réaliser des défis à 2 en choisissant chacun son parcours et tenter de gagner la course. Défier sur au moins 2 parcours différents. »

**Sauter loin : les rivières**



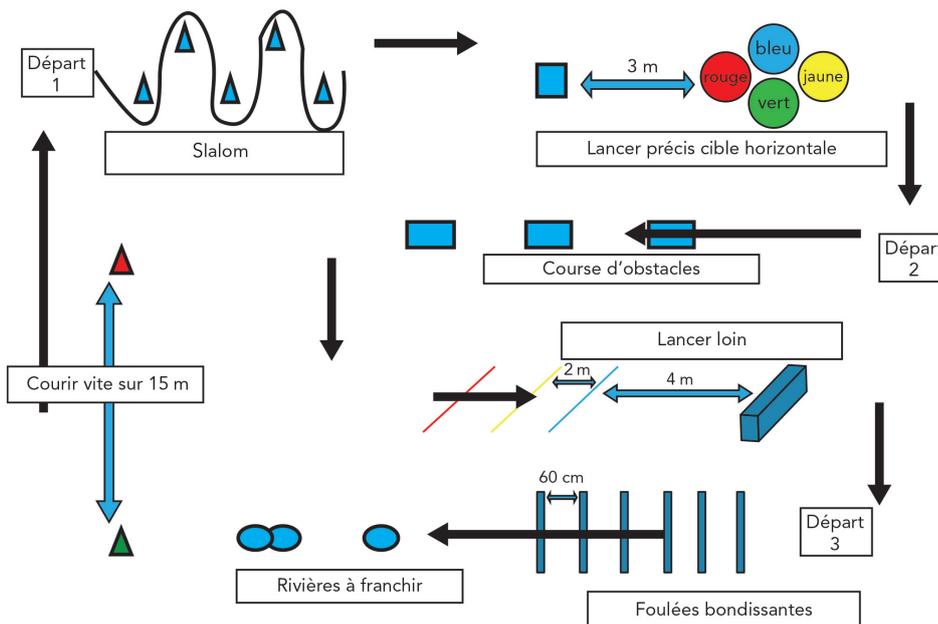
« Consigne : Après un élan de 6 ou 7 foulées, franchir la plus grande rivière. »

**Courir et franchir**



« Consigne : Un coureur fait la course d'obstacles, l'autre la course à plat. Au signal du juge, démarrer pour aller prendre le foulard du juge en premier. Essayer plusieurs fois le même parcours et tenter plusieurs couloirs d'obstacles différents. »

**Parcours découverte**





## Plan de la séquence

### 1. Compétence visée

Concevoir et réaliser des actions à visées expressive, artistique, esthétique.

### 2. Compétences visées au Cycle 3

- Exprimer corporellement, seul ou en groupe, des personnages, des images, des sentiments, des états...
- Communiquer aux autres des sentiments ou des émotions.
- S'exprimer de façon libre ou en suivant différents types de rythme, sur des supports variés (musicaux ou non), avec ou sans engin.

### 3. Ressources motrices à développer

#### *En tant que jongleur*

- Réaliser et enchaîner, seul ou à plusieurs, différentes formes d'action, codifiées ou non, avec plusieurs engins dans les activités de jonglerie : jongler, lancer, rattraper, faire tourner, passer...
- Jongler de plus en plus longtemps, en variant les positions du corps, seul ou avec des partenaires, en variant les objets et leur nombre.
- Ajuster les gestes de jonglage ou les trajectoires des lancers à la forme de l'engin et à la distance des partenaires.

### 4. Ressources méthodologiques

#### *En tant que circassien*

- Mémoriser et présenter un numéro formé d'un enchaînement comportant plusieurs formes de jonglage et utilisant plusieurs engins, seul ou à plusieurs, et composé d'une entrée, d'un milieu et d'une fin.
- Connaître les composantes d'enrichissement du mouvement et de l'exploitation de l'objet (corps, vitesse, trajectoire, trajet...).
- Situer son niveau de capacités motrices, ses ressources corporelles et affectives, ses possibilités de performance ; choisir un matériel avec lequel on est sûr de réussir sa prestation.
- Reconnaître, exprimer, contrôler ses émotions et leurs effets dans des situations de risque ou de difficulté où l'on se produit devant les autres, en contact avec les autres : rester concentré, rester « dans l'action ».

#### *En tant que cocréateur*

- Traiter les activités de jonglerie pour construire un numéro : une entrée, un milieu, une fin, en solo, en duo ou en trio et plus, en « embarquant » le spectateur pour le surprendre et le troubler.
- Prévoir la durée de son numéro pour le réaliser sans s'arrêter en cours d'exécution.

- Proposer des types de jonglage, d'échange, d'actions diverses pour composer un numéro à plusieurs en fonction d'un risque reconnu et apprécié : choisir les mouvements en respectant un juste dosage entre le risque, le courage, le comique et la poésie.
- Adapter ses réponses et ses efforts aux caractéristiques de l'objet, du groupe, du numéro, en fonction de la difficulté de la tâche.
- Choisir un rôle qui convient à sa personnalité, se produire devant les autres pour s'engager dans une situation de risque mesuré.

### *En tant que spectateur*

- Devenir un spectateur avisé, savoir porter un regard sensible et pas simplement un regard en attente de l'exploit.
- Communiquer son ressenti aux circassiens.
- Apprécier, lire des indices de plus en plus nombreux et de plus en plus complexes : trajectoires diversifiées des différents objets de jonglerie ; identifier et décrire différentes actions et leurs principes, en spécifiant la position du corps et de ses segments.
- Tenir le rôle de spectateur dans le calme ; observer selon des critères de plus en plus complexes ; échanger sur la production des autres ; extraire des règles de communication, des procédés artistiques.

## 5. Attitudes

- Gérer son effort et sa concentration pour tenir le temps d'un numéro.
- Accepter de répéter pour progresser.
- Se conduire dans le groupe en fonction de règles, de codes, que l'on connaît, que l'on comprend, que l'on respecte et que l'on peut expliquer aux autres.
- Coopérer, adopter des attitudes d'écoute, d'aide, de tolérance et de respect des autres pour élaborer à plusieurs un numéro.
- Communiquer et travailler avec les autres, rechercher et maîtriser des risques, chercher de nouvelles idées, prendre des initiatives.
- Conseiller un camarade sur la meilleure façon de réussir.
- Assurer plusieurs rôles : acteur, spectateur, créateur (celui qui monte le numéro et qui fait des choix), observateur et évaluateur pour aider et faire progresser les autres.

## 6. Progression

Séances	Objectifs	Situations
1	Mémorisation et réalisation d'un échange de plusieurs objets à plusieurs (passing à 6 jongleurs)	« Notre circuit de balles »
2	Première entrée dans le projet de création collectif	« La machine à jongler »
3	Enrichissement du projet collectif : exploitation de nouveaux engins et de l'espace scénique pour produire une émotion	« La machine à jongler. Et si... »
4	Composition du numéro collectif de jongle	« Notre 1 <sup>er</sup> numéro de jongle »
5	Composition du numéro collectif de jongle	« Notre numéro de jongle »
6	Découverte des formes d'échanges à plusieurs : les passings simultanés	« Les passings simultanés »
7	Création des passings à 2	« Nos duos de jongle »
8	Enrichissement de son répertoire de jongle individuelle	« Jonglerie individuelle »
9-10	Construire et montrer un numéro collectif de jongle	« Notre grand numéro »
11	Première entrée dans le projet de création collectif	« Notre circuit de balles »

Remarque : dans cette progression, la manipulation collective précède la manipulation individuelle afin de favoriser un travail de manipulation nécessitant de nombreuses adaptations (adapter sa trajectoire au partenaire, modifier sa manipulation pour ne pas faire comme le partenaire, etc.). Ces temps d'échanges collectifs de balle favorisent un temps de manipulation important permettant ensuite une meilleure entrée dans la pratique plus individuelle de la jonglerie.

## 1. Objectifs

- Mémoriser et réaliser un échange de plusieurs objets à plusieurs (passing à 6 jongleurs).
- Ajuster les gestes de jonglage ou les trajectoires de lancer à la distance des partenaires.

## 2. Préparation

Séance 1	Durée	Matériel
✓ Mises en disponibilité et jeux de jongle	20 min	✓ Ballons de type GR ou ballons « mousse » (autant de ballons que d'élèves)
✓ « Le circuit de ballons » ✓ « Le circuit de balles »	25 min	✓ Balles de jonglage (autant de balles que d'élèves)
✓ Retour au calme : bilan	10 min	✓ Plots-assiettes pour démarquer l'espace ✓ Support sonore : musique de type hip-hop ou pop (ex. : Ben l'Oncle Soul, Seven Nation Army ; Xzibit, U Know...)
✓ Bilan et perspectives en classe	10 min	✓ Affiche « Les règles d'or du passing »

## 3. Déroulement

Remarque : avant cette 1<sup>re</sup> séance, l'enseignant peut fabriquer des balles de jonglage avec les élèves (cf. fiche « Élève » E2, Séquence « Le cirque » – Cycle 2).

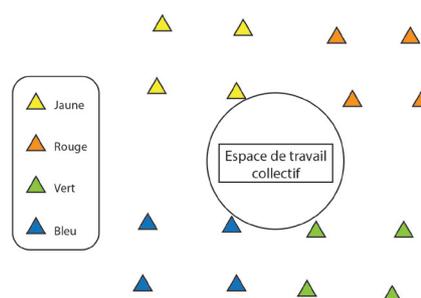
**En amont en classe**, l'objectif de la séquence est donné aux élèves. Les groupes de 6 élèves sont définis.

### 3.1 Mises en disponibilité et jeux de jongle

#### a. Dispositif

La salle est déjà installée.

Des plots de 4 (ou 5) couleurs différentes sont posés au sol de manière à délimiter des espaces de travail. Un espace central permettra le travail avec toute la classe.



#### b. Organisation

Les élèves sont répartis en cercle autour de l'espace de travail collectif.

#### c. Activités

##### – Jouons au « Clap énergie »

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. Le but est de se transmettre cette « énergie » sans la perdre. Progressivement, l'enseignant accélère le tempo.

#### Variantes

- 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. Je reçois donc l'énergie dans la main gauche et je la transmets de la main droite (dans la main gauche de mon partenaire).
- Le meneur peut changer le sens de transmission pour transmettre le clap.
- Les élèves peuvent varier le sens de transmission.
- Le maître peut envoyer plusieurs claps « énergie » à la suite.

#### – Jouons à « Pas de balle morte »

En cercle, les élèves doivent se transmettre une balle de jonglage sans la faire tomber (une balle tombée est une « balle morte »). Le jongleur passe toujours la balle à son partenaire de droite. Comme pour le clap « énergie », on reçoit la balle dans la main gauche et on la transmet de la main droite (à la main gauche du partenaire).

