



Artistes-animateurs
en **milieu de loisir**
2015-2016

FICHES D'ACTIVITÉS
ATELIERS
EXPLORATOIRES
D'ART DU CIRQUE
Sessions automne,
hiver, été

ACTIVITÉS DE CIRQUE POUR
DES JEUNES DE 6 À 12 ANS

Par Félix-Antoine Despatie de L'École de cirque de Verdun

ENTENTE SUR LE DÉVELOPPEMENT CULTUREL DE **MONTRÉAL**

Montréal 

Culture
et Communications

Québec 

PRÉSENTATION DE ARTISTES-ANIMATEURS EN MILIEU DE LOISIR

Artistes-animateurs en milieu de loisir vise à expérimenter, à Montréal, des initiatives qui favorisent la pratique des arts, dans leur temps libre, par des citoyens vivant dans des milieux où l'offre en loisir culturel est peu développée.

Ces projets visent à agir directement auprès des participants et dans leur milieu de vie afin de développer et de maintenir, à moyen et à long terme, l'intérêt pour une pratique artistique.

Afin d'assurer aux activités un niveau de qualité élevé, des organismes culturels sont approchés pour développer des contenus et animer les activités dans leur champ disciplinaire en fonction des besoins spécifiques des organismes de loisir ou des arrondissements participants.

Les objectifs visés sont les suivants :

- développer l'intérêt des citoyens pour la pratique d'une discipline artistique en leur donnant l'occasion d'expérimenter, dans leur milieu de vie, des activités artistiques attrayantes pendant toute une année ;
- susciter des collaborations entre des organismes culturels et des organismes de loisir ;
- stimuler le renouvellement de la programmation en loisir culturel.

Artistes-animateurs en milieu de loisir a été élaboré en 2011 par l'équipe du loisir culturel de la Ville de Montréal en collaboration avec la Table d'échanges en loisir culturel.

ACTIVITÉS DE CIRQUE POUR DES JEUNES DE 6 À 12 ANS

Objectif général : Offrir des ateliers exploratoires en arts du cirque aux enfants de 6-8 ans et de 9-12 ans.

Ce projet est réalisé au cours d'ateliers hebdomadaires avec deux groupes (6-8 ans et 9-12 ans) d'environ 15 enfants chacun.

Durée des ateliers : 50 minutes

Note: Dans le but de simplifier le document, les activités qui sont répétées et bonifiées sur plusieurs ateliers ne sont pas répétées dans le tableau.

ATELIER 1			
ACTIVITÉS	OBJECTIFS	ORGANISATION SPATIALE/MATÉRIEL	DESCRIPTION
Jonglerie foulards	Développer la coordination et la motricité fine	Carré de tapis accordéon, foulards	Exploration et défis spécifiques de manipulation
Jonglerie balles	idem	Carré de tapis accordéon, balles	idem
Fil de fer	Développer l'équilibration et le tonus musculaire	Fil de fer, bâton et tapis de sécurité	Équilibration en traversant le fil vers l'avant et l'arrière avec appui.

ATELIER 2			
ACTIVITÉS	OBJECTIFS	ORGANISATION SPATIALE/MATÉRIEL	DESCRIPTION
Bobines d'équilibre	Développer l'équilibration et la mobilité	4 plateaux avec une bobine à côté d'une série d'espaliers, banc suédois pour délimiter l'espace et embarquer sur les bobines	Déplacement vers l'avant sur la bobine avec la démarche à reculons avec appui
Pyramides	Développer la coopération, la force et la stabilité	Carré de tapis accordéon	Division du groupe en petites équipes pour expérimentation des positions de base
Assiettes chinoises	Développer la coordination	Carré de tapis accordéon, assiettes chinoises	Contrôle du mouvement circulaire pour amener l'assiette en équilibre sur le bâton

ATELIER 3

ACTIVITÉS	OBJECTIFS	ORGANISATION SPATIALE/MATÉRIEL	DESCRIPTION
Acrobatie au sol	Accroître la force, le tonus musculaire, la coordination et la mobilité	Carré de tapis accordéon, fromage	Apprentissage éducatif et mouvements de base tel que roulade avant, roulade arrière, plongeon
Bobines d'équilibre	Voir atelier 2	Voir atelier 2	Voir atelier 2
Rola bola	Développer l'équilibration	Tapis accordéon disposés devant des espaliers, 4 à 6 de rola bola	Positionné face à l'espalier, équilibration sur la planche avec appui des deux mains

