

Arts du cirque.

JONGLAGE / Atelier 1

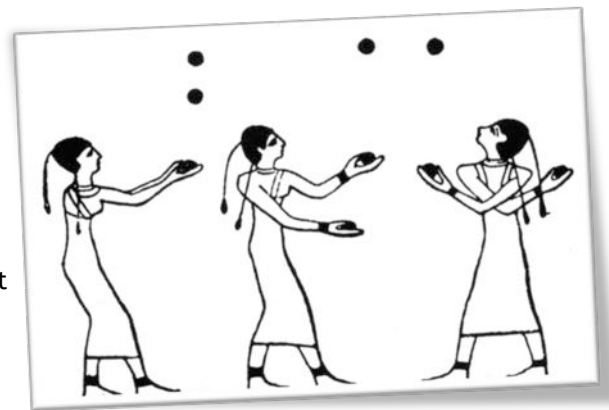


Pour commencer :

Regarde cette vidéo de présentation :

<https://bit.ly/3awHAjE>

Tu l'auras compris, le jonglage c'est un mélange de travail technique pour développer son adresse et de recherche artistique pour développer sa créativité afin de surprendre et émouvoir le spectateur.



Représentation de jongleurs dans l'Egypte ancienne

Dans cet atelier, nous allons te proposer :

- des conseils pour créer tes balles de jonglage ;
- une vidéo pour progresser dans la manipulation à une balle ;
- des vidéos d'artistes pour t'inspirer et rêver ;
- un atelier de création libre à une balle ;
- un atelier photo pour participer à un projet commun.

1. Fabrication des balles

Regarde cette vidéo pour t'aider :

<http://www.viewpure.com/RFRFRFRF>

Pour réaliser une balle, il te faut :

- 3 ballons de baudruche ;
- 85g de riz rond (ou à défaut des lentilles) ;
- un sachet plastique fin de type sachet pour fruits et légumes.



2. Training à une balle

https://www.youtube.com/watch?v=Ln7IbDM_T3U

- Lance en cascade d'une main à l'autre, en tapant dans les mains pendant le lancer ;
- Rattrape de différentes façons, paume vers le haut, pattes de chat, pingouin, sur le dos de la main ;
- Lance devant toi, derrière ton dos, sous ta jambe ;
- Lance et faire rebondir sur ton genou, ton coude, ton tee-shirt(...);
- Et d'autres actions comme coincer, lâcher...



3. Vidéos d'artistes

Yohan Bourgeois

<https://www.numeridanse.tv/videotheque-danse/fugue-balles?s>

Compagnie Non Nova

<https://fresques.ina.fr/en-scenes/fiche-media/Scenes00515/compagnie-non-nova-ascenseur-fantasmagorie-pour-elever-les-gens-et-les-fardeaux.html>

Roxanna Kûwenn

<https://www.youtube.com/watch?v=BxfHO7dg86o&list=PL1ino18qjIM-UkOnf1C4U3AcbZ2w50xJT&index=2>



4. À toi de jouer :

Improvise librement et enchaîne des mouvements avec ta balle en respectant la structure suivante :

- **1 lancer ;**
- **1 migration** (c'est à dire un déplacement de la balle tenue dans ta main) ;
- (déplacement horizontal, vertical, courbe...) tu as un exemple à 0'56'' dans la vidéo de Yohan Bourgeois ;
- **1 lâcher de la balle et rattraper.**
- Puis recommence : 1 lancer, 1 migration, 1 lâcher, et ainsi de suite...
- Essaie avec plusieurs musiques différentes pour voir l'effet que cela produit sur ton mouvement.
- On fait plus difficile ?
- Change de niveau (lance assis, rattrape debout...), d'orientation (de dos, de profil...);
- Change ta façon de lancer, de rattraper comme dans le training, change ta façon de bouger, danse...

Quelques conseils pour éviter les ennuis avec ton entourage:

- Évite d'imprimer le document qui va vider à lui seul la réserve d'encre familiale;
- Essaie de jongler dehors et sinon, mets en sécurité tous les petits objets qui cassent autour de toi ;
- Si tu as des voisins en dessous, forme une boule avec 2 ou 3 chaussettes, c'est un peu léger mais parfaitement silencieux, cela évitera les coups de balai au plafond.

5. À chacun sa photo !

Thème de l'atelier : « Tous alignés à la manière de Roxana »

(3^{ème} vidéo d'artiste)



Règle du jeu : 2 mains, 2 pieds et 5 objets sphériques alignés / **Pas de visage**

Pour le reste, surprends-toi !! Voici quelques idées :

- Tu peux faire un alignement vertical, horizontal, en diagonale ;
- Changer les objets ;
- Varier la position des mains, des pieds ;
- Jouer avec les espaces ;
- Faire un trompe l'œil, brouiller les pistes entre mains et pieds ;

Envoie ta photo à daac.arts-cirque@ac-aix-marseille.fr jusqu'au 13 avril

Et découvre le montage des photos à partir du mercredi 15 avril à l'adresse suivante :

https://www.pedagogie.ac-aix-marseille.fr/jcms/c_59106/fr/accueil

Dans la colonne Accueil : cliquer sur

«en direct des établissements : valorisation des initiatives culturelles »

Voici deux exemples :