Attention : le passage de la main droite à la main gauche se fait en « self » (je me lance la balle de la main droite à la main gauche). En effet, en jonglerie, la balle n'est jamais donnée d'une main à l'autre, elle est lancée.

Variantes : donner la balle à son voisin de droite :

- de plus en plus vite ;
- en variant les objets (objets divers de jonglerie, autres objets sportifs, cartons...);
- en mettant plusieurs objets en mouvement ;
- en changeant de sens ;
- en passant de « **donner** la balle à son voisin » à « **lancer** la balle à son voisin » ;
- en donnant (ou lançant) la balle de façon variée : je ne dois jamais passer la balle comme mon partenaire de gauche.

#### – Jouons au « Ballon au centre »

Trois enfants sont au centre du cercle formé par le groupe ; ils doivent relancer le ballon que leur lance le groupe. Pour éviter les accidents, le lancer de ballon doit être précédé de l'appel de la personne (par son prénom) qui regarde le lanceur pour approuver et déclencher le lancer.

#### Variantes

- Varier les modalités de lancer.
- Faire les passes avec rebond.

### 3.2 Situation de référence : « Notre circuit de balles »

#### a. Dispositif et organisation

Les élèves forment des groupes de 6 élèves définis préalablement en classe. Ils sont répartis en cercle dans les espaces de jongle matérialisés.

**b. Activités**

« **Consigne** : Votre but est de faire circuler un (puis plusieurs) ballon(s) sans qu'il(s) tombe(nt). Un ballon tombé est un "ballon mort". »

**Temps 1 : mise en place du « Circuit du ballon »**

Débuter avec un seul ballon pour le groupe. Un jongleur lance le ballon à un autre jongleur (il n'a pas le droit de passer à un de ses 2 voisins). Il croise alors les bras pour signifier qu'il a déjà eu l'engin. Le 2<sup>e</sup> jongleur lance alors à un 3<sup>e</sup> jongleur, etc. Le dernier jongleur fait parvenir l'objet au 1<sup>er</sup> élève. Le circuit de balle est alors mis en place.

**Temps 2 : mémorisation du « Circuit du ballon »**

Refaire exactement le même trajet mais, cette fois-ci, **sans croiser les bras**. Attention, le trajet doit être strictement identique que précédemment.

Attention : comme pour le jeu « Le ballon au centre », on ne peut lancer à son partenaire que s'il nous regarde ! S'il ne nous regarde pas, on garde le ballon en main et on attend qu'il nous regarde (il est possible de l'appeler si nécessaire).

**Temps 3 : complexification du « Circuit des ballons »**

Le but est de faire parvenir le plus grand nombre de ballons possible sans jamais avoir de ballon mort. Une fois que le ballon a effectué un tour sans jamais « mourir », on peut alors intégrer un autre ballon. Recommencer le circuit de ballons avec 2 ballons et répéter jusqu'à ce qu'il n'y ait plus de ballon mort.

Règle à respecter : n'intégrer un nouveau ballon que s'il n'y a eu aucun ballon mort lors du circuit de ballons. S'il y a un ballon mort, enlever un ballon pour travailler à nouveau le circuit de ballons (ex. : vous aviez 3 ballons et un ballon est mort, recommencez le circuit avec 2 ballons).

Variantes

- Défi : avoir 5 ballons pour 6 jongleurs.
- Jeu : tous les groupes se mettent en marche en même temps. Tout ballon perdu enclenche l'arrêt du circuit. Le but pour chaque groupe est alors d'être le dernier en mouvement.

**Temps 4 : « Le circuit de balles »**

Reprendre le circuit de ballons avec les balles de jonglage.

**Temps 5 : démonstration « Le défi »**

Un groupe défie un autre groupe (ex. : le groupe des jaunes défie le groupe des rouges). Les jaunes (« défiés ») annoncent le nombre de balles qu'ils comptent lancer. Au signal de l'enseignant, ils engagent l'action pendant 1 min. Si une balle meurt, le circuit s'arrête et on note le temps que le circuit a duré.

Remarque : les balles sont réparties dans le groupe de manière à ce qu'elles soient mises en mouvement dès le départ. Ex. : si on choisit de jongler avec 3 balles pour 6 jongleurs, le plus judicieux est de donner une balle aux jongleurs 1, 3 et 5 afin de favoriser une circulation fluide de la balle.

#### Pour les rouges (défiés)

- Si les jaunes (défiés) n'ont pas tenu 1 min, les défiés répondent avec le **même** nombre de balles et tentent de durer plus longtemps que le groupe des défiés.
- Si les jaunes ont tenu 1 min, les rouges répondent au circuit de balles avec **une balle de plus**.

On inverse ensuite les rôles.

### **3.3 Retour au calme**

Ce retour au calme doit permettre de faire émerger 3 règles fondamentales :

- dans un passing, quand une balle « meurt », on ne part pas la rechercher, car sinon on casse le rythme du passing ;
- dans un passing collectif, on ne passe la balle à son partenaire que s'il nous regarde, sinon il ne pourra pas la percevoir (et il ne pourra pas la rattraper !) ;
- si mon partenaire n'est pas prêt (il ne me regarde pas ou il a déjà une balle en main), j'attends avec la balle en main jusqu'à ce qu'il me regarde.

### **3.4 En classe**

Une affiche récapitulant les 3 règles d'or du passing est créée afin d'être emportée et visible à chacune des séances de jonglerie.

## 1. Objectifs

- Mémoriser et présenter un 1<sup>er</sup> numéro formé d'un échange à plusieurs et comportant une entrée, un milieu, une fin.
- Connaître les composantes d'enrichissement du mouvement et de l'exploitation de l'objet (corps, vitesse, trajectoire, trajet, objet...).

## 2. Préparation

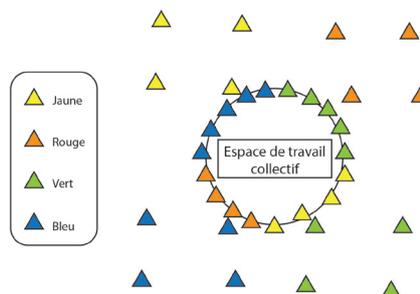
Séance 2	Durée	Matériel
✓ Mises en disponibilité et jeux de jongle	10 min	✓ Balles de jonglage (autant de balles que d'élèves)
✓ « La machine à jongler »	40 min	✓ Plots-assiettes pour démarquer l'espace ✓ Support sonore : BO du film <i>Micmacs à tire-larigot</i> , de R. Beau et M. Steiner
✓ Retour au calme : bilan	5 min	
✓ Bilan et perspectives en classe	20 min	✓ Affiche « Nos bonnes idées »

## 3. Déroulement

**En amont en classe**, l'objectif principal de la séance est donné aux élèves et ceux-ci sont répartis en groupes de 6 élèves. Ces groupes seront désormais les mêmes pour chaque séance.

### Dispositif

Des plots de 4 couleurs différentes délimitent l'espace de pratique collective de manière à former un quart de cercle rouge, un quart de cercle jaune, etc.



### 3.1 Mises en disponibilité et jeux de jongle

#### a. Organisation

Les élèves sont répartis en cercle autour de l'espace de travail collectif.

#### b. Activités

##### – Jouons au « Cadeau de jongle »

La moitié des élèves possèdent une balle. L'élève qui possède une balle se déplace en se dirigeant vers un camarade qui n'a pas de balle et lui **offre** alors la sienne. Il prend ensuite sa place dans le cercle et le partenaire se déplace avec son objet vers un autre camarade qui n'en a pas.

Remarque : en utilisant le verbe « offrir », on insiste sur l'idée que l'objet est précieux et qu'il ne doit pas tomber.

Variante : trouver une façon de se déplacer avec la balle avant de l'offrir à son partenaire, trouver une façon originale d'offrir la balle à son partenaire.

### – Jouons au « Bonjour de jongle »

Chaque élève possède une balle. Un élève désigné se déplace vers un partenaire et lui montre un mouvement avec sa balle. C'est son « bonjour de jongle ». Le partenaire lui répond alors **le même** mouvement avec sa propre balle. Une fois qu'il a répondu, les 2 élèves s'échangent leur place. L'élève qui quitte sa place se déplace alors vers un autre partenaire et lui montre un **nouveau** « bonjour de jongle ».

Remarque : en appelant le mouvement de jongle un « bonjour de jongle », on facilite la compréhension et l'appropriation de l'exercice. Quand quelqu'un me dit « bonjour », je lui réponds « bonjour ». S'il me dit « salut », je réponds « salut » : je réponds **la même chose**.

De plus, de nombreux élèves vont envoyer des mouvements de jongle complexes ou non marqués par un début ou une fin. On demande alors que le mouvement soit **simple comme bonjour**, mais aussi qu'il puisse se décomposer en 2 parties : « BON » et « JOUR ». Ex. : je lance verticalement pour « BON » et je fais un rebond sur mon coude pour « JOUR ».

Variantes : trouver un bonjour qui utilise un équilibre de l'objet, trouver un bonjour qui engage le corps (taper dans les mains, tourner sur soi-même...).

## 3.2 Situation de référence : « La machine à jongler »

### a. Dispositif et organisation

Les élèves forment les groupes de 6 élèves définis en classe. Ils sont répartis par groupes autour des espaces de jongle matérialisés.

### b. Activités

« **Consigne** : Comme pour votre circuit de balle, votre but est de faire circuler une (puis plusieurs) balle(s) sans qu'elle(s) tombe(nt). Une balle tombée et perdue est une "balle morte". »

Remarque : il faudra bien insister sur les termes « tombée » et « perdue » car, dans cette situation, une balle offerte au partenaire en la faisant rebondir n'est pas une balle tombée et perdue, mais bel et bien une balle maîtrisée qui parvient à mon partenaire sans que celui-là la perde.

### Temps 1 : mise en place des rouages de la machine

Débuter avec une seule balle. Un 1<sup>er</sup> élève se positionne au sein de l'espace de jongle et propose une manière de lancer l'objet. Il effectue plusieurs fois la même action pour que la balle retombe toujours au même endroit. Le jongleur suivant entre alors dans l'espace de jongle et se place à l'endroit où la balle est tombée le plus souvent. À son tour, il lance l'objet à un autre endroit. Mais comme il est un nouvel engrenage de la machine, il doit impérativement trouver **une autre façon** de transmettre l'objet. Le 3<sup>e</sup> engrenage (élève) entre alors dans l'espace de jongle et se place là où l'objet arrive le plus souvent. Cela se répète jusqu'au dernier engrenage. Comme pour le circuit de balle, celui-ci fait parvenir la balle au 1<sup>er</sup> engrenage (en respectant la consigne « Je trouve une manière différente des autres engrenages pour transmettre la balle »). Les rouages sont ainsi mis en place.

