



## « Le projet artistique et/ou acrobatique »

Bron, janvier 2020

Isabelle Dylas, Laurence Prudhomme

Ce document de stage est un recueil des situations vécues à l'occasion du stage PAF «Le projet artistique et/ou acrobatique » à Bron les 23 et 24 janvier 2020. Merci de l'appréhender comme une proposition de pistes de travail à un instant T parmi un ensemble de possibles.

### Jeudi matin (23/01/2020) : Chuter

Préambule : (15 à 20mn)

. « Les herbes dans le vent » : Expérimenter de légers déséquilibres vers l'avant, l'arrière et les côtés (focus : appuis, transfert de poids, gainage et alignement du corps)

. Se présenter, tour de cercle des prénoms repris en chœur puis avec un mouvement signature

#### S1 - « LE SAMOURAÏ : ah ! hi ! oh ! » (10 à 15mn )

<b>Objectifs</b>	S'engager dans une activité ludique. Se concentrer. Réagir rapidement à un signal.	
<b>But</b>	Réaliser 3 actions associées à une onomatopée dans un ordre chronologique.	
<b>Dispositif</b>	Classe entière ou 2 demi-classes Elèves disposés en cercle face au centre	
<b>Opérations à réaliser</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Un joueur annonce « Ah ! » en tranchant l'air énergiquement de haut en bas avec les mains jointes en désignant quelqu'un autant avec ses yeux qu'avec ses mains</li> <li>- Le joueur désigné annonce « Hi ! » tout en tranchant l'air de bas en haut (= réponse)</li> <li>- Les 2 joueurs situés à gauche et à droite de celui-ci tranchent l'air en direction du ventre de ce dernier tout en prononçant « Oh ! »</li> <li>- Le joueur au milieu précédemment désigné relance un nouveau « Ah ! » en direction de quelqu'un d'autre...</li> </ul>	
<b>Critères de réussite</b>		<b>Variables</b>
Respecter mouvements, onomatopées, chronologie et rapidité.		Introduire la notion d'élimination en cas de confusion, de réaction trop lente, d'oubli.

#### S2 - MARCHÉ COLLECTIVE A L'ÉCOUTE(15mn )

<b>Objectifs</b>	Construire l'écoute collective. Construire l'espace scénique et l'équilibre de plateau.	
<b>But</b>	Se déplacer en marchant à l'écoute du groupe.	
<b>Dispositif</b>	Classe entière dans un espace délimité. Silence ou/puis support sonore.	
<b>Opérations à réaliser</b>	<p>De la position neutre, circuler dans tout l'espace en marchant à l'écoute du groupe. Démarrer ensemble et s'arrêter ensemble sans se donner de signal. Utiliser un lent déséquilibre vers l'avant pour enclencher la marche.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Se rapprocher (façon aimant ) du 1<sup>er</sup> qui s'arrête</li> <li>- Entrer en contact avec pour créer une fresque sur le 1<sup>er</sup> arrêté</li> </ul>	
<b>Critères de réussite</b>		<b>Variables</b>
Tout l'espace est occupé. Le groupe ne fait qu'un.		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Vitesse de déplacement : accélérer, décélérer.</li> <li>- Espace : descendre au sol et remonter. Marcher en arrière.</li> <li>- Elimination ou de gage pour l'élève qui réagit trop tard.</li> </ul>

Groupes constitués à partir de l'image de bienvenue.