ATELIER 4

ACTIVITÉS	OBJECTIFS	ORGANISATION SPATIALE/MATÉRIEL	DESCRIPTION
Corde à sauter	Accroître la synchronisation, la coordination, le rythme et la mobilité	Carré de tapis, une longue corde à sauter	Apprentissage de sauts et de passages seul ou à deux dans la corde en mouvement
Cerceaux chinois	Développer la coordination et l'impulsion	Carré de tapis, cerceaux de hula hoop petits et grands	Apprentissage de roulade avant, de roulade arrière et de plongeon avant à travers un cerceau

ATELIER 5

ACTIVITÉS	OBJECTIFS	ORGANISATION SPATIALE/MATÉRIEL	DESCRIPTION
Jonglerie foulards et balles	Accroître la coordination et la motricité fine	Carré de tapis accordéon, foulards et balles	Révision et nouveaux défis spécifiques de manipulation
Bâton-fleur et manipulation hula hoop	Accroître la coordination et la motricité fine	Carré de tapis accordéon, bâtons fleurs et hula hoop	Révision et nouveaux défis spécifiques de manipulation
Fil de fer	Accroître l'équilibration, tonus musculaire	Fil de fer, bâton et tapis de sécurité	Révision et nouveaux défis de placements d'équilibration

ATELIER 6

ACTIVITÉS	OBJECTIFS	ORGANISATION SPATIALE/MATÉRIEL	DESCRIPTION
Pyramides	Voir atelier 2	Voir atelier 2	Voir atelier 2
Corde à sauter	Voir atelier 4	Voir atelier 4	Voir atelier 4
Bobines	Voir atelier 2	Voir atelier 2	Voir atelier 2, avec le moins d'appui possible

ATELIER 7

ACTIVITÉS	OBJECTIFS	ORGANISATION SPATIALE/MATÉRIEL	DESCRIPTION
Parcours d'acrobatie	Favoriser la coordination, le contrôle de l'impulsion, et la mobilité	Lignes de tapis, cerceaux chinois, corde à sauter	Intégration d'éléments d'acrobatie, de passages à la corde à sauter et de passages aux cerceaux appris dans les ateliers précédents dans un parcours.
Rola bola	Voir atelier 3	Voir atelier 3	Voir atelier 3, avec un seul appui et sans appui

ATELIER 8

ACTIVITÉS	OBJECTIFS	ORGANISATION SPATIALE/MATÉRIEL	DESCRIPTION
Corde à sauter	Voir atelier 4	Voir atelier 4	Apprentissage de nouveaux types de passages
Jonglerie et manipulation	Favoriser la coordination	3 stations de jonglerie, foulards et balles, assiettes chinoises et bâtons fleur, hula hoop	Révisions et pratiques des éléments expérimentés dans les ateliers précédents

ATELIER 9

ACTIVITÉS	OBJECTIFS	ORGANISATION SPATIALE/MATÉRIEL	DESCRIPTION
Jonglerie	Accroître la coordination	Carré de tapis, accessoires de jonglerie choisis pour le spectacle	Pratique des éléments techniques choisis pour le spectacle
Pyramides	Favoriser la coopération, accroître la force et la stabilité	Carré de tapis, fromage	Pratique des éléments techniques choisis pour le spectacle
Pratique du spectacle	Accroître la coordination, la coopération et la concentration	Tout le matériel ciblé pour le spectacle	Apprentissage et enchaînement de la chorégraphie pour le spectacle

ATELIER 10

ACTIVITÉS	OBJECTIFS	ORGANISATION SPATIALE/MATÉRIEL	DESCRIPTION
Corde à danser	Voir atelier 4	Carré de tapis accordéon	Effectuer des passages connus avec le moins de perte de temps possible.
Pratique du spectacle	Accroître la coordination, la coopération et la concentration	Tout le matériel ciblé pour le spectacle	Enchaînement de la chorégraphie et ajustements pour le spectacle