Ex. : un élève peut choisir de lancer la balle en l'air à 2 mains, à une main, entre les jambes, de la faire rouler, de l'envoyer avec le pied, de l'envoyer en rebond, etc.

**Temps 2 : mise en marche de la machine**

Une fois les engrenages (élèves) mis en place, le but est de faire parvenir la balle au 1<sup>er</sup> rouage sans qu'elle tombe (« aucune balle morte »).

« **Consigne** : « Vous devez refaire exactement le même trajet et les mêmes gestes. »  
Principe de cette machine : la balle circule et revient toujours à son point de départ. Il s'agit donc d'un passing simple (une balle échangée).

**Temps 3 : complexification : ajouter des balles**

Dès que la balle a effectué un tour sans jamais « mourir », on peut intégrer une nouvelle balle. Le but est de parvenir à faire circuler le plus grand nombre de balles possible sans jamais avoir de balle morte. Pour cela, on respectera la règle suivante : n'intégrer une nouvelle balle que s'il n'y a eu aucune balle morte. En cas de balle morte, enlever une balle pour travailler à nouveau la machine avec un objet de moins.  
Variante : idem Séance 1, défi ou jeu.

**Temps 4 : composition**

« **Consigne** : Maintenant que l'ensemble des rouages est en place et que vous avez défini le nombre de balles avec lequel vous êtes sûrs de n'avoir aucune balle morte, vous devez organiser votre numéro. Vous allez construire un début et une fin à votre numéro en répondant aux questions suivantes :

- Commençons-nous sur scène ou en dehors de la scène ?
- Comment la machine se met-elle en marche ?
- Comment la machine s'arrête-t-elle ?
- Finissons-nous sur scène ou en dehors de la scène ? »

**Temps 5 : démonstration**

Un groupe démontre à un autre groupe (ex. : le groupe des jaunes démontre au groupe des rouges ; les bleus démontrent aux verts). Attention, chaque groupe démontre dans **son** espace de création, **ce sont les spectateurs qui se déplacent** (ex. : les élèves rouges se répartissent autour de l'espace jaune pour regarder la machine à jongler du groupe jaune).

Les spectateurs observent les propositions en cherchant à répondre à la question : « *Qu'ont-ils fait que nous n'avons pas fait ?* ». Inverser ensuite les rôles.

**3.3 Retour au calme**

Ce retour au calme permet dans un 1<sup>er</sup> temps de rappeler les 3 règles fondamentales pour réussir un passing (cf. Séance 1). Il doit ensuite permettre de faire émerger les « bonnes idées » trouvées par les élèves. Celles-ci seront reprises et approfondies dans le temps de classe.

**3.4 En classe**

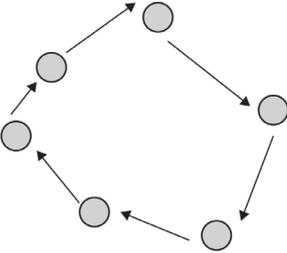
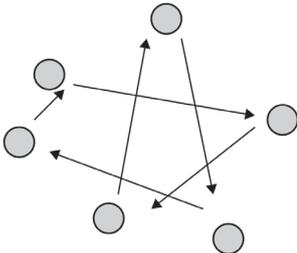
**Temps 1** : pour permettre aux élèves de se souvenir de leur machine à jongler, l'enseignant leur demandera de schématiser le chemin de la balle, la trajectoire de la balle et de rappeler la manipulation de celle-ci.

Remarque : si les élèves ont des chemins de jongle circulaires, on peut leur demander de déplacer chaque jongleur pour faire en sorte que désormais le chemin soit biscornu.

<b>Groupe .....</b> Jongleur A : _____ Jongleur B : _____ Jongleur C : _____ Jongleur D : _____ Jongleur E : _____ Jongleur F : _____		
<b>Schéma du chemin de jongle : dessiner le parcours de la balle</b>		<b>Schéma des trajectoires de balle : dessiner les trajectoires de la balle</b>
<b>Manipulation de A</b>	<b>Manipulation de B</b>	<b>Manipulation de C</b>
<b>Manipulation de D</b>	<b>Manipulation de E</b>	<b>Manipulation de F</b>

**Temps 2** : sur une affiche intitulée « Nos bonnes idées », inscrire toutes les bonnes idées trouvées par les différentes machines. Celles-ci peuvent être complétées par des photos prises pendant la séance ou par un schéma. Pour trouver les bonnes idées, on peut répondre à la question : « *Qu'ont-ils fait que nous n'avons pas fait ?* »  
 Ex. : Sophie a passé la balle à Mickaël en la faisant rouler sur le sol. Elle a utilisé le pied plutôt que la main.

Grâce à la construction de cette machine à jongler, on espère que les élèves vont découvrir de bonnes idées liées aux **trajectoires de l'engin** (ex. : certains passent la balle en cloche, tendue, en la faisant rebondir au sol, en la faisant rouler sur le sol...), aux **manipulations** (ex. : certains utilisent le pied, frappent la balle avec la main comme avec une raquette, utilisent le corps comme obstacle en la passant entre les jambes, dans le dos...); liées à l'**organisation des joueurs dans l'espace** (ex. : certains jongleurs sont de dos, d'autres sont allongés sur le sol...) ou aux **chemins de jongle** (ex. : certains élèves créent un chemin de jongle circulaire – le jongleur passe systématiquement à son partenaire de droite), alors que d'autres ont créé un chemin de jongle « biscornu » (ex. : le jongleur passe à un autre partenaire que son voisin).

Chemin de jongle « circulaire »	Chemin de jongle « biscornu »
	
<p><u>Remarque</u> : le chemin de jongle « biscornu » permet de « perdre » le spectateur et lui donne l'impression que plus de balles sont mises en jeu.</p>	

Enfin, les élèves devraient trouver des idées quant aux **procédés** trouvés pour débiter ou terminer le numéro. Ainsi, les élèves pourront trouver des éléments de réponse quant à l'**exploitation de l'espace scénique** (ex. : certains sont déjà sur scène et les autres rentrent ; les engins sont déjà sur scène et marquent la place des jongleurs ; les objets sont réunis ; les objets forment un décor...), les **modalités d'entrée** (ex. : certains entrent tous ensemble, l'un après l'autre, en dansant, en jonglant...), les **modalités de mise en branle de la machine** (ex. : certains commencent tous en même temps, l'un après l'autre, c'est un des jongleurs qui transmet l'énergie aux membres du groupe) et les **modalités de sortie** (ex. : certains sortent comme ils sont entrés, reviennent au point initial, en dansant, s'écroulent sur scène, etc.).

## 1. Objectif

Traiter les activités de jonglerie pour construire un numéro : une entrée, un milieu, une fin à plusieurs, en « embarquant » le spectateur pour le surprendre et le troubler.

## 2. Préparation

Séance 3	Durée	Matériel
✓ Mises en disponibilité et jeux de jongle	20 min	✓ Balles de jonglage (autant de balles que d'élèves)
✓ « La machine à jongler. Et si... »	30 min	✓ 6 cartons (30 x 20 x 15 cm environ) ✓ Matériels sportifs type ballons, raquettes, balles de tennis, Frisbee, etc. ✓ Plots-assiettes pour démarquer l'espace ✓ Support sonore : BO du film <i>Micmacs à tire-larigot</i> , de R. Beau et M. Steiner
✓ Retour au calme : bilan	5 min	✓ Étiquettes « Et si... » à piocher
✓ Bilan et perspectives en classe	20 min	✓ Affiche « Nos bonnes idées »

## 3. Déroulement

**En amont en classe**, l'objectif principal de la séance, à savoir « créer un numéro pour embarquer le spectateur », est donné aux élèves. Les groupes de 6 sont rappelés et les fiches « Machine à jongler » sont distribuées.

### 3.1 Mises en disponibilité et jeux de jongle

#### a. Organisation

Les élèves sont répartis au sein du cercle dans l'espace de travail collectif. La salle est installée comme lors de la Séance 1.

#### b. Activités

##### – Jouons à « La parade des artistes »

Par groupes de 4, en file indienne, un modèle et 3 « copieurs ». Le but est de reproduire la marche du meneur répondant à la consigne donnée par l'enseignant (ex. : saluer le public, marcher comme un clown, une vieille personne, une personne très musclée, un dompteur de tigre, une personne timide, avec un pantalon trop grand, une jupe trop serrée, avec un parapluie, sous une ombrelle – personnage, animal, milieu sur lequel on se déplace, accessoires, sentiment ou caractère...). Au signal de l'enseignant, le 1<sup>er</sup> de la file (le modèle) rejoint la queue de la file (il devient dernier) et le 2<sup>e</sup> devient donc meneur (modèle).

Remarque : l'enseignant veillera à ne pas changer la consigne à chaque changement de leader. Au contraire, il restera suffisamment longtemps sur une même consigne pour favoriser des réponses de plus en plus éloignées des réponses spontanées.

### Variantes

- Je peux prendre la tête de la chenille quand je le souhaite et je propose une autre façon de répondre à la consigne.
- Je peux rejoindre une autre chenille si je trouve que sa démarche est plus intéressante (attention, la tête et la queue de la file ne peuvent pas quitter le groupe).
- En dispersion dans le cercle, les élèves explorent individuellement la consigne donnée par l'enseignant. 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. Le but est donc d'être le leader de la plus grande « parade des artistes ».

### – Jouons à « L'objet magique »

En cercle, l'enseignant est initiateur. Il 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 un objet).

### Variantes

- Tout le monde doit refaire la même chose (ex. : le maître forme avec ses mains une boule et la transmet à son voisin. Celui-ci doit transmettre la même boule avec les mêmes gestes).
- Chaque élève donne un état à l'objet transmis en utilisant le mime : « *il ne sent pas bon* », « *il est lourd* », « *il est léger* », « *il est fragile* »... Ex. : un élève éloigne l'objet, car il ne sent pas bon ; l'élève porte l'objet à 2 mains, car il est très lourd...
- Chaque fois que je transmets un objet, celui-ci se transforme dans les mains de son nouveau propriétaire (ex. : un élève mime le fait qu'il tient un lapin tout doux dans ses mains et il le donne à son voisin. Celui-ci 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.).
- Reprendre les exercices avec une vraie balle.

### – Jouons au « Bonjour de jungle »

Idem Séance 2.

## 3.2 Situation de référence : « La machine à jongler. Et si... »

### a. Dispositif et organisation

Idem Séance 2.

### b. Activités

**Temps 1** : un temps est donné à chaque groupe pour que chacun se souvienne de la machine créée lors de la Séance 2.

### Temps 2 : tirage au sort et expérimentation des consignes « Et si... »

Chaque groupe envoie un de ses jongleurs tirer au sort un « Et si... » (= consigne de création).