<b>S3 - « VAGUE ET PETITS CAILLOUX» ou TRAVERSÉES A L'ÉCOUTE (15mn)</b>	
<b>Objectifs</b>	Construire l'écoute grâce au regard périphérique.
<b>But</b>	Se déplacer collectivement à l'écoute du groupe pour traverser l'espace.
<b>Dispositif</b>	Groupes de 5 à 8 élèves disposés en ligne ou vague d'un côté de la salle.
<b>Opérations à réaliser</b>	De la position neutre, traverser l'espace sans se donner de signal. Démarrer ensemble et s'arrêter ensemble. Utiliser un lent déséquilibre vers l'avant pour enclencher la marche.
<b>Critères de réussite</b>	<b>Variables</b>
La vague donne l'impression d'unité.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ajouter des repères : respiration et lent déséquilibre avant le départ</li> <li>- Vitesse et sens de déplacement (marcher en arrière, faire demi-tour...)</li> <li>- Explorer 3 niveaux (sol, mi-hauteur, debout)</li> <li>- Diversifier la nature (mains, genoux, dos, fesses...) et la qualité des appuis (appuis doux par rapport à un sol fragile)</li> <li>- Sur le trajet la vague dépose un ou deux petits cailloux que l'on récupérera ou laissera sur le chemin du retour (=statues qui peuvent prendre des formes différentes, descendre au sol...) (unisson/contrepoint)</li> <li>-Croiser les vagues : prendre en compte les personnes se déplaçant dans une autre direction</li> </ul>

<b>S4 - BALANÇOIRE / CULBUTO (10mn)</b>	
<b>Objectifs</b>	Appréhender l'espace arrière en toute sécurité et anticiper la remontée avec une aide humaine.
<b>But</b>	Descendre au sol, culbuter en arrière et revenir à l'appui sur ses pieds.
<b>Dispositif</b>	Travail en duo
<b>Opérations à réaliser</b>	Face à face descendre en se tenant les mains, culbuter en arrière ensemble et se rattraper par les mains pour remonter.
<b>Critères de réussite</b>	<b>Variables</b>
Menton sur la poitrine et enroulé du dos, synchronisation du duo appuis stables et remontée contrôlée	<ul style="list-style-type: none"> <li>- décaler la culbute , décaler les départs ( 4) avec saisie main sur la remontée pour 2 et sur la descente sur 1 ( à tester )</li> <li>- jouer sur la vitesse</li> </ul>

<b>S5 - DESCENDRE AU SOL(10mn )</b>	
<b>Objectifs</b>	Descendre au sol dans différentes directions et en toute sécurité pour diversifier les propositions de mouvement
<b>But</b>	Descendre au sol en amortissant et remonter dans le temps imparti.
<b>Dispositif</b>	Classe entière
<b>Opérations à réaliser</b>	De la position neutre, descendre au sol en 8 temps et remonter en 8 temps. Puis descendre au 7 temps et remonter en 7 temps. Puis en 6, en 5...

<b>Critères de réussite</b>	<b>Variables</b>
Maintenir la précision du mouvement, la qualité des appuis et de l'amorti tout en se calant sur le temps donné	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ajouter des repères : plier les genoux pour baisser le centre de gravité, « goûter » l'arrivée au sol, rapprocher ses appuis du centre pour remonter de façon continue en spirale, instaurer une boucle en répétition 3 fois et changer la nature de la remontée</li> <li>- Diversifier les positions au sol : sur le ventre, le dos, en boule, préciser les surfaces du corps en contact avec le sol...</li> <li>- Varier les directions</li> <li>- Expérimenter différentes énergies : fondre, dégouliner, se fragmenter, se désarticuler...</li> </ul>

<b>S6 - CASCADE DE CHUTES (10mn )</b>	
<b>Objectifs</b>	Décliner les descentes au sol de l'individuel au collectif. Maîtriser la descente au sol et contrôler la remontée.
<b>But</b>	Choisir une chute et l'enchaîner à l'unisson puis en cascade Puis enchaîner 3 chutes identiques ou différentes avec 3 liaisons (se relever ou tracer un chemin dans l'espace)
<b>Dispositif</b>	Groupes de 5 à 6 élèves Placement libre / cercle ou ligne / déclenchement libre / compté / vitesse libre
<b>Opérations à réaliser</b>	Mémoriser et intégrer les différentes étapes pour la descente jusqu'au sol et la remontée.  Choisir le placement, descente à l'unisson à l'écoute ou déclenchée, remonter Idem en cascade : choisir les temps de décalage : tous les 1, 2, 4 temps)
<b>Critères de réussite</b>	<b>Variables</b>
A l'unisson : arriver au sol et remonter ensemble. En cascade : respecter le décalage.	Jouer sur la rapidité /jouer avec les effets : déclencher 1-6 /2-5 par exemple... sur la ligne /en opposition dans le cercle (face à la personne concernée)