ACTIVITÉS DE CIRQUE POUR DES JEUNES FRÉQUENTANT LE CENTRE RÉCRÉATIF POUPART

Objectif général: Offrir des ateliers exploratoires en arts du cirque aux enfants de 6-8 ans et de 9-12 ans

Ce projet est réalisé au cours d'un atelier hebdomadaire avec un groupe de deux groupes (6-8 ans et 9-12 ans) d'environ 15 enfants chacun

Durée des ateliers: Chaque atelier est d'une durée de 50 minutes

Note: Dans le but de simplifier le document, les activités qui sont répétées et bonifiées sur plusieurs ateliers ne sont pas répétées dans le tableau.

ATELIER 1 (ACTIVITÉS 1 ET 2 EN ROTATION)

ACTIVITÉS	OBJECTIFS	ORGANISATION SPATIALE/MATÉRIEL	DÉROULEMENT
Bobines et boule d'équilibre	Développer l'équilibration, et la mobilité	Espaliers et banc suédois	Déplacement avant et arrière avec mains
Fil de fer	Développer l'équilibration et le tonus musculaire	Fil de fer, bâton et tapis de sécurité	Équilibration en traversant le fil vers l'avant et l'arrière avec appui.
Pyramides humaines	Encourager la coopération, la force et la stabilité	Carré de tapis accordéon	Division du groupe en petites équipes pour expérimentation des positions de base

ATELIER 2

ACTIVITÉS	OBJECTIFS	ORGANISATION SPATIALE/MATÉRIEL	DÉROULEMENT
Bâton fleur	Améliorer la coordination	Carré de tapis accordéon, accessoires	Exploration de manipulation et défis spécifiques adaptés
Foulards, balles, assiettes chinoises	Améliorer la coordination et la motricité fine	Carré de tapis accordéon, accessoires	Exploration de manipulation et défis spécifiques adaptés
Pyramides humaines	Encourager la coopération, la force et la stabilité	Carré de tapis accordéon	À 2 et à 3

ATELIER 3 (ACTIVITÉS 1 ET 2 EN ROTATION)

ACTIVITÉS	OBJECTIFS	ORGANISATION SPATIALE/MATÉRIEL	DÉROULEMENT
Rola bola	Développer l'équilibration	Espaliers et tapis accordéon	Positionné face à l'espalier, équilibration sur la planche avec appui des deux mains
Jonglerie (tous les accessoires)	Améliorer la coordination et la motricité fine	Carré de tapis accordéon, accessoires	Exploration de manipulation et défis spécifiques adaptés
Acrobatie (avec cerceaux chinois)	Améliorer la coordination, le contrôle de l'impulsion et la mobilité	Tapis accordéon, gros matelas et cerceaux	Initiations aux mouvements dans le cerceau

ATELIER 4 (3 ACTIVITÉS EN ROTATION)

ACTIVITÉS	OBJECTIFS	ORGANISATION SPATIALE/MATÉRIEL	DÉROULEMENT
Bâton fleur à deux	Développer la synchronisation et la coordination	Carré de tapis, accessoires	Apprentissage des échanges à 2
Bobines à deux	Développer l'équilibration et la mobilité	Espaliers et banc suédois	Déplacement et changement de bobines
Pyramides à deux	Encourager la coopération, la force et la stabilité	Tapis accordéon	Apprentissage de 2 ou 3 positions à deux

ATELIER 5

ACTIVITÉS	OBJECTIFS	ORGANISATION SPATIALE/MATÉRIEL	DÉROULEMENT
Pyramides	Encourager la coopération, la force et la stabilité	Tapis accordéon	Apprentissage de positions en groupe
Exercices d'écoute	Développer l'écoute, la confiance et la concentration	Carré de tapis accordéon, balles	En groupe, jeux de passages variés de balles
Jonglerie (tous les objets)	Améliorer la coordination et la motricité fine	Carré de tapis, accessoires	Révision et nouveaux défis

ATELIER 6 (3 ACTIVITÉS EN ROTATION)