Exemples de consignes tirées au sort

- « *Et si désormais vous utilisiez des cartons plutôt que des balles pour votre machine à jongler...* ».
- « *Et si vous aviez plusieurs objets sportifs pour faire votre numéro...* » (raquettes, ballons de basket, Frisbee, paniers de basket, cerceaux...).
- « *Et si vos balles étaient...* ».
- « *Et si vos balles devaient effectuer un parcours sur ou dans des engins...* » (ex. : paniers de basket, bancs, etc.).

Chaque groupe doit alors reconstruire son numéro en fonction du « Et si... » tiré au sort.

Remarques

- Le travail avec des cartons transforme la motricité des élèves, mais surtout leur permet d'entrer dans le **jeu d'acteur**. En effet, souvent, les élèves découvrent que les cartons peuvent faire référence à un déménagement et créent alors un numéro avec des déménageurs transportant des cartons lourds, fragiles, etc.
- Les objets sportifs permettent de **varier les manipulations** mais aussi incitent les élèves à **créer des personnages et un univers** : le tennisman, le basketteur, etc.
- Le travail « Et si ma balle était... » permet aux élèves de **développer un imaginaire** quant à l'état de la balle. Celle-ci peut être lourde, légère, fragile, puante, etc.
- Le travail en parcours permet aux élèves d'**utiliser des éléments scéniques** tels que les bancs ou des paniers. Ainsi, la balle peut rouler sur le banc, être lancée dans un carton que tient mon camarade. Celui-ci la renvoie à un partenaire qui la fait passer dans un tunnel, etc.

**Temps 3 : démonstration**

Celle-ci se déroule comme lors de la Séance 2.

**Temps 4 : démonstration collective**

Chaque groupe montre à tous les autres groupes. On découvre alors ensemble que la machine à jongler peut raconter une histoire et que les objets variés peuvent conduire à de nouvelles pistes d'enrichissement.

**3.3 Retour au calme**

Ce retour au calme doit permettre de faire émerger les « bonnes idées » trouvées par les élèves. Grâce à cette démonstration, on espère que les élèves vont découvrir des bonnes idées liées **au jeu d'acteur, à la création d'un univers et à l'exploitation d'un espace scénique**.

**3.4 En classe**

- Le retour en classe consiste à ajouter sur l'**affiche « Nos bonnes idées »** toutes les bonnes idées trouvées, complétées par des photos ou par un schéma. Ex. : le groupe rouge a raconté une histoire de déménageurs. Le groupe vert a utilisé d'autres engins pour transmettre la balle (crosse de hockey, raquette de tennis...). Le groupe rouge a imaginé que les balles étaient des planètes et des étoiles. Le groupe jaune a utilisé un décor pour que la balle roule dessus, passe au-dessus, dedans, en dessous, etc.
- Il peut être intéressant de montrer aux élèves le spectacle du Cirque Plume *Plic-Ploc*, où tous les numéros et la mise en scène s'organisent autour du thème de l'eau.

## 1. Objectif

Concevoir à plusieurs un numéro de jongle à travers une prise de risque symbolique mesurée.

## 2. Préparation

Séance 4	Durée	Matériel
✓ Mises en disponibilité et jeux de jongle	15 min	✓ Balles de jonglage (autant de balles que d'élèves)
✓ « Notre 1 <sup>er</sup> numéro de jongle »	35 min	✓ 12 cartons (30 x 20 x 15 cm environ) ✓ Matériels sportifs type ballons, raquettes, balles de tennis, Frisbee, etc. ✓ Plots-assiettes pour démarquer l'espace ✓ Support sonore : BO du film <i>Micmacs à tire-larigot</i> , de R. Beau et M. Steiner
✓ Retour au calme : bilan	5 min	
✓ Bilan et perspectives en classe	45 min	✓ Affiche « Nos bonnes idées » ✓ Extraits de spectacle

## 3. Déroulement

### 3.1 Mises en disponibilité et jeux de jongle

#### a. Dispositif et organisation

Espace collectif.

#### b. Activités

##### – Jouons à « Regardons-nous »

Chaque élève choisit secrètement un autre élève (il ne doit surtout pas dire de qui il s'agit). Les élèves doivent alors toujours se déplacer en conservant cet élève choisi dans leur champ de vision (« Je dois toujours voir le jongleur choisi sans me focaliser (regard central) sur lui »).

#### Variantes

- Idem, mais en choisissant 2 jongleurs.
- Idem, mais en choisissant 3 jongleurs.
- Idem, mais cette fois être toujours à égale distance des 2 partenaires que j'ai choisis.
- Idem, mais cette fois choisir 2 jongleurs et chaque fois couper la ligne virtuelle qui les relie. Changer chaque fois les duos de jongleurs.

– **Jouons à « Organisons-nous »**

Les élèves évoluent en marchant au sein de l'espace collectif (il est interdit de s'arrêter). Leur but est de s'organiser rapidement en suivant la proposition de l'enseignant qui annonce le lieu du rendez-vous. Ex. : si l'enseignant dit « vert », tous les élèves doivent se retrouver dans le quart de cercle vert.

Variante

- Vous devez tous être en contact avec au moins un partenaire.
- Vous devez créer un contact avec un partenaire, mais vous ne pouvez pas créer un contact avec quelqu'un qui vous touche déjà (ex. : si Léa me touche, je dois toucher quelqu'un d'autre que Léa).
- Vous devez toucher 2 partenaires (et ne jamais toucher quelqu'un qui vous touche déjà !).
- Vous ne pouvez pas utiliser les mains pour toucher vos partenaires.
- Vous devez toucher 3 partenaires.

– **Jouons à « Séparons-nous »**

Désormais, le groupe doit s'organiser rapidement pour former 2 groupes en fonction de la consigne de l'enseignant. (Ex. : si l'enseignant dit « vert-3 », 3 élèves doivent occuper l'espace vert tandis que le reste du groupe occupe l'autre coin diagonalement opposé en créant des contacts entre partenaires. Dans notre exemple, le groupe des élèves se regrouperait dans le quart de cercle rouge.

Variante : l'enseignant fait le décompte du temps d'organisation : « Attention, vous n'avez plus que 10 s pour vous organiser... »

– **Jouons au « Bonjour de jongle »** : Idem Séance 2.

### 3.2 Situation de référence : « Notre 1<sup>er</sup> numéro de jongle »

#### a. Dispositif et organisation

Les élèves forment les groupes de 6 élèves. Ils sont répartis par groupes autour des espaces de jongle matérialisés.

#### b. Activités

##### Temps 1 : composition, répétition

« Lors des séances précédentes, vous avez créé votre machine à jongler. Vous avez ensuite choisi vos débuts et vos fins de numéro. Lors de la précédente séance, vous avez découvert comment créer un univers pour cette machine en symbolisant des personnages, en racontant des histoires, en utilisant l'imaginaire ou des engins différents des balles, mais aussi comment créer une scénographie pour enrichir le parcours de vos balles.

Je vous propose de reprendre votre 1<sup>re</sup> machine à jongler et de l'enrichir avec toutes les propositions faites. Vous devrez donc :

- choisir les objets que vous souhaitez manipuler ;
- varier les manipulations, les chemins de jongle et les trajectoires ;
- utiliser une scénographie ;
- raconter une histoire ;
- utiliser d'autres engins pour propulser vos engins. »

**Temps 2 : démonstration**

Celle-ci s'organise comme lors de la Séance 2.

**Temps 3 : démonstration collective**

Chaque groupe démontre aux 3 autres groupes afin que tous les élèves aient vu l'ensemble des prestations.

**3.3 Retour au calme**

Ce retour au calme doit permettre de faire émerger les « bonnes idées » trouvées par les élèves.

**3.4 En classe**

Le retour en classe consiste à compléter l'affiche « Nos bonnes idées ». Celles-ci peuvent être complétées par des photos prises pendant la séance ou par un schéma. L'enseignant peut montrer aux élèves un numéro de cirque traditionnel de jonglerie collective (au moins 4 jongleurs) ou les extraits des spectacles suivants :

- *Six pieds sur terre*, Cie Lapsus ;
- *Psy*, Cie Les 7 doigts de la main (machine à jongler dans un immeuble) ;
- *Lang toi : mon village* (machine à jongler avec les paniers du marché vietnamien).

Il peut être intéressant de montrer comment ce procédé de machine à jongler ou de passing collectif est réexploité dans d'autres formes de spectacle :

- spectacle de danse : *Conditions humaines*, Cie Pietragalla-Derouault (machine à jongler avec les chapeaux des mineurs) ;
- spectacle de théâtre : *C'est magnifique*, Deschamps et Makeïeff (machine à jongler le long du bar).

## 1. Objectif

Réaliser et enchaîner à plusieurs des échanges codifiés avec plusieurs engins dans les activités de jonglerie : jongler, lancer, rattraper, faire tourner, passer...

## 2. Préparation

Séance 5	Durée	Matériel
✓ Mises en disponibilité et jeux de jogle	15 min	✓ Balles de jonglage (autant de balles que d'élèves)
✓ « Les passings simultanés »	35 min	✓ Plots-assiettes pour démarquer l'espace
✓ Retour au calme : bilan	5 min	✓ Support sonore : <i>Saltimbanco</i> , du Cirque du Soleil, par ex.
✓ Bilan et perspectives en classe	5 min	✓ Affiche « Les règles d'or du passing »

## 3. Déroulement

**En amont en classe**, l'objectif principal de la séance est donné aux élèves et ceux-ci sont répartis en groupes de 6 jongleurs. L'enseignant veillera à proposer de nouveaux groupes afin de favoriser les échanges de répertoire de jogle.

### 3.1 Mises en disponibilité et jeux de jogle (15 min)

#### a. Dispositif et organisation

La salle est organisée comme lors de la Séance 1. Les élèves sont dispersés autour de l'espace commun de jogle.

#### b. Activités

##### – Jouons au « Clap "énergie" »

Idem Séance 1.

##### – Jouons au « Chat et à la souris »

En cercle, une balle rouge symbolise 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 2 balles le plus rapidement possible en la donnant directement à son voisin de droite (remarque : il est interdit de passer la balle à un autre partenaire). Le but est pour le chat de rattraper la souris, mais pour la souris de ne pas être rattrapée par le chat.

Attention : pour se passer la balle de la main droite à la main gauche, on doit se faire un « self » (cf. Séance 1).

Variante : passer de « se **donner** la balle » à « se **lancer** la balle ».

### 3.2 Situation de référence : « Les passings simultanés »

#### a. Dispositif et organisation

Chaque groupe est réparti en cercle dans les espaces de création. Il y a autant de balles que de jongleurs.

#### b. Activités

#### Temps 1 : découverte d'un nouveau répertoire de jongle : les passings simultanés en cercle

Remarque : plusieurs passings sont proposés avec une augmentation progressive de la difficulté (manipulation). Ces passings diffèrent de ceux explorés lors des séances précédentes, car il s'agit de passings avec des échanges simultanés (tous les élèves s'échangent la balle en même temps, contrairement à la machine à jongler ou au circuit de balles où les élèves agissaient les uns après les autres) et avec autant d'objets que de jongleurs.