<b>S7 - LE REGARD QUI TUE (15mn )</b>	
<b>Objectifs</b>	Construire un déplacement structuré dans l'espace (type échiquier) en utilisant différentes parties du corps
<b>But</b>	Entrer par une porte dans un échiquier « virtuel » en marchant, se déplacer et sortir de l'échiquier par une autre porte ou la même.
<b>Dispositif</b>	L'ensemble du groupe réparti le long des 4 côtés, démarrage à l'écoute ou à l'initiative de chacun. La moitié du groupe = A, l'autre = B
<b>Opérations à réaliser</b>	1- Entrer par une porte dans l'échiquier en marchant, indiquer son changement de direction par un clignotant corporel, sortir de l'échiquier par une autre porte ou la même. 2- Les élèves (A) font chuter (ou pas) 1 élève (B) par le regard. Les autres(B) chutent et se relèvent, chacun reprend son déplacement On inverse ensuite les rôles.
<b>Critères de réussite</b>	<b>Variables</b>
Assumer son rôle : faire chuter ou chuter / réinvestir, transférer ou improviser une chute en toute sécurité.	qualité du déplacement, avant, arrière, ralenti,saccadé /durée de la chute.... Transférer les formes travaillées à l'instant « t » par le déclencheur du regard

### S8 – « LE MÉTRONOME » (10 à 15mn)

<b>Objectifs</b>	Accepter le déséquilibre Construire la confiance Construire le gainage	
<b>But</b>	Osciller d'avant en arrière un corps droit et gainé autour de l'axe des pieds	
<b>Dispositif</b>	Groupes de 3 personnes de gabarit proche Un élève au centre (voltigeur) de 2 autres élèves (porteurs) qui se font face, jambes fléchies un pied devant et les bras tendus en contact avec le voltigeur.	
<b>Opérations à réaliser</b>	Un porteur fléchit bras et jambes pour amortir le voltigeur et tend les bras pour le ramener à la position verticale. L'autre porteur fléchit à son tour... Gagner en amplitude très progressivement.	
<b>Critères de réussite</b>		<b>Variables</b>
Corps tonique, dur Pieds fixes Amplitude	Yeux ouverts ou fermés Nombre de porteurs : un cercle de partenaires autour du voltigeur permet à celui-ci aussi d'explorer les déséquilibres dans différentes directions.	

### S9- RELEVER (15mn)

<b>Objectifs</b>	Accepter le contact. Construire la confiance. Construire l'entraide.	
<b>But</b>	Relever à la verticale un partenaire allongé au sol.	
<b>Dispositif</b>	Voltigeur allongé sur le dos entouré de 6 à 8 porteurs	
<b>Opérations à réaliser</b>	Le leader place ses mains sous la tête et la nuque Les autres placent leurs mains sous les omoplates, sous les hanches, sous les jambes. Un porteur est chargé d'appuyer sur les pieds juste avant l'arrivée du voltigeur debout Le leader donne le signal de départ : « Eh, Hop ! » pour relever le voltigeur	
<b>Critères de réussite</b>		<b>Variables</b>
Corps tonique, dur Porteurs synchronisés	Nombre d'actions à produire avant et après Combiner amener collectivement au sol et relever	

### S10- CHUTER A PARTIR D'UNE TABLE (15à 20mn)

<b>Objectifs</b>	Accepter le déséquilibre et le contact. Construire la confiance. Construire la vigilance et l'entraide.	
<b>But</b>	Chuter / rattraper un partenaire qui chute	
<b>Dispositif</b>	Voltigeur debout de dos en bout de table mains sur la poitrine 6 porteurs au sol, bras tendus vers le haut, paumes en direction du plafond	
<b>Opérations à réaliser</b>	Le leader des porteurs dit « prêts » Le voltigeur se laisse tomber en arrière en restant bien droit. Les porteurs vont chercher haut, expirent et plient les jambes à l'arrivée du voltigeur.	
<b>Critères de réussite</b>		<b>Variables</b>
Ne pas s'asseoir, rester tonique, dur ; Rattraper collectivement avec les bras	Nombre de porteurs Hauteur du voltigeur Action(s) sur le voltigeur après la rattrape	