ACTIVITÉS	OBJECTIFS	ORGANISATION SPATIALE/MATÉRIEL	DÉROULEMENT
Fil de fer	Développer l'équilibration et le tonus musculaire	Fil de fer, bâton et tapis de sécurité	Ajout équilibration sur place et groupée
Hula hoop	Développer la coordination, tonus musculaire	Carré de tapis, accessoires	Apprentissage autour de la taille, cou, bras et swingning
Balles	Améliorer la coordination, et la stabilité	Carré de tapis, accessoires	Révision et nouveaux défis

ATELIER 7

ACTIVITÉS	OBJECTIFS	ORGANISATION SPATIALE/MATÉRIEL	DÉROULEMENT
Bobines à 2	Développer l'équilibration et la mobilité	Espaliers et banc suédois	Déplacement et changement de bobines
Jonglerie (tous les objets)	Améliorer la coordination et la motricité fine	Carré de tapis, accessoires	Révision et nouveaux défis
Création spectacle	Développer l'écoute, la concentration, la coopération et la coordination	Carré de tapis, accessoires	Apprentissage de segments d'enchaînements pour le spectacle

ATELIER 8 (ACTIVITÉS 1 ET 2 EN ROTATION)

ACTIVITÉS	OBJECTIFS	ORGANISATION SPATIALE/MATÉRIEL	DÉROULEMENT
Rola bola	Développer l'équilibration	Espaliers et tapis accordéon	Positionné face à l'espalier, équilibration sur la planche avec ou sans appui, groupé/relevé
Pyramides humaines	Améliorer la coopération, la force et la stabilité	Tapis accordéon	Révisions et pratiques des éléments expérimentés dans les ateliers précédents
Création spectacle	Développer l'écoute, la concentration, la coopération et la coordination	Carré de tapis, accessoires	Apprentissage de segments d'enchaînements pour le spectacle

ATELIER 9

ACTIVITÉS	OBJECTIFS	ORGANISATION SPATIALE/MATÉRIEL	DÉROULEMENT
Jonglerie	Améliorer la coordination et la motricité fine	Carré de tapis, accessoires de jonglerie choisis pour le spectacle	Pratique des éléments techniques choisis pour le spectacle
Pratique spectacle	Développer l'écoute, la concentration, la coopération, la coordination et la mémoire	Tout le matériel ciblé pour le spectacle	Apprentissage et enchaînement de la chorégraphie pour le spectacle

ATELIER 10

ACTIVITÉS	OBJECTIFS	ORGANISATION SPATIALE/MATÉRIEL	DÉROULEMENT
Pratique du spectacle	Développer l'écoute, la concentration, la coopération, la coordination et la mémoire	Tout le matériel ciblé pour le spectacle	Enchaînement de la chorégraphie et ajustements pour le spectacle

ACTIVITÉ COMMUNAUTAIRE (EX. : CONCERT, EXPOSITION)

ACTIVITÉS	OBJECTIFS	ORGANISATION SPATIALE/MATÉRIEL	DÉROULEMENT
Spectacle de musique, danse et cirque des élèves de l'École Champlain	Expérimenter la scène et renforcer l'estime de soi	Carré de tapis accordéons et matériel de cirque ciblé pour le spectacle.	Présenté à l'école secondaire Pierre-Dupuy.

ACTIVITÉS DE CIRQUE POUR DES JEUNES FRÉQUENTANT LE CAMP DE JOUR DU CENTRE RÉCRÉATIF POUPART

Objectif général: Offrir des ateliers exploratoires en arts du cirque aux enfants de 6-8 ans et de 9-12 ans

Ce projet est réalisé au cours d'un atelier hebdomadaire avec un groupe de deux groupes (6-8 ans et 9-12 ans) d'environ 20 enfants chacun.

Durée des ateliers: Chaque atelier est d'une durée de 60 minutes

Note: Dans le but de simplifier le document, les activités qui sont répétées et bonifiées sur plusieurs ateliers ne sont pas répétées dans le tableau.