Pour tous les passings proposés, la balle tourne dans le sens des aiguilles d'une montre :

1. 1<sup>er</sup> passing : je me lance la balle (« self ») de la main gauche vers ma main droite, puis je la **pose** dans la main gauche (de mon partenaire de **droite**).

Remarque : ce n'est donc pas mon partenaire de gauche qui vient chercher la balle, mais bel et bien moi qui la pose dans la main droite ouverte de mon partenaire.

2. 2<sup>e</sup> passing : je me lance la balle (« self »), puis je la **lâche** dans la main de mon partenaire de gauche. Pour cela, je lève la main très haut au-dessus de la main de mon partenaire (le bras est quasiment à la verticale).

Remarque : ici, la balle a une trajectoire verticale pour « tomber » dans la main du partenaire.

3. 3<sup>e</sup> passing : je fais mon « self », puis je **lance** la balle à mon partenaire de gauche.

Remarque : ici, la balle a une trajectoire parabolique donc beaucoup plus aléatoire que dans le 2<sup>e</sup> passing.

« **Consigne** : Votre but et votre défi sont de réussir un passing **simultané** avec **autant** de balles que de jongleurs. Pour ce faire, je vais vous proposer plusieurs passings. Lorsque vous aurez réussi le premier 5 fois dans un sens et 5 fois dans l'autre avec autant de balles que de jongleurs, je vous proposerai le 2<sup>e</sup> passing.

Afin de mieux vous organiser, je vous demande de respecter les règles suivantes :

- vous commencerez chaque exercice avec une balle pour tout le groupe. Quand la balle a fait le tour sans tomber, alors seulement vous ajouterez une balle et cela jusqu'à avoir autant de balles que de jongleurs.

- Si une balle tombe : vous reprenez l'exercice avec une balle de moins. Si à nouveau vous réussissez un tour sans aucune balle morte, alors vous pouvez à nouveau ajouter une balle. »

#### Temps 2 : démonstration « Le défi »

Un groupe défie un autre groupe (ex. : le groupe des jaunes défie le groupe des rouges ; les bleus défient les verts). Les défiés annoncent le passing simultané qu'ils souhaitent réaliser. Au signal de l'enseignant, ils engagent l'action pendant 1 min. Si une balle meurt, on arrête le passing et on regarde le temps que le passing a duré.

Pour les défis :

- si les défiés n'ont pas tenu 1 min, les défis répondent avec le même passing ;
- si les défiés ont tenu 1 min, ils répondent avec un passing plus difficile.

On inverse ensuite les rôles.

Remarque : il est possible de faire plusieurs défis en changeant chaque fois les groupes.

### 3.3 Retour au calme

Ce retour au calme doit permettre de faire émerger les règles essentielles pour réussir un passing simultané collectif :

- pour réussir, il faut se donner un rythme collectif, puis accélérer ;
- pour réussir, comme lors du circuit de balle ou de la machine à jongler, je ne regarde pas la balle que je lâche mais la balle que je vais recevoir.

### 3.4 En classe

Le retour en classe permet de compléter l'affiche « Les règles d'or pour réussir un passing ».

## 1. Objectifs

- Créer, réaliser et enchaîner à plusieurs des échanges simultanés avec plusieurs engins.
- Ajuster les gestes de jonglage ou les trajectoires de lancer à la forme de l'engin et à la distance des partenaires.

## 2. Préparation

Séance 6	Durée	Matériel
✓ Mises en disponibilité et jeux de jongle	15 min	✓ Ballons de basket, de hand-ball ou de volley-ball (autant de ballons que d'élèves) ✓ Plots-assiettes pour démarquer l'espace ✓ Support sonore : musique de type hip-hop ou pop (ex. : Ben l'Oncle Soul, Seven Nation Army ; Xzibit, U Know...)
✓ « Nos passings simultanés »	30 min	
✓ Retour au calme : bilan	5 min	
✓ Bilan et perspectives en classe	15 min	

## 3. Déroulement

Cette séance reprend exactement la même organisation que la Séance 5.

### 3.1 Mises en disponibilité et jeux de jongle

Idem Séance 5.

### 3.2 Situation de référence : « Nos passings simultanés »

#### a. Dispositif et organisation

Chaque groupe est réparti en cercle dans les espaces de création. Il y a autant de ballons que de jongleurs.

#### b. Activités

#### Temps 1 : création et mémorisation des passings

« Consigne : Votre but est cette fois-ci de créer vos propres passings en respectant les règles suivantes :

- pour chaque passing, vous devez avoir autant de ballons que de jongleurs ;
- comme lors des passings que nous avons découverts au cours de la séance précédente, chaque ballon doit être échangé de manière simultanée ;
- vous devrez pouvoir le faire aussi bien vers la droite que vers la gauche ;
- au bout du temps imparti, vous aurez créé au moins 3 passings différents ;
- bien entendu, il n'y aura pas de ballon mort lors de votre démonstration. »

### Temps 2 : démonstration/apprentissage

Un 1<sup>er</sup> groupe démontre un de ces 3 passings (celui qu'il trouve le plus original).

Si aucun autre groupe n'a effectué le même passing, il est autorisé à le transmettre et à l'apprendre à tous les autres groupes. Sinon, il doit présenter son 2<sup>e</sup> passing et ce jusqu'à ce que son passing soit tout à fait « original ».

Pour transmettre son passing aux autres groupes de jongleurs, le groupe des 6 jongleurs se répartit en 3 duos de « tuteurs » qui vont chacun apprendre le passing à un autre groupe.

Au bout de 3 min, les 3 autres groupes démontrent le nouveau passing appris.

C'est alors au 2<sup>e</sup> groupe de démontrer, puis de transmettre son passing aux autres groupes, etc.

Remarque : pour aider les élèves à mémoriser les différents passings, il est possible de traduire chaque mouvement par une expression. Ex. : « self rebond » puis « passe rebond » OU « self vertical » puis « lance à gauche », etc.

### 3.3 Retour au calme

Ce retour au calme doit permettre de faire émerger les « bonnes idées » trouvées par les élèves. Grâce à cette nouvelle démonstration, on espère que les élèves vont ajouter une **nouvelle organisation entre jongleurs dans l'espace** aux bonnes idées trouvées (ex. : certains élèves vont peut-être penser à s'organiser en ligne ou en colonne ; certains élèves vont peut-être être tentés de « sauter » un partenaire et passer au 2<sup>e</sup> partenaire à gauche) ou une nouvelle exploitation de l'espace (ex. : certains élèves utiliseront peut-être le mur pour créer l'échange entre partenaires).

### 3.4 En classe

#### Temps 1

Le retour en classe permet d'ajouter sur l'affiche toutes les bonnes idées trouvées. Celle-ci peut être enrichie par des photos prises pendant la leçon.

#### Temps 2 : spectacles qui exploitent ces passings simultanés

– *Les Objets volants* : de nombreuses vidéos montrant les divers numéros de cette compagnie sont exploitables sur le site [www.lesobjetsvolants.com](http://www.lesobjetsvolants.com). Pour cette séance, le numéro *Basketeurs* est particulièrement approprié.

– Extrait du spectacle *Stomp*, avec la création de percussions grâce à des ballons de basket.

## 1. Objectifs

- Créer, réaliser et enchaîner des passings en duos avec 2 engins.
- Ajuster les gestes de jonglage ou les trajectoires de lancer à la forme de l'engin et à la distance des partenaires.

## 2. Préparation

Séance 7	Durée	Matériel
✓ Mises en disponibilité et jeux de jongle	15 min	✓ Balles de jonglage : le double de balles que d'élèves
✓ « Nos duos de jongle »	30 min	✓ Plots-assiettes pour démarquer l'espace
✓ Retour au calme : bilan	10 min	✓ Support sonore : Ben l'Oncle Soul, Gotan Project, par ex.
✓ Bilan et perspectives en classe	30 à 50 min	✓ Affiche « Nos bonnes idées » ✓ Fiche « Passing duos » ✓ Extraits de spectacle

## 3. Déroulement

**En amont en classe**, l'objectif principal de la séance est donné aux élèves et ceux-ci sont répartis en binômes.

### 3.1 Mises en disponibilité et jeux de jongle

#### a. Dispositif

La salle est organisée de manière à avoir un espace collectif de jongle et 14 espaces individuels de travail.

#### b. Organisation

Les élèves sont dispersés dans tout l'espace collectif de jongle et possèdent chacun une balle.

#### c. Activités

##### – Jongler seul

Les élèves travaillent seuls avec une puis 2 balles et explorent différentes façons de faire circuler la balle d'une main à l'autre : manipulation (prise de balle, rebond sur la main, rebond sur une partie du corps avant que la balle arrive dans l'autre main, prise « pattes de chat »...), trajectoire (tenue, lancée, rebond, colonnes...), en utilisant son corps comme obstacle, en ajoutant une action pendant le trajet de la balle (tourner sur soi-même, taper dans les mains...), etc.

##### – Jouons à « Passe-passe »

Face à face par 2, les élèves s'échangent une balle en explorant les différentes possibilités (recherche de passings à 2). Puis même travail mais en respectant les contraintes de manipulation données par l'enseignant :

- 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 balle perdue, balle morte...)

### 3.2 Situation de référence : « Nos passings duos »

#### a. Dispositif et organisation

Les binômes rejoignent un espace de travail. Chaque duo possède 2 balles.

#### b. Activités

##### Temps 1 : exploration

« Consigne : Par 2, vous allez explorer différentes façons de vous transmettre vos 2 balles. »

L'enseignant observe les duos et amène progressivement les élèves à :

- transformer le chemin de jongle (ex. : je passe de ma main droite à ma main gauche en « self » et je lance la balle sur la main droite de mon partenaire) ;
- transformer les trajectoires (ex. : je fais exactement la même chose, mais je me fais un « self » en rebond et je transmets en faisant rouler la balle à mon partenaire) ;
- transformer la manipulation (ex. : je me fais un « self » en passant sous la jambe gauche) ;
- transformer l'organisation entre jongleurs (ex. : je peux faire un passing très proche ou au contraire très éloigné. L'un peut être dans le dos de l'autre).

##### Temps 2 : transmission, mémorisation

Deux binômes se regroupent. Parmi toutes ses découvertes, chaque duo garde un seul mouvement passing (celui qui lui semble le plus original) et l'apprend à l'autre duo. Pour cela, chacun des jongleurs change de partenaire et lui apprend le mouvement qu'il a appris avec son partenaire précédent (ex. : chaque élève du duo A1 apprend son mouvement à un élève du duo B1). À la fin de ce temps d'échange, chaque duo doit pouvoir faire les échanges de chacun des 2 duos.