<b>S11- « ICI !»(15mn)</b>	
<b>Objectifs</b>	Accepter le déséquilibre et le contact. Construire la confiance. Construire la vigilance et l'entraide.
<b>But</b>	Chuter / rattraper un partenaire qui chute
<b>Dispositif</b>	Par groupe de 7- 8 Voltigeur debout ; porteurs placés derrière
<b>Opérations à réaliser</b>	Le voltigeur dit « ici » à voix haute en levant un bras puis frappe ses mains contre ses cuisses (= signal) puis se laisse tomber en arrière en donnant son poids. Les porteurs le saisissent derrière la nuque, le dos et l'accompagnent en fléchissant les jambes et le déposent au sol.
<b>Critères de réussite</b>	<b>Variables</b>
Corps tonique, dur Arrivée au sol contrôlée	Nombre de porteurs et voltigeurs dans le groupe Combiner marche et chute (sécurité : pas plus de 2 ou 3 « ici » en même temps ; courir pour rejoindre la chute) Les voltigeurs restent au sol (les yeux fermés)

**S12 : Avec la matière traversée ce matin, construire une petite forme de 2 à 3 minutes avec**

- **une image fixe au début et un arrêt sur image comme fin**
- **un développement**
- **en utilisant la vague ou l'échiquier**
- **et l'unisson et/ou la cascade**

Groupes constitués à partir de l'image de bienvenue.

***Rôle du spectateur : questionnement sur l'espace et les procédés***

Jeudi après-midi : **Contrepoids**

Préambule : Faire circuler un courant électrique dans chacun des 2 cercles concentriques  
Le courant est d'abord invisible puis le courant choisit un chemin dans le corps avant d'être transmis.

Inverser le courant en désignant dans le cercle quelques personnes, puis 1 sur 2 avec impossibilité de prendre en otage la personne plus de 2 ou 3 fois (15 min)

<b>S1 - CERCLES et CONTREPOIDS (15 à 20mn)</b>	
<b>Objectifs</b>	Avoir et donner confiance. Donner son poids sans s'abandonner.
<b>But</b>	Rechercher l'appui contre un partenaire pour tenir en équilibre.
<b>Dispositif</b>	2 demi-classes disposées en cercles concentriques
<b>Opérations à réaliser</b>	- Marcher sur le cercle en sens opposé. Quand on se retrouve face à son partenaire pour la 2 <sup>e</sup> fois on s'arrête - Réaliser un contrepoids dos à dos puis épaule contre épaule, paumes de main contre paumes, un autre au choix - Entrer en contact par une partie du corps choisie et descendre au sol ensemble sur une séquence de 8 temps

Critères de réussite	Variables
Doser le contrepoids pour arriver à l'équilibre et tenir 5 s. Revenir à la position initiale. (arrêt sur image en début et fin de séquence ). Réaliser en boucle 3 fois en respectant ces temps d'arrêt	Surfaces d'appui et saisies. Réaliser des contrepoids mobiles. Enchaîner poids contrepoids sans perdre le contact.

Groupes constitués à partir de la couleur des T shirts de chacun.

S2 - « DÉSÉQUILIBRES et HASARD » 15 à 20mn	
<b>Objectifs</b>	Produire des figures collectives originales
<b>But</b>	Construire un trio fait des déséquilibres de chacun avec des appuis ou saisies imposés de façon aléatoire
<b>Dispositif</b>	groupes de 3 un espace délimité
<b>Opérations à réaliser</b>	- Chaque membre du groupe tire au sort 2 parties du corps parmi les cartes proposées puis décide du partenaire qui sera en appui avec ces parties du corps - Construire un trio fait de 3 corps en déséquilibre en contact les uns avec les autres avec les parties du corps tirées au sort - Avec les mêmes contraintes, construire une autre figure en jouant sur les variables
Critères de réussite	Variables
Doser les contrepoids pour tenir l'équilibre 10 s. Déconstruire.	Surfaces d'appui et saisies Organisation (en ligne, en triangle...) Corps plus ou moins renversés Nombre d'élèves dans le groupe Construire Commencer à un point A et finir à un point B

