

DOSSIER PEDAGOGIQUE

RESPIRE

Cie Circoncentrique



*Création 2011
Tout public à partir de 5ans*

Chers professeurs,

Un spectacle de cirque est un moment unique où les artistes font apparaître leurs images intérieures dans l'espace. Derrières les instants de beauté et d'émotions se cachent des jours, des semaines, voire des mois de dur labeur.

Pour le spectateur, un spectacle de cirque ne se consume pas mais se vit. Il n'a de sens que s'il devient un moment de rencontre entre le spectateur et l'acteur, le spectateur devient alors « spect-acteur », avant, pendant et après le spectacle. Il n'y a pas de mauvaise perception ni de bon point de vue d'un spectacle, mais plusieurs lectures possibles.

Le spectacle permet à chacun de vivre des émotions et d'affiner sa capacité à ressentir, d'aiguiser ses perceptions et nourrir son imaginaire, d'aider à élaborer un jugement personnel, de faire un voyage individuel et collectif et enfin d'offrir un regard singulier et décalé sur le monde.

Vous, adulte-accompagnateur, devez tenter de créer le climat propice pour un échange en toute liberté entre les enfants et que chacun se sente « spect-acteur ». Dès lors, les points de vue peuvent se rencontrer et évoluer.

Nous vous souhaitons, à vous et vos élèves, une belle rencontre circassienne.

LA COMPAGNIE

Circoncentrique est une compagnie de cirque fondée par Maxime Pythoud et Alessandro Maida.

Tous deux aiment à penser que le corps est le terrain de jeu du possible. Techniques de cirque, humour, danse, théâtre, ... et leurs énergies nous emmènent dans des imaginaires peu probables et des recherches qui tournent rond. L'important pour eux c'est l'expression du corps, la prouesse technique, la surprise perpétuelle et le rythme . . . Le tout ponctué de grands éclats de rire !

Son histoire

Ils se sont rencontrés à l'Ecole Supérieure des Arts du Cirque de Bruxelles (ESAC). Durant trois ans, ils se sont entraînés côte à côte et, de cette proximité, est née une grande complicité. Durant cette période, l'ESAC les envoie représenter l'école au festival CIRCA à Auch. Leur formation terminée, leur complicité persiste. De là, la Cie Circoncentrique est créée lors d'une première forme de quarante minutes intitulé « Les Voisins » et présenté en Avril 2010.

L'équipe

Alessandro Maida :

Jongleur-équilibre sur boule-acrobate

Maxime Pythoud :

Roue Cyr-acrobate-porteur

Lea Petra :

Compositrice musique - pianiste

Marilia Vono :

Administratrice

Cécile Imbernon - La chouette diffusion :

Chargée de diffusion

LE SPECTACLE

« Pour un artiste, la création n'est pas un travail, c'est respirer, c'est exister »

Robert Choquette

« La respiration est rythmique, elle se déroule en deux phases, l'inspiration et l'expiration. Le souffle est un bon exemple de polarité, les deux pôles inspire-expire, produisent un rythme par leur échange continu et régulier. Chacun des deux pôles entraîne l'autre de manière obligatoire. On peut donc dire que l'un des pôles ne peut vivre sans l'autre, si l'on supprime l'un des deux, l'autre disparaît à son tour. Chaque pôle contrebalance l'autre et les deux pris ensemble forment une seule et même chose, une totalité. Le respire est rythmique, le rythme est à la base de toute vie. Les deux pôles de la respiration pourraient être définis comme représentant l'un la tension et l'autre l'expiration la détente. »

Thorwald Dethlefsen / Dr. Rüdiger Dahlke

Note d'intention

« Le moteur inspirateur de ce projet est l'étroite corrélation entre un événement, une émotion et leur influence sur la respiration. Nos corps deviennent alors le seul terrain de jeu possible. Ils deviennent les toiles où dessiner ce trinôme. Nous voulons que la respiration soit le subtil fil rouge qui nous lie avec le public et nous permet de partager toutes émotions, surprises ou peurs. L'objectif est d'emmener le spectateur vivre nos vertiges, nos déséquilibres, nos suspensions à bord de nos engins acrobatiques : Boule, roue et balles, réunies sous le signe de la rondeur, du mouvement cyclique.

Nos expériences artistiques nous ont appris qu'en restant honnêtes, attentifs et ouverts, l'irrationalité, l'instinct et la performance nous poussent toujours plus loin dans la découverte et nous emmènent dans des endroits où l'on est à vif, sans protection et où nous pouvons exprimer les choses dans leur plus simple nature et des émotions spontanées. Nos performances techniques nous amènent à un essoufflement tel que nous revenons à un état essentiel où nous ne pouvons plus tricher mais juste être authentiques. Nos deux personnalités évoluent ensemble comme les deux pôles de la respiration qui s'entraînent et s'entretiennent jusqu'à leur épuisement total... »

Alessandro Maida et Maxime Pythoud

L'univers sonore

Nous avons rencontré Lea à l'occasion d'un spectacle où elle improvisait de manière spontanée sur nos numéros.