##### Temps 3 : démonstration

Chaque groupe démontre à un autre groupe au sein de son espace de création (ce sont les spectateurs qui se déplacent). Les spectateurs observent les propositions en cherchant à répondre à la question : « *Qu'ont-ils fait que nous n'avons pas fait ?* ». À la fin du moment de jongle, quand tous les jongleurs sont sortis de l'espace de jongle, les spectateurs applaudissent. On inverse ensuite les rôles. Attention : les nouveaux spectateurs se déplacent pour rejoindre l'espace de jongle des nouveaux jongleurs. Remarque : il est possible de faire plusieurs démonstrations en changeant chaque fois les groupes.

### 3.3 Retour au calme

Ce retour au calme doit permettre de faire émerger les « bonnes idées » trouvées par les élèves. Grâce à cette nouvelle démonstration, on espère que les élèves vont ajouter une **nouvelle organisation entre jongleurs dans l'espace** aux bonnes idées trouvées (face à face, dos à dos ; l'un devant l'autre) ; l'un allongé l'autre debout ; en cercle ; en colonne **et dans le temps** (ils lancent les ballons en même temps, ils lancent les ballons en simultané).

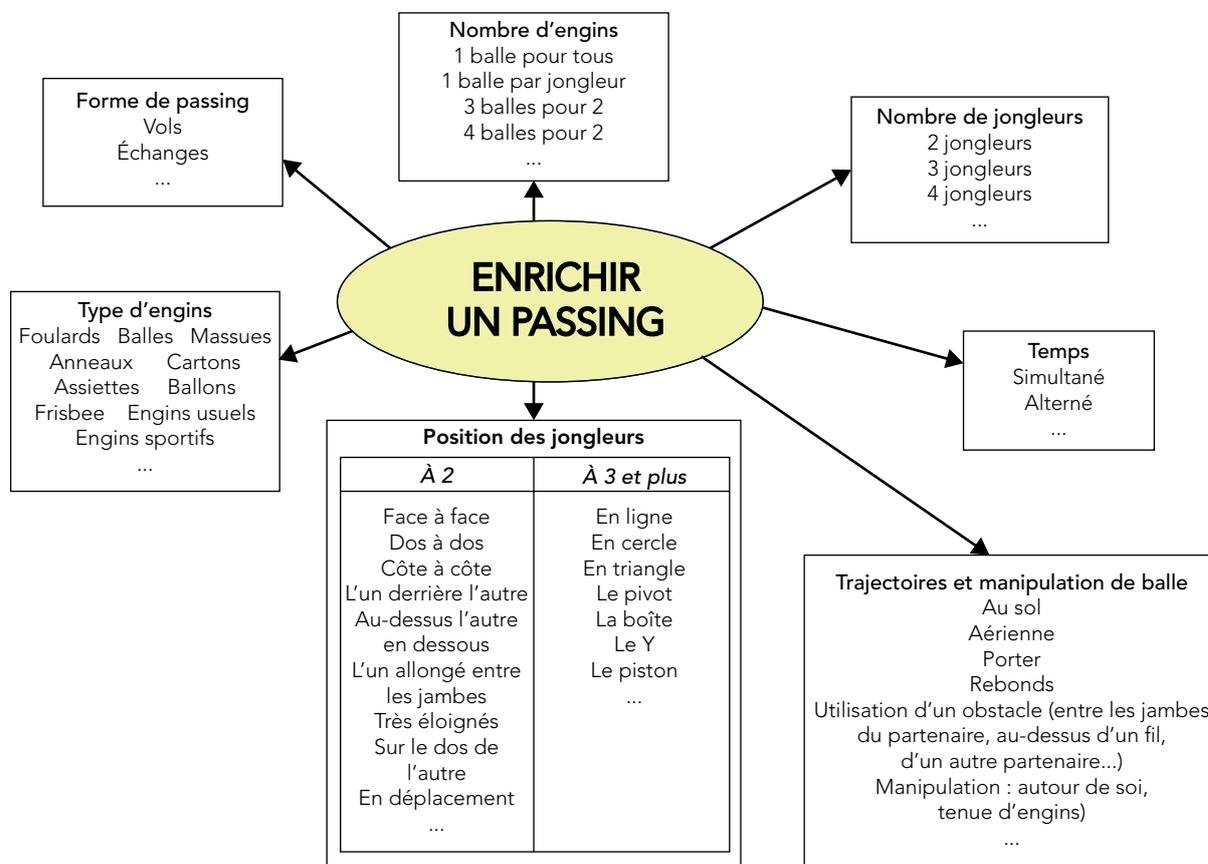
### 3.4 En classe

- Chaque duo tente de schématiser son passing afin de le transmettre aux autres groupes. Pour cela, il peut remplir la fiche « Passing duos » suivante :

Nom du passing	Organisation entre jongleurs	Description du « self »	Description de l'échange	Dessin

- Le retour en classe permet d'ajouter sur l'affiche toutes les bonnes idées trouvées. Ex. : « *Mathieu est devant Mathilde* » ; « *Sophie est allongée entre les jambes de Chloé* » ; « *Les 4 jongleurs se sont mis en colonne, en ligne* »...
- De nombreuses vidéos de passings sont accessibles sur YouTube. La vidéo *Laurent et Phil, juggling passing demo*, visible sur la chaîne YouTube « Philippe Dreyfuss », est particulièrement conseillée, ainsi que les divers numéros de la compagnie Les Objets volants, exploitables sur le site [www.lesobjetsvolants.com](http://www.lesobjetsvolants.com).

## Aide pour l'enseignant



## 1. Objectifs

- Proposer des types de jonglage pour composer un unisson de jongle en fonction d'un risque reconnu et apprécié : choisir les mouvements en respectant un juste dosage entre le risque, le courage, le comique et la poésie.
- Adapter ses réponses et ses efforts aux caractéristiques de l'objet, du groupe, en fonction de la difficulté de la tâche.

## 2. Préparation

Séance 8	Durée	Matériel
✓ Mises en disponibilité et jeux de jongle	20 min	✓ Balles de jonglage (autant de balles que d'élèves)
✓ « Notre unisson de jongle »	30 min	✓ Plots-assiettes pour démarquer l'espace
✓ Retour au calme : bilan	5 min	✓ Support sonore : <i>Sweet Music</i> , de Mocky, par ex.
✓ Bilan et perspectives en classe	15 à 30 min	✓ Affiche « Nos bonnes idées » ✓ Extraits de spectacle

## 3. Déroulement

En amont en classe, l'enseignant rappelle les groupes de travail composés de 6 élèves. Il s'agit des mêmes groupes que lors de la Séance 2.

### 3.1 Mises en disponibilité et jeux de jongle

#### a. Dispositif et organisation

La salle est organisée comme lors de la Séance 1. Les élèves sont en cercle autour de l'espace collectif de travail.

#### b. Activités

- Jouons au « Cadeau de jongle »
- Jouons au « Bonjour de jongle »

### 3.2 Situation de référence « Notre chorégraphie de jongle : Bonjour, Salut, Hello »

#### a. Dispositif et organisation

4 ou 5 espaces de création sont matérialisés au sein desquels sont déposées 6 balles pour 6 jongleurs : 6 jongleurs, A, B, C, D, E et F, par espace.

#### b. Activités

##### Temps 1 : création – mémorisation – composition – enrichissement

Création : A et B créent ensemble le « BONJOUR » : A propose le « BON » et B complète le mouvement par « JOUR ». C et D créent ensemble le « SALUT » : C propose le « SA » et D complète le mouvement par « LUT ». Idem pour E et F, qui créent alors le « HEL-LO ».

Mémorisation : chaque duo apprend aux 2 duos partenaires les mouvements créés.  
Composition : « *Désormais, vous devrez montrer à vos camarades une chorégraphie de jongle qui reprendra les 3 mouvements créés à l'unisson.* »  
Remarque : dans le cadre de cette situation, l'enseignant rappellera que les trajectoires de l'engin ne doivent pas nécessairement être aériennes (les trajectoires aériennes sont difficiles et peuvent parfois nuire à l'unisson).

### Temps 2 : composition – enrichissement

Quand les élèves semblent maîtriser leur unisson de jongle, l'enseignant ajoute progressivement les consignes : « *Trouver une façon de vous organiser dans l'espace (ex. : en quinconce, en ligne, en carré, en colonnes, en cercle, en pyramide...), trouver une façon d'entrer sur la piste puis de terminer **sur** la piste.* »

### Temps 3 : démonstration

Celle-ci s'organise comme lors de la Séance 2.

Remarque : il est possible de faire plusieurs démonstrations en changeant chaque fois les groupes.

### 3.3 Retour au calme

En dispersion dans la salle, chaque élève reprend seul sa chorégraphie de jongle avec un objet invisible puis en ralentissement de plus en plus le mouvement.

### 3.4 En classe

L'enseignant pourra mettre en avant les idées observées :

1. organisation spatiale entre jongleurs ;
2. manipulation de l'engin ;
3. modalités d'entrée ou de fin.

Pour cette séance, un extrait du spectacle de jongle *Nightclubs*, de la Compagnie Gandini Juggling, peut être montré aux élèves.

## 1. Objectifs

- Réaliser et enchaîner des figures de jongle codifiées avec plusieurs engins.
- Jongler de plus en plus haut, de plus en plus vite, de plus en plus longtemps, en variant les positions du corps, en variant le nombre d'objets.

## 2. Préparation

Séances 9-10	Durée	Matériel
✓ Mises en disponibilité et jeux de jongle	15 min	✓ Balles de jonglage (3 par élève) ✓ Foulards
✓ « Jonglerie individuelle »	30 min	✓ Plots-assiettes ✓ Support sonore : <i>Sweet Music</i> , de Mocky, par ex. ✓ Fiches « Élèves » E2, E3a et b et E4a et b
✓ Retour au calme : bilan	10 min	✓ Fiche d'évaluation (fiche « Élève » E1)
✓ Bilan en classe	10 à 20 min	✓ Extraits de spectacle

## 3. Déroulement

**En amont en classe**, l'enseignant distribue les fiches « Élèves » E2, E3 et E4. Il explique le travail de la séance à partir de ces fiches.

Pour aider à mieux visualiser les figures décrites, voir le site Internet de Fabrice Bruchon, où des vidéos complètent les visuels animés des différentes figures présentées : [1001figuresjonglerie.perso.sfr.fr/jongle](http://1001figuresjonglerie.perso.sfr.fr/jongle). Il est possible d'exporter l'ensemble des figures animées sur votre propre ordinateur.

### 3.1 Mises en disponibilité et jeux de jongle

#### a. Dispositif et organisation

Les élèves sont en cercle.