**S3 : En réutilisant les figures réalisées précédemment cet après-midi, construire à 6 une petite forme de 4 minutes avec comme procédés de composition : l'aléatoire et la répétition. (30+30=1h )**

Petit guide :

- chacun lance une fois le dé et conserve en mémoire le numéro obtenu. Il indiquera le nombre de pas à réaliser sur scène avant de pouvoir changer de direction pour les déplacements de chacun.
- pour chaque figure (au moins 2 trios et 1 sextuor), lancer les 2 dés, faire la somme des chiffres obtenus et multiplier celle-ci par 2. Ce sera le temps de maintien de chaque figure.
- l'entrée sur scène se fera par ordre alphabétique des prénoms des membres du groupe
- tirer au sort à pile ou face l'espace de représentation frontal (pile) ou circulaire (face)
- 2 groupes seront tirés au sort pour présenter en même temps

***Rôle du spectateur : Le spectateur peut arrêter à tout moment quand cela lui plaît. Il dit alors « arrêt » et le groupe s'arrête 5 secondes puis continue. (incidence et résonance)***

Séquence vidéo :

Chutes :

**Yoann Bourgeois** « Fugue trampoline » (2010)

<https://www.youtube.com/watch?v=S9LM7Kt9Ir8>

<https://www.youtube.com/watch?v=SFRiHQ-Lwzk>

« Culbuto » (2017)

<https://vimeo.com/322232804>

**Le grand jeté !** « L'hypothèse de la chute » (2017)

<https://www.youtube.com/watch?v=ltSMpnkYrHc>

Contrepoids :

**Cie Arrangement Provisoire** « Orbes » (2018)

<https://vimeo.com/287212771>

**Compagnie Pyramid** « Sous le poids des plumes » (2019)

[https://www.youtube.com/watch?v=nAQ\\_zPt6jtl](https://www.youtube.com/watch?v=nAQ_zPt6jtl)

Vendredi matin (23/01/2020) : **Portés**

<b>S1 - « LE NOEUD » (15mn)</b>	
<b>Objectifs</b>	Accepter un 1er contact physique avec les autres. Se parler, s'écouter.
<b>But</b>	Défaire le nœud sans lâcher les mains.
<b>Dispositif</b>	Classe entière ou 2 ou 3 groupes Elèves disposés en cercle
<b>Opérations à réaliser</b>	Placer les bras tendus et croisés en direction du centre du cercle et avancer pour attraper 2 mains « à l'aveugle ». Quand toutes les mains sont liées, chercher à défaire le noeud progressivement.
<b>Critères de réussite</b>	<b>Variables</b>
Retour à un ou plusieurs cercles.	- Ajouter une contrainte temporelle. - Introduire une compétition entre les groupes.

<b>S2 - « SALUT ! » - Marcher et saluer chacun (l'individu dans le groupe)(15mn)</b>	
<b>Objectifs</b>	S'engager dans l'activité en construisant progressivement la relation à l'autre en ouvrant le regard. Construire l'espace scénique et l'équilibre de plateau.
<b>But</b>	Se déplacer en marchant aléatoirement dans tout l'espace et saluer chaque membre du groupe rencontré
<b>Dispositif</b>	Classe entière, élèves répartis de façon aléatoire dans l'espace délimité, avec chacun une orientation choisie / 4 murs. Support sonore ou silence.
<b>Opérations à réaliser</b>	De la position neutre, circuler dans tout l'espace en marchant : dérouler le pied du talon à la pointe. 1 - ouvrir le regard 2 - choisir une personne et ne pas la lâcher des yeux, se rapprocher, s'éloigner d'elle ....