Le courant est passé immédiatement. Lea est un personnage, une pianiste qui peut facilement comprendre et accompagner notre folie. Elle sait créer des détours musicaux qui nous surprennent et nous permettent de maintenir le spectacle frais et rebondissant.

Sa musique s'inspire de nos mouvements, pour nous inspirer ensuite et créer un échange d'énergie qui devient synergie. Nous sommes heureux de faire avancer le projet en y injectant un nouveau partenaire. La présence d'une pianiste nous donne une grande liberté d'action sur scène puisque nous ne sommes plus soumis au timing de la musique enregistrée.

Tout comme le spectacle, il est primordial pour nous que la musique soit vivante, qu'elle « respire ».

Place au temps présent !

La compagnie circoncentrique

La scénographie

L'envie d'être le plus possible autonome aussi dans la régie plateau, les a amené à une réflexion sur la lumière, élément essentiel pour l'existence de la vie, exactement comme la respiration. Ils ont pris donc le parti de faire de la mise en lumière une action scénique visible et poussé dans la recherche. A travers la manipulation, ils souhaitent rendre chaque lampe du plateau vivante et ils travaillent sur la caractéristique corporelle de chacune d'entre elles pour que ces dernières incarnent une personnalité à part entière. Ceci permet de donner aux espaces une nouvelle dimension et de cibler leurs actions techniques d'une manière détaillée.



Scénographie en lumière

Les seuls éléments scénographiques seront des luminaires de différentes formes et tailles qui leurs permettront de cibler et de cadrer nos diverses actions scéniques. Ce choix est né de leur envie d'être aussi les régisseurs de leur spectacle et donc de faire de la mise en lumière une action scénique visible et poussée dans la recherche. A travers la manipulation, ils cherchent à rendre vivante chaque lumière du plateau et travaillent sur la caractéristique corporelle de chacune d'entre elles.



QUELQUES PISTES A EXPLORER...

AVANT LE SPECTACLE

Avant la venue au spectacle, pour préparer les enfants et éveiller leur curiosité, tout en préservant bien sûr la surprise de la représentation, voici des suggestions.

Se préparer au spectacle

Evoquer le type de spectacle : concert, théâtre, théâtre musical, théâtre d'objets... et le genre : drame, comédie, tragédie, pièce classique, adaptation, œuvre contemporaine

Découverte de l'affiche qui se trouve en annexe : qu'y voit-on ? Qu'est-ce que cela présuppose ? Qu'est-ce qui y est inscrit ?

Les gens qui travaillent :

-Le.a programmateur.trice : celui qui choisit les spectacles.

-Le.a régisseur.se : celui qui prend contact, accueille et fait en sorte que toutes les conditions soient réunies pour le bon fonctionnement des spectacles.

-Les techniciens son et lumière : ils installent, selon la fiche technique de la compagnie, projecteurs et système son.

-Le.a metteur.se en scène : c'est lui qui, après avoir choisi les comédiens, à la responsabilité de l'unité du spectacle : décor, lumière, musique et dirige le jeu des acteurs.

-Les comédiens : seules pierres visibles de l'équipe de création, ils ont en charge l'interprétation de leur personnage.

-Le.a chargé.e de diffusion : celui qui trouve des lieux pour diffuser le spectacle et organise la tournée

-L'administrateur.trice : c'est celui qui gère le côté financier et économique

Vous avez dit cirque ?

Nom masculin (latin circus, cercle)

Enceinte où se déroulaient, chez les Romains, les jeux publics.

A partir du XVIIIe s, enceinte, le plus souvent circulaire et couverte, où se donnent des spectacles équestres, acrobatiques, etc.

Ensemble de ces spectacles et des activités qui s'y rapportent : les gens du cirque.

Entreprise spécialisée dans ce genre de spectacles.

Familier. Situation obligeant à des manœuvres complexes : Quel cirque pour se garer !

Populaire, Comédie outrée ; scène : il a fait un de ces cirques !

Dépression de forme semi-circulaire à bords raides, entaillée par les glaciers : Le cirque de Gavarnie.

Cratère à la surface d'une planète.

Définitions issues du dictionnaire français Larousse. Bien entendu dans notre cas, c'est la définition du cirque en tant que discipline artistique qui nous intéresse. Mais le cirque « aller au cirque », que signifie-t-il pour vous ?