#### b. Activités

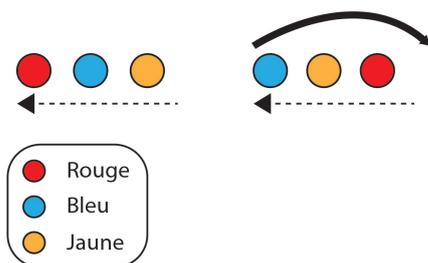
##### – Jouons au « Bonjour de jongle répété »

Cette situation se déroule comme la situation « Bonjour de jongle » (cf. Séance 8). J1 montre son bonjour de jongle au jongleur 2 (J2). J2 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.

##### – Jongles au sol

Assis au sol, chaque élève prend 3 balles. Il reproduit les 2 figures suivantes en faisant rouler les balles au sol. L'enseignant pourra faire une démonstration.

· **Figure 1** : le petit train



La main droite (MD) fait rouler la balle 1 (B1) au sol, en la poussant vers la gauche, puis il fait rouler B2 de même. La main gauche donne B3 à MD puis va ramasser B1. MD pose B3 au sol et la fait rouler vers la gauche. MG récupère B2, la donne à MD, qui enchaîne en faisant rouler au sol.

· **Figure 2** : la cascade 3 balles

B1, B3 dans MD, B2 dans MG. MD fait rouler B1 en diagonale (vers l'avant et la gauche). MG fait rouler B2 en diagonale (vers l'avant et la droite) et récupère B1. MD fait rouler B3 en diagonale et récupère B2, etc.

**3.2 Situation de référence « Jonglerie individuelle »**

**a. Dispositif et organisation**

6 ateliers :

- 2 ateliers : jongle à 1 balle à partir de la fiche « Élève » E2 .
- 2 ateliers : jongle à 2 balles à partir des fiches « Élèves » E3a et E3b .
- 1 atelier : la cascade à 3 balles à partir de la fiche « Élève » E4a .
- 1 atelier : jongle à 3 balles à partir de la fiche « Élève » E4b .

Les élèves se répartissent équitablement sur les ateliers.

**b. Activités (3 x 10 min)**

**Séance 9** : les élèves découvrent les 3 ateliers successivement. Ils explorent les fiches, s'entraident pour réaliser les jongles, se démontrent, se conseillent. L'enseignant circule pour aider, conseiller les élèves. Des foulards sont disponibles pour les élèves en difficulté.

**Séance 10** : les élèves sont en coévaluation par 2 dans les ateliers. Ils choisissent une ou plusieurs figures à évaluer par atelier. La figure est validée lorsqu'elle est réussie 3 fois.

<b>Prénom :</b> _____	<b>Je suis capable de jongler seul</b>		
<b>Évaluateur :</b> _____	Je coche lorsque la figure est réussie		
Avec 1 balle	Figure ..... ○ ○ ○	Figure ..... ○ ○ ○	Figure ..... ○ ○ ○
Avec 2 balles	Figure ..... ○ ○ ○	Figure ..... ○ ○ ○	Figure ..... ○ ○ ○
Avec 3 balles	Figure ..... ○ ○ ○	Figure ..... ○ ○ ○	Figure ..... ○ ○ ○
Cascade à 3 balles	Figure ..... ○ ○ ○	Figure ..... ○ ○ ○	Figure ..... ○ ○ ○

### 3.3 Retour au calme

- Échanges sur les difficultés et les réussites.
- Démonstrations d'élèves volontaires.

L'enseignant peut rappeler : « *Pour réussir une figure, je dois penser à :*

- *garder mes coudes près du corps ;*
- *lancer les balles à hauteur du regard et dans le même plan (pour m'entraîner à les lancer sur le même plan, je peux travailler le long d'un mur). »*

### 3.4 En classe

L'enseignant peut montrer un moment de jongle d'Adrien Mondot, véritable chorégraphe de balles.

## 1. Objectifs

- Traiter les activités de jonglerie pour construire un numéro : une entrée, un milieu, une fin, en solo, en duo ou en trio et plus, en « embarquant » le spectateur pour le surprendre et le troubler.
- Choisir un rôle qui convient à sa personnalité, se produire devant les autres pour s'engager dans une situation de risque mesuré.
- Devenir un spectateur avisé, savoir porter un regard sensible et pas simplement un regard en attente de l'exploit.

## 2. Préparation

Séance 11	Durée	Matériel
✓ Mises en disponibilité et jeux de jongle	5 min	✓ Objets circassiens ou sportifs ou du quotidien
✓ « Notre grand numéro »	45 min	✓ 3 balles par élève ✓ Plots-assiettes pour démarquer l'espace
✓ Retour au calme : bilan	5 min	✓ Support sonore : <i>Saltimbanco</i> , du Cirque du Soleil, par ex. ✓ Fiche « Observation des numéros »
✓ Bilan et perspectives en classe	15 min	✓ Extraits de spectacle : <i>Alegria</i> , du Cirque du Soleil

## 3. Déroulement

**En amont en classe**, l'enseignant rappelle les groupes de travail composés de 6 élèves. Il s'agit des groupes formés lors de la Séance 2.

### 3.1 Mises en disponibilité et jeux d'exploration

La salle est organisée comme lors de la Séance 2.

- Jouons à « La parade des artistes » : cf. Séance 3.

### 3.2 Situation de référence « Notre grand numéro »

#### a. Dispositif et organisation

Les élèves sont organisés par groupes de 6. Chaque groupe travaille sur un des espaces de travail matérialisés. Une caisse comprenant du matériel de jongle et du matériel sportif est disponible dans chaque espace.

#### b. Activités

##### Temps 1 : exploration – création – mémorisation

- « **Consigne** : Avec les éléments que vous avez à votre disposition, vous allez construire et produire un numéro dans lequel on retrouvera les éléments suivants :
- une machine à jongler ;

- 2 trios de jongle avec passings simultanés ;
- 3 duos de jongle proposant des passings différents ;
- un unisson de jongle ;
- des solos de jongle durant lesquels vous tenterez de démontrer votre plus haut niveau de maîtrise. »

### Temps 2 : démonstration

La démonstration se déroule en 2 temps :

- **répétition en public** : chaque groupe démontre à un autre groupe dans son espace de création, puis on inverse les rôles.
- **démonstration finale** : chaque groupe démontre à l'ensemble de la classe dans son espace de création.

Les prestations se font sur une des musiques du répertoire fourni par l'enseignant.

Les élèves spectateurs tenteront de valider les numéros en remplissant le tableau suivant :

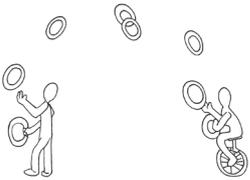
OBSERVATION DES NUMÉROS			
Observez les prestations de vos camarades et entourez la case correspondante pour chaque critère.			
Groupe observé : .....			
Le cahier des charges est rempli	Oui	Il manque un élément	Il manque plus d'un élément
Thème	Présent	Peu clair	Absent
Entrée/présentation	Présente	Peu claire	Absente
Fin et salut	Présents	Confus	Absents
Mise en scène (accessoires, costumes...)	Présente	Peu exploitée	Absente
Implication et concentration de tous les acteurs	Toujours	Parfois	Jamais
Maîtrise des mouvements (pas de balle morte)	Toujours	Moins de 2 balles mortes	Plus de 2 balles mortes
Originalité et caractère surprenant des figures proposées	Souvent	Parfois	Jamais
J'ai été ému(e), enthousiasmé(e) ou impressionné(e)	Souvent	Parfois	Jamais

### 3.3 En classe

- Les élèves commentent leur vécu, leur impression en tant que jongleur et en tant que spectateur.
- Tous découvrent le numéro de jongle extrait du spectacle *Alegria*, du Cirque du Soleil, où les jongleuses donnent à voir des échanges et des manipulations d'engins exceptionnels et originaux.

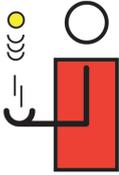
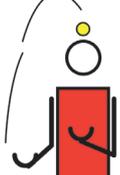
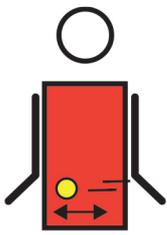
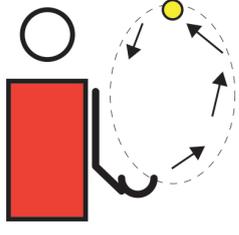
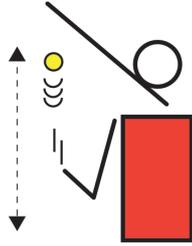
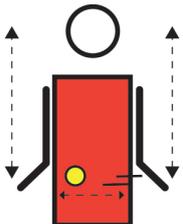
## ÉVALUATION ARTS DU CIRQUE : JONGLERIE

NOM Prénom : \_\_\_\_\_ Classe : \_\_\_\_\_

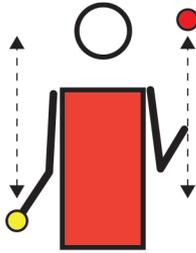
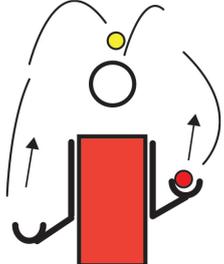
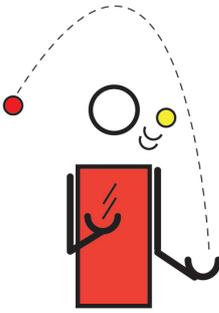
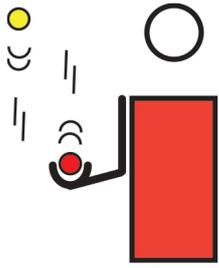
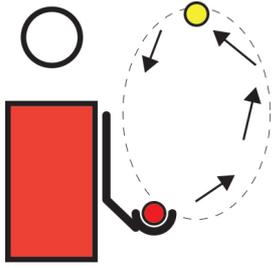
Je suis capable de :		Élève	Enseignant
 <b>jongler seul</b>	avec une balle de plusieurs manières		
	avec 2 balles de plusieurs manières		
	avec 3 balles		
	avec 3 balles de plusieurs manières		
	Figures acquises :		
 <b>jongler à plusieurs</b>	en simultané avec autant de balles que de jongleurs		
	en alterné avec ..... balles pour 2 jongleurs		
	en alterné avec ..... balles pour 6 jongleurs		
<b>inventer des figures de jongle seul(e) ou à plusieurs originales</b>			
<b>mémoriser et présenter un numéro</b>			
<b>choisir une figure avec laquelle je suis sûr(e) de réussir mon numéro</b>			
<b>rester concentré(e) durant tout le numéro</b>			
<b>choisir un rôle qui convient à ma personnalité</b>			
<b>analyser le numéro de mes camarades</b>			