	<p>3 - la rencontre =&gt; arrêt - regard - 1 clin d'œil</p> <p>4 - saluer la personne rencontrée par un tchek ou une poignée de main</p> <p>5 - contrepoids (saisie poignet)</p> <p>6 - proposer une forme de contact pour soutenir une partie du corps de l'autre (sans se parler)</p> <p>7 - cette partie du corps soutenue est amenée lentement au sol et remontée</p> <p>8 - ce soutien devient un porté d'une partie du corps ou tout le corps</p>
Critères de réussite	Variables
<p>Plateau équilibré (pas d'espace vide)</p> <p>Regard ouvert</p>	<p>Vitesse et sens de déplacement</p> <p>Parties du corps soutenues ou portées</p> <p>Au signal on porte la personne la plus proche de soi (sans se parler)</p>

### S3 - POIDS/CONTREPOIDS (10 min)

<b>Objectifs</b>	<p>Faire écho à la matière traversée la veille.</p> <p>Préparer son corps aux portés en enchaînant différentes actions.</p>
<b>But</b>	<p>Descendre à 2 au sol et remonter en restant en contact et en utilisant le poids de l'autre.</p>
<b>Dispositif</b>	<p>Travail en duo face à face</p> <p>Croiser les mains et prendre celles de son partenaire</p>
<b>Opérations à réaliser</b>	<p>Réaliser un saut à l'unisson, chercher ensuite l'équilibre en se prenant les mains et en s'éloignant, descendre au sol, s'allonger sur le dos de l'autre et réciproquement, se placer dos à dos et remonter en poussant horizontalement contre le dos de l'autre pour remonter.</p>
Critères de réussite	Variables
<p>être ensemble, poussée horizontale pour la remontée, sans prendre les bras de son partenaire.</p>	<p>Difficulté du saut</p> <p>Nature des appuis dans le contrepoids.</p> <p>Vitesse de réalisation.</p>

### S4- « FAIRE VOYAGER»(20mn )

<b>Objectifs</b>	<p>Accepter le contact.</p> <p>Construire la confiance.</p> <p>Construire l'entraide.</p>
<b>But</b>	<p>Faire voyager collectivement un partenaire.</p>
<b>Dispositif</b>	<p>Voltigeur allongé sur le dos, les yeux fermés, entouré de 6 à 8 porteurs</p>
<b>Opérations à réaliser</b>	<p>A l'appel de son prénom, l'élève descend s'allonger sur le dos au sol et ferme les yeux.</p> <p>Le leader place ses mains sous la tête et la nuque</p> <p>Les autres placent leurs mains sous les omoplates, sous les hanches, sous les jambes.</p> <p>Le leader donne le signal de départ : « Eh, Hop ! », le soulever et le faire voyager dans l'espace.</p>
Critères de réussite	Variables
<p>Corps tonique, dur</p> <p>Actions des porteurs coordonnées</p>	<p>Les trajectoires</p> <p>Les hauteurs</p> <p>La durée</p> <p>La position de départ de la personne transportée</p> <p>Le choix des élèves porteurs</p>

### S5 - « LES CHANDELLES»(10mn )

<b>Objectifs</b>	Construire la confiance. Construire le gainage. Accepter le contact.	
<b>But</b>	Amplifier un saut.	
<b>Dispositif</b>	Groupes de 2 personnes de gabarit proche placées l'une derrière l'autre sur un cercle	
<b>Opérations à réaliser</b>	Le voltigeur amène ses bras à l'horizontal frappe ses cuisses (=signal), fléchit ses jambes et donne une impulsion. Le porteur prend le voltigeur à la taille après le signal et amplifie le saut.	
	<b>Critères de réussite</b>	<b>Variables</b>
	Corps tonique, dur	Déplacer le voltigeur ( ¼ tour, ½ tour) Nombre d'actions à produire : combiner déplacements et portés