Un petit rappel s'impose ? A l'instar des autres arts, le cirque est un art en perpétuelle évolution. Les techniques, les idées, les formes et les messages changent, en corrélation avec la société.

LE CIRQUE MODERNE PUIS LE CIRQUE CLASSIQUE

→Le cirque Moderne émerge à la fin du XVIIIème siècle, où se construit de plus en plus de cirques. Il se caractérise par :

-Une succession de numéros variés techniquement

-Le développement des disciplines acrobatiques et de pantomimes (formes narratives avec des effets visuels, de nombreux effets sonores, exhibition d'animaux, exhibition d'animaux)

-La présence d'animaux, avec tout d'abord l'art équestre puis avec des animaux exotiques

-Une mise en scène selon un crescendo de prouesses, montrant l'exploit et le progrès (s'insère dans son époque)



Antonio Franconi, 1768 : premier à dramatiser l'art équestre

→Début du XXème siècle : destruction des cirques stable avec la guerre, démarre alors un cirque dit plus classique tel qu'on connaît aujourd'hui, avec les dynasties familiales et le chapiteau. Il se distingue du cirque moderne par :

-Un déclin des formes équestres au profit des formes exotiques
-l'apparition des familles avec les troupes itinérantes, avec une prise en compte de la partie zoo dans le cirque (se développe notamment les « Sides-Shows », les spectacles à côté des chapiteaux avec tout ce qui est désigné comme « monstrueux » avec par exemple les femmes à barbes)
- l'itinérance et chapiteau

On y retrouve des fondamentaux (numéros réalisés par un grand nombre d'artistes) et des couleurs et symboles prédominants (rouge, blanc, jaune, or, paillettes, étoiles, rayures). L'objectif est de susciter la peur, la joie et l'émerveillement chez les spectateurs.



ANNEES 70, BASCULEMENT VERS LE NOUVEAU CIRQUE

Recontextualisation :

-déclin du cirque classique car : crise pétrolière, évolutions sociétales, notamment avec le déclin du modèle familial traditionnel et l'évolution des loisirs

-L'ouverture de l'enseignement du cirque (ce n'est plus réservé seulement au cercle familial) avec Annie Fratellini et Alexis Grüss qui ouvrent chacun leurs écoles respectives en 1974

-Le passage de ministère de l'agriculture à celui de la culture en 1979

→ Un nouveau cirque apparaît à cette période, s'insérant dans l'utopie d'un nouveau monde, se distinguant du cirque traditionnel, tout à s'en inspirant et se réappropriant certains codes. Il se distingue essentiellement par :

-L'absence d'animaux

-La pluridisciplinarité et un métissage aux autres arts et une liberté artistique (artistes qui viennent d'autres disciplines pour la plupart)

-Des principes d'écriture et de construction fondés sur le geste, la narration, l'espace, le travail de lumière ou la musique mais plus seulement, voire plus du tout sur les numéros. La prouesse physique est un outil pour développer un propos et non plus une finalité.

-L'apparition d'œuvres singulières et originales et d'auteurs de cirque

-L'éclatement des formes et des lieux de représentation



Le cirque Bonjour : création 1971

Petit à petit, structuration du cirque avec la création de compagnies qui va donner lieu à son institutionnalisation (année du cirque en 2001 et création de Pôles nationaux en 2011). Aujourd'hui : le nouveau cirque c'est imposé sur la scène contemporaine, on parle des Arts du Cirque considérant chaque discipline comme un art potentiel. Cette évolution sémantique est liée d'une part à la richesse et la diversité des propositions circassiennes, et d'autre part au fait que les disciplines ont gagné en indépendance les unes par rapport aux autres en développant leur propre langage, leur propre singularité.

Le cirque contemporain s'est largement émancipé du chapiteau, bien que certaines compagnies le défendent le revendique, en investissant notamment les plateaux de théâtre.



Compagnie 111, Plan B, création 2003

POUR ALLER PLUS LOIN

Les techniques utilisées dans le spectacle, accompagné de quelques vidéos

La roue Cyr

Un cadre rond, une rotation envoûtante, une sensation de légèreté, de danger. Le circassien défie la gravité et, enfin libre de ses mouvements, défie la stabilité afin de prendre son envol.



http://www.cnac.tv/cnactv-922-Video_Tommy_Edwin_Entresangle_Dagour

http://www.cnac.tv/cnactv-758-Video_Juan_Ignacio_Tula

http://www.cnac.tv/cnactv-213-Spectacles_des_Circ_Arts_CIRCa_2007

Portés acrobatiques en mouvement

Les portés sont un de leurs moyens d'explorer l'espace aérien. Jeux de force, contrepoids, les corps en balancier partagent un seul et même équilibre. Ils recherchent les voix possibles jusqu'à un cheminement acrobatique organique et coulé.



http://www.cnac.tv/cnactv-794-Video_Pedro_Consciencia

http://www.cnac.tv/cnactv-393-Video_Edward_Aleman

Boule, balles, manipulations et équilibres

Des balles qui sautent, se taisent et puis rebondissent, une jonglerie qui sculpte le corps. Le circassien est à la fois créateur et victime du mouvement de ses balles.

