

Classes « Artistiques »

Activités des ateliers « cirque »

Objectifs pédagogiques :

- *Augmenter les pouvoirs moteurs*
- *Développer des capacités affectives et relationnelles*
- *Développer des capacités cognitives*

1^{er} jour :

15 min : Echauffement articulaire, cardiaque et musculaire avec tout le groupe

Partage du groupe en 2.

Par ½ groupe 2 ateliers tournants :

30 min : Technique d'équilibre sur objets : boules, planche à rouleau, fil...

30 min : Technique d'acrobaties au sol

Groupe entier enfants 2 par 2 :

30 min : Technique de jonglerie : 12 objets et mouvements à explorer : balles, massues, assiettes, foulards, diabolos, anneaux...

Groupe entier :

15 min : Restitution des « victoires » du jour et/ou étirements.

2^{ème} jour et 3^{ème} jour :

Par ½ groupe : 2 ateliers tournants

45 min : Mime, machines de jonglage, jeux de transformations, recherches, constructions collectives...

45 min : Portés, enchaînements au sol, créativité dans le mouvement, recherche de déplacements...

Groupe entier

30 min : Retour sur les « trouvailles » de chaque groupe
Étirements et bilan.

Le programme peut être soumis à changement en fonction des groupes et des intervenants.