### S6 - PORTÉS à 2 (15mn)

<b>Objectifs</b>	Construire la confiance. Construire le gainage. Accepter le contact proche. Construire un vocabulaire commun.	
<b>But</b>	Porter un partenaire	
<b>Dispositif</b>	Groupes de 2 personnes de gabarit proche placées l'une derrière l'autre sur un cercle	
<b>Opérations à réaliser</b>	Réaliser les différents portés suivants : 1- « sac à patates » 2- porter hanche 3- « ceinture » 4- rouler sur le dos à 4 pattes 5- dirty dancing : porteur et voltigeur plient les jambes en même temps. Le voltigeur saute en diagonale et pose les mains sur les épaules de son partenaire. Le porteur pose ses mains au niveau du bassin et accompagne le mouvement pour finir bras tendus dans le prolongement de son corps consignes pour le porteur : placer le dos, passer sous le voltigeur, fléchir ses jambes	
	<b>Critères de réussite</b>	<b>Variables</b>
	Corps tonique, dur Bon timing porteur/voltigeur	Déplacer le voltigeur Enchaîner les rôles Nombre d'actions à produire : combiner déplacements et portés

### S7 - PORTÉ COLLECTIF À LA CATALANE (15mn )

<b>Objectifs</b>	Accepter le contact. Construire la confiance. Construire l'entraide.	
<b>But</b>	S'élever en chandelle grâce à la cohésion du groupe.	
<b>Dispositif</b>	Voltigeur gainé mains croisées sur la poitrine entouré d'au moins 5 porteurs	
<b>Opérations à réaliser</b>	Le porteur de derrière (leader) place ses mains en haut de chaque cuisse 2 porteurs sur les côtés, mains sur les cuisses sous les précédentes 2 porteurs à l'avant, mains au dessus du genou Le leader vérifie l'organisation et donne signal de départ : « Eh, Hop ! » Pousser vers le centre puis le haut (renfort : paumes de main sous les coudes des porteurs, nombril contre le dos)	

<b>Critères de réussite</b>	<b>Variables</b>
Corps tonique, dur Actions des porteurs coordonnées	Impulsion du voltigeur Renforts Enchaîner sur un porter en colonne Combiner déplacements et portés

<b>S8 - « PORTÉ PAR LA FOULE »(15mn)</b>	
<b>Objectifs</b>	Accepter le contact. Construire la confiance. Construire l'entraide.
<b>But</b>	Amener une personne de la position debout à la position horizontale au-dessus des autres
<b>Dispositif</b>	1 voltigeur - 5 porteurs Voltigeur gainé bras le long du corps. Le porteur central place les 2 mains au niveau du bassin derrière le voltigeur, bras pliés. 2 porteurs sur les côtés ont les mains sur les cuisses et 2 autres porteurs avec une main sur la hanche et une main sur l'omoplate.
<b>Opérations à réaliser</b>	Le voltigeur plie les jambes, s'élève et s'allonge en arrière en tirant sur les mains en haut et en arrière. Les porteurs accompagnent le mouvement en pliant les jambes puis en tendant les bras.
<b>Critères de réussite</b>	<b>Variables</b>
Corps tonique, dur Actions des porteurs coordonnées	Combiner déplacements et portés

<b>S9 - « PAS TOUCHE TERRE » (15mn)</b>	
<b>Objectifs</b>	Accepter le contact corporel avec les autres Construire des appuis solides Gagner en concentration
<b>But</b>	Permettre à un partenaire, sans qu'il ne touche le sol, de traverser l'espace d'un point à un autre
<b>Dispositif</b>	1 voltigeur et au moins 5 porteurs
<b>Opérations à réaliser</b>	Le voltigeur doit réaliser une traversée sur différents porteurs collés les uns aux autres. Chaque porteur propose différentes surfaces d'appui sur son corps puis quand le voltigeur est passé se déplace et fait une autre proposition.
<b>Critères de réussite</b>	<b>Variables</b>
Ne pas poser le pied au sol lors de la traversée. La machine est bien huilée !	. Surfaces d'appui en contact direct ou non avec le sol . Forme, hauteur et longueur du trajet à réaliser . Nombre de voltigeurs et porteurs . Ajouter des objets pour aider aux déplacements (rondins de bois, planches, bambous...)