ATELIER 1 (ACTIVITÉS 1 ET 2 EN ROTATION)

ACTIVITÉS	OBJECTIFS	ORGANISATION SPATIALE/MATÉRIEL	DÉROULEMENT
Acrobatie	Améliorer la force musculaire et la mobilité	Carré de tapis accordéon	Parcours avec formes variées
Bâton fleur	Améliorer la coordination	Carré de tapis accordéon, bâton fleur	Exploration manipulation bâton fleur.
Assiettes chinoises et foulards	Améliorer la coordination, motricité fine	Carré de tapis accordéon, accessoires	Exploration de manipulation et défis spécifiques adaptés

ATELIER 2 (ACTIVITÉS 1 ET 2 EN ROTATION)

ACTIVITÉS	OBJECTIFS	ORGANISATION SPATIALE/MATÉRIEL	DÉROULEMENT
Pyramides humaines	Améliorer la coopération, force et stabilité	Carré de tapis accordéon	À 2 et à 3
Jonglerie (tous les accessoires)	Améliorer la coordination et la motricité fine	Carré de tapis accordéon, accessoires	Exploration de manipulation et défis spécifiques adaptés
Foulards	Améliorer la coordination, et la motricité fine	Carré de tapis accordéon, foulards	Exploration de manipulation et échanges

ATELIER 3 (ACTIVITÉS 2 ET 3 EN ROTATION)

ACTIVITÉS	OBJECTIFS	ORGANISATION SPATIALE/MATÉRIEL	DÉROULEMENT
Corde à sauter	Améliorer la coordination, synchronisation, rythme et mobilité	Carré de tapis, corde	Apprentissage de sauts et de passages seul ou à deux
Hula hoop	Améliorer la coordination, tonus musculaire	Carré de tapis, accessoires	Apprentissage autour de la taille, cou, bras et swingning
Rola bola	Développer l'équilibration	Carré de tapis accordéon	Positionné face à l'espalier, équilibration sur la planche avec appui des deux mains

ATELIER 4 (ACTIVITÉS 1 ET 2 EN ROTATION)

ACTIVITÉS	OBJECTIFS	ORGANISATION SPATIALE/MATÉRIEL	DÉROULEMENT
Foulards et balles	Amélioration de la coordination et la motricité fine	Carré de tapis accordéon, accessoires	Exploration de manipulation et échanges à 2
Bâtons fleur et assiettes	Améliorer la coordination	Carré de tapis accordéon, accessoires	Exploration de manipulation et échanges à 2
Parachute	Développer la coopération et l'écoute	Carré de tapis, parachute, petits accessoires	Jeux avec ou sans accessoires

ATELIER 5 (ACTIVITÉS 1 ET 2 EN ROTATION)

ACTIVITÉS	OBJECTIFS	ORGANISATION SPATIALE/MATÉRIEL	DÉROULEMENT
Pyramides	Développer la coopération, la force et la stabilité	Tapis accordéon	Apprentissage de positions en groupe
Acrobatie	Améliorer la force, le tonus musculaire et la mobilité	Carré de tapis accordéon	Parcours avec formes variées
Jonglerie (tous les objets)	Améliorer la coordination et la motricité fine	Carré de tapis, accessoires	Révision et nouveaux défis

ATELIER 6

ACTIVITÉS	OBJECTIFS	ORGANISATION SPATIALE/MATÉRIEL	DÉROULEMENT
Création spectacle	Écoute, concentration, coopération, coordination	Carré de tapis, accessoires	Apprentissage de segments d'enchaînements pour le spectacle
Jonglerie (tous les objets)	Coordination et motricité fine	Carré de tapis, accessoires	Jeux

ATELIER 7

ACTIVITÉS	OBJECTIFS	ORGANISATION SPATIALE/MATÉRIEL	DÉROULEMENT
Pratique du spectacle	Améliorer l'écoute, la concentration, la coopération, la coordination et la mémoire	Tout le matériel ciblé pour le spectacle	Enchaînement de la chorégraphie et ajustements pour le spectacle

ATELIER 8

ACTIVITÉS	OBJECTIFS	ORGANISATION SPATIALE/MATÉRIEL	DÉROULEMENT
Spectacle de cirque du camp de jour	Expérimenter la scène et renforcer l'estime de soi	Carré de tapis accordéons et matériel de cirque ciblé pour le spectacle.	Présentation faite au Carrefour Saint-Eusèbe