Prénom : _____	Je suis capable de jongler seul		
Évaluateur : _____	Je coche lorsque la figure est réussie		
Avec 1 balle	Figure ..... ○ ○ ○	Figure ..... ○ ○ ○	Figure ..... ○ ○ ○
Avec 2 balles	Figure ..... ○ ○ ○	Figure ..... ○ ○ ○	Figure ..... ○ ○ ○
Avec 3 balles	Figure ..... ○ ○ ○	Figure ..... ○ ○ ○	Figure ..... ○ ○ ○
Cascade à 3 balles	Figure ..... ○ ○ ○	Figure ..... ○ ○ ○	Figure ..... ○ ○ ○

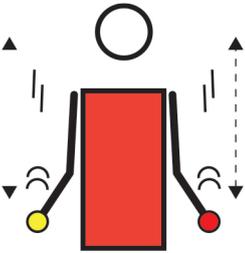
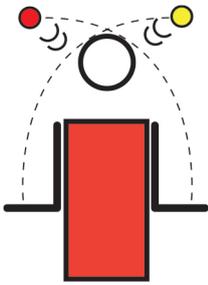
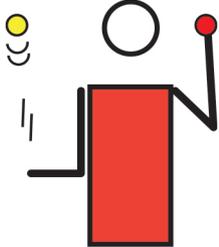
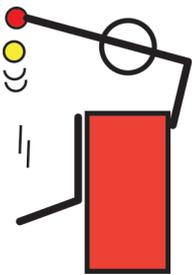
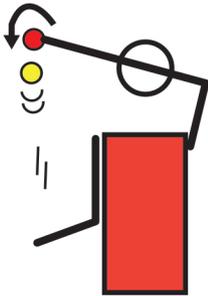
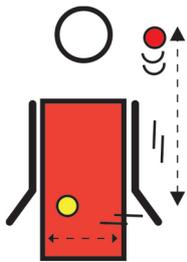
FIGURES À 1 BALLE

Figure 1 : colonne (ou lancer vertical)	Figure 2 : cascade	Figure 3 : cascade extérieure
		
<p>La main droite (MD) lance la balle verticalement à hauteur des yeux. La balle retombe dans la main droite (MD).</p>	<p>La main droite (MD) lance la balle de l'extérieur vers l'intérieur à hauteur des yeux. La balle retombe dans la main gauche (MG). Puis MG renvoie en lancer extérieur vers intérieur sur MD.</p>	<p>La main droite (MD) lance la balle de l'intérieur vers l'extérieur à hauteur des yeux. La balle retombe dans la main gauche (MG).</p>
Figure 4 : feed (ou lancer horizontal)	Figure 5 : colonne « fontaine »	Figure 6 : grue
		
<p>La main droite (MD) lance la balle horizontalement sur la main gauche, puis MG lance la balle horizontalement sur MD.</p>	<p>La main droite (MD) lance la balle de l'intérieur vers l'extérieur à hauteur des yeux. La balle retombe dans MD. On dirait que la balle dessine un cercle.</p>	<p>La balle est dans la main gauche à hauteur de front, paume orientée vers le sol. La main droite est à hauteur de ventre. Lâcher la balle de MG et la rattraper dans MD, puis lancer verticalement de MD pour récupérer de MG (toujours à hauteur de front).</p>
Figure 7 : demi-boîte		
	<p>MD lance la balle verticalement, puis la récupère et la lance horizontalement vers MG. MG lance ensuite la balle verticalement, la récupère et la lance horizontalement à MD.</p>	

## FIGURES À 2 BALLEES

Figure 8 : colonne à 2 mains (le rythme)	Figure 9 : cascade	Figure 10 : cascade extérieure
		
<p>1 balle dans chaque main : lancer verticalement 1 balle, puis lorsqu'elle atteint le sommet de sa trajectoire lancer l'autre balle verticalement. Récupérer la 1<sup>re</sup> balle et la relancer verticalement avant que la 2<sup>de</sup> ne retombe.</p>	<p>1 balle dans chaque main. MD lance en cascade. Quand la balle est au sommet de sa trajectoire, MG lance la 2<sup>de</sup> balle en cascade. Enchaîner.</p>	<p>1 balle dans chaque main. MD lance en cascade extérieure. Quand la balle est au sommet de sa trajectoire, MG lance la 2<sup>de</sup> balle en cascade extérieure. Enchaîner.</p>
Figure 11 : tennis	Figure 12 : colonne 1 main (lancers parallèles)	Figure 13 : colonne 1 main (fontaine circulaire)
		
<p>1 balle dans chaque main. MD envoie la balle 1 en cascade extérieure par-dessus la tête. MG envoie la balle 2 en cascade. MG récupère la balle 1 et MD récupère la balle 2. Puis MG envoie la balle 1 en cascade extérieure et MG renvoie la balle 2 en cascade.</p>	<p>2 balles dans MD : lancer verticalement 1 balle puis lancer l'autre verticalement parallèle à la 1<sup>re</sup> lorsque la balle atteint le sommet de sa trajectoire. Récupération de la même main de la 1<sup>re</sup> balle et relance verticale avant que la 2<sup>de</sup> ne retombe.</p>	<p>2 balles dans MD : jongler en cercle de l'intérieur vers l'extérieur à hauteur des yeux. On dirait que les balles dessinent un cercle.</p>

## FIGURES À 2 BALLES

Figure 14 : colonne à 2 mains simultanée	Figure 15 : parapluie (ou colonne gothique)	Figure 16 : ascenseur
		
<p>1 balle dans chaque main : lancer en même temps les 2 balles verticalement. Les récupérer en même temps.</p>	<p>1 balle dans chaque main. Lancer les 2 balles en même temps en cascade extérieure. Elles se croisent au sommet de leur trajectoire. Récupérer les 2 balles en même temps.</p>	<p>1 balle dans chaque main. MD lance verticalement sa balle et la récupère. MG tenant 1 balle se contente de monter et descendre en même temps que la balle (effet d'optique).</p>
Figure 17 : Yo-Yo (ou balle aimantée)	Figure 18 : satellite	Figure 19 : demi-boîte
		
<p>1 balle dans chaque main. MD lance verticalement sa balle et la récupère. MG tenant 1 balle accompagne la balle en restant au-dessus d'elle (effet d'optique : on a l'impression que la balle est aimantée).</p>	<p>1 balle dans chaque main. MD lance verticalement sa balle et la récupère. MG tenant 1 balle tourne autour de la balle lancée.</p>	<p>1 balle dans chaque main. MD lance sa balle verticalement. Pendant ce temps, la balle de MG fait un aller-retour horizontal avant que la 1<sup>re</sup> balle ne retombe (1 balle est lente, l'autre très rapide).</p>

LA CASCADE À 3 BALLES

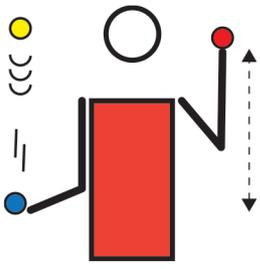
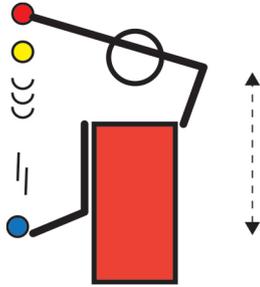
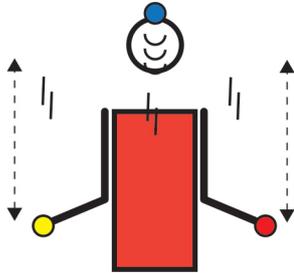
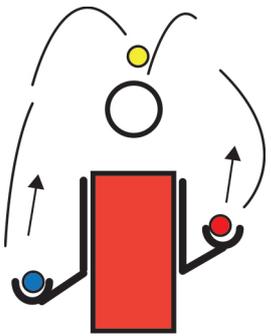
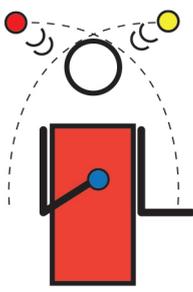
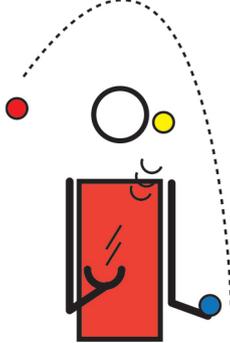
<b>Figure 20</b>	<b>Figure 21</b>	<b>Figure 22</b>
Faire la cascade 2 balles avec une 3 <sup>e</sup> balle en main.	Lancer les 3 balles en cascade et les laisser tomber au sol.	Lancer les 3 balles en cascade et rattraper les 2 premières.

<b>Figure 23</b>	<b>Figure 24</b>	<b>Figure 25</b>
Lancer les 3 balles en cascade et ne rattraper que la 1 <sup>re</sup> balle.	Lancer les 3 balles en cascade et ne rattraper que la 2 <sup>e</sup> balle.	Lancer les 3 balles en cascade et ne rattraper que la 3 <sup>e</sup> balle.

<b>Figure 26</b>	<b>Figure 27</b>
Lancer les 3 balles en cascade et rattraper les 3 balles.	Lancer les 3 balles en cascade et rattraper les 3 balles.

<b>Figure 28 : cascade 3 balles</b>	
	B1 et B3 dans main droite (MD) ; B2 dans main gauche (MG). MD lance B1 en cascade vers MG, puis lorsqu'elle atteint son sommet MG lance B2 en cascade vers la droite. Lorsqu'elle est à son sommet, je récupère B1 dans MG et je lance B3 en cascade vers la gauche.

## FIGURES À 3 BALLES

Figure 29 : ascenseur	Figure 30 : Yo-Yo (ou balle aimantée)	Figure 31 : colonnes
		
<p>B1 et B2 dans MD, B3 dans MG. Jongler en colonne avec B1 et B2 dans MD. MG tenant 1 balle se contente de monter et descendre en même temps que les 2 balles (effet d'optique).</p>	<p>B1 et B2 dans MD, B3 dans MG. Jongler en colonne avec B1 et B2 dans MD. MG accompagne une des 2 balles et reste toujours au-dessus d'elle (effet d'optique).</p>	<p>Lancer 2 balles en même temps en colonnes et à la même hauteur. Au sommet de leur trajectoire, lancer la 3<sup>e</sup> balle au milieu. Attraper les 2 balles, puis continuer avec celle du milieu.</p>
Figure 32 : cascade extérieure	Figure 33 : parapluie (ou arc-en-ciel)	Figure 34
		
<p>B1 et B3 dans MD, B2 dans MG. Lancer B1 en cascade extérieure vers la gauche. MG lance B2 par-dessus B1 et récupère B1. MD lance B3 par-dessus B2 et récupère B2 (faire comme si on faisait passer les balles dans un cerceau placé au-dessus de la tête).</p>	<p>Lancer 1 balle verticalement au centre. Au sommet de sa trajectoire, lancer en même temps les 2 autres en les faisant se croiser au-dessus de la tête. Attraper la balle du milieu et la relancer.</p>	<p>Pendant la cascade, choisir 1 balle et lorsqu'elle arrive dans la main droite la lancer par-dessus les autres.</p>