**S 10 (30mn): Avec la matière traversée ce matin, construire une petite forme de 1 min 30 avec les contraintes suivantes :**

- **continuité/rupture**
- **une diagonale**
- **un porté à 2 et un porté collectif**
- **une photo**

- la position obtenue suite au nœud
- choisir une image et/ou une ambiance musicale

Groupes constitués à partir d'une ligne de voltigeurs à porteurs

***Rôle du spectateur : Evaluation quantitative, les contraintes sont-elles bien toutes présentes ?***

Séquence vidéo :

Rencontres universitaires UPPA 2016

(notamment le début, 6'26, 10'50 et 16'40)

<https://www.youtube.com/watch?v=pg0JcUPhS7A>

**Cie Un Loup pour l'homme « Rare Birds » (2017)**

<https://www.youtube.com/watch?v=Hkp38h3uY9A> (version courte 1 min 16)

<https://www.youtube.com/watch?v=kLr9yV6qc7I> (version longue 10 min 30)

**Cie XY « Moebius » (2019)**

<https://www.youtube.com/watch?v=3sR7-SVqYOI>

« Il n'est pas encore minuit » (2014)

[https://www.youtube.com/watch?v=XSs9ferDd\\_M](https://www.youtube.com/watch?v=XSs9ferDd_M)

**PDF Portés De Femme (2017)**

<https://www.youtube.com/watch?v=S8h7fXficak> (teaser)

<https://www.youtube.com/watch?v=-XXPGyynil4>

**Vendredi après-midi : Créer à partir de contraintes**

Préambule : Compter jusqu'à 26 en annonçant chacun un nombre.

**Echauffement :**

- **Petit module dansé**

- « **Chemin lignes brisés** » : différents déplacements à partir d'un chemin pré tracé sur une feuille.

**Elaborer par groupe un cadre de composition à proposer à des élèves pour une évaluation de fin de cycle (3ème et terminale par exemple)**

4 groupes affinitaires

Créer par 6 une chorégraphie entre 1min 30 et 3 min avec :

- 1 chute
- 1 contrepoids

à l'aide du guide ci-dessous.

3 contraintes supplémentaires seront ajoutées après pendant le temps de recherche à 3 reprises (3 arrêts) à l'aide d'une « cocotte » comprenant : porter collectif, 1 porter individuel, 1 porter dos, 1 joker...

## GUIDE (20 minutes)

<b>ELEVES</b>	
<b>ESPACE</b>	
<b>DEPLACEMENTS</b>	
<b>RELATIONS</b>	
<b>DEBUT</b>	
<b>FIN</b>	
<b>TECHNIQUES</b>	
<b>ENERGIE</b>	
<b>PROCEDES</b>	
<b>DUREE</b>	
<b>MATERIEL ACCESSOIRES</b>	
<b>MUSIQUE OU SILENCE</b>	

***Rôle du spectateur : réaliser l'image forte d'un des groupes***

## Quelques outils :

### . La démarche de création :

- > chercher, explorer
- > choisir
- > organiser
- > fixer
- > répéter pour mémoriser
- > présenter

### . Quelques pistes pour guider les élèves en jouant sur les paramètres du mouvement :

- le corps :
  - . actions à réaliser
  - . parties du corps engagées et restrictions (yeux bandés, sans les mains)
  - . appuis (nature, nombre, durée...)
- les relations :
  - . varier les formes de regroupement (ajouter un point de contact entre tous, construire une forme de groupe par la combinaison de formes individuelles...)
  - . faire la même chose à des hauteurs différentes
  - . faire le contraire
  - . faire dans un ordre inverse (inversion)
- l'espace :
  - . les traces au sol et dans l'air
  - . les niveaux
  - . les dimensions (immense, tout petit)
- le temps : vite-lent-accélérer-ralentir
- l'énergie :
  - . lourd/léger
  - . tonique/relâcher
  - . fluide/saccadé
- les objets :
  - . nature
  - . nombre d'objets (identiques et différents)

### . Principaux procédés de composition :

**voir la proposition de Anouk Médard et Vincent Vergne**

[https://www2.ac-lyon.fr/enseigne/eps/IMG/pdf/procedes\\_de\\_compo\\_effets.pdf](https://www2.ac-lyon.fr/enseigne/eps/IMG/pdf/procedes_de_compo_effets.pdf)

Bilan du stage