Une boule, douce, ronde et parfaite, confrontée à son corps mince, sec et angulaire, la quête d'une stabilité impossible à trouver, car sur une boule, l'immobilité n'existe pas.

C'est une sorte de jonglerie inversée, où le manipulateur est lancé, porté, roulé par son propre objet.

Le mélange des petites balles et de la grande boule devient un comble de fragilité. Les balles flottent magiquement sur la surface et la boule, les trajectoires se mêlent aux mouvements dans une illusion d'équilibre.

<https://www.youtube.com/watch?v=y63k-yUAces>

http://www.cnac.tv/cnactv-882-Cie_Les_Apostrophes_Crue

http://www.cnac.tv/cnactv-587-Spectacles_des_Circ_Arts_CIRCa_2003



APRES LE SPECTACLE

SE REMEMORER LE SPECTACLE

Vous venez d'assister à un spectacle de :

- théâtre
- cirque
- marionnette

Qu'avez-vous ressenti quand vous êtes entrés dans le théâtre ?

Avez-vous remarqué des éléments du décor ?

Pouvez-vous décrire le décor ?

Pouvez-vous vous exprimer sur le décor ? Sur sa valeur esthétique ? C'est quoi la valeur esthétique ?

Dites si vous l'avez trouvé beau ou non. Si vous pourriez l'imaginer autrement.

Les lumières ont un rôle essentiel. Pourquoi ? Avez-vous discerné des lumières différentes ? A quels moments, quels endroits ? Et pourquoi ? Comment s'appelle la personne qui invente les lumières d'un spectacle ?

Invitez ensuite vos élèves à livrer leurs impressions sur le spectacle qui vous mèneront plus loin que les simples « j'aime » ou « je n'aime pas ».

Vocabulaire : réaliser une banque d'adjectifs ou d'expressions pour décrire, les personnages et leur caractère, les disciplines évoquées et la relation entre les personnages

POUR ALLER PLUS LOIN

La respiration, et son lien à la vie

ATELIER 1

Introduction :

Que se passe-t-il quand on respire ?

Respirer le nez bouché puis la bouche fermée.

Demander à un enfant de se mettre torse nu et de respirer normalement.

Qu'observe-t-on ?

Allonger un enfant et placer un objet sur sa poitrine. Qu'observe-t-on ?

Mise en situation :

Partir d'une situation de la vie quotidienne nécessitant un effort physique dont on sait qu'il va entraîner une augmentation de l'activité respiratoire.

Consigne : 3 ou 4 élèves effectuent 30 flexions avec les jambes sous l'œil observateur des autres élèves.

Mise en commun des observations et précision de certains termes :

Les élèves s'expriment : « Ils deviennent rouges et ils ont chaud », « ils respirent plus ». C'est le sujet du jour : LA RESPIRATION (terme que l'on peut écrire au tableau).

Qu'est-ce que cela veut dire « ils respirent plus » ?

Lorsque l'on respire il y a deux phases, l'inspiration et l'expiration. Le faire observer aux élèves.

Une inspiration plus une expiration constituent un mouvement respiratoire. Quand les enfants disent « Ils respirent plus » cela signifie que le nombre de mouvements respiratoires c'est-à-dire d'inspirations ou d'expirations, pendant un temps donné, est plus grand.

Le nombre de mouvements respiratoires pendant un temps donné se définit comme le rythme respiratoire.

ATELIER 2

Mise en situation :

a- Consigne : Représente le trajet de l'air sur la silhouette (représentée sur la fiche annexe format A4 qu'on leur distribue) et explique ce qu'il devient.

Ecris tes questions.

b- Les enfants effectuent le travail demandé.

Nouvelle mise en situation :

a- Consigne : Par groupe, sur une même silhouette plus grande (format A3), en vous appuyant sur les productions de chacun, en les comparant et en les discutant, représentez de nouveau le trajet de l'air et notez vos questions. Les feuilles seront affichées au tableau : ce qui est écrit doit être visible de loin.

b- Les enfants effectuent le travail demandé.

Mise en commun :

Un enfant de chaque groupe vient accrocher au tableau le travail du groupe. Comparer les différentes représentations.

Il peut en ressortir des affirmations et des questions :

-L'air peut rentrer et sortir par le nez et la bouche .

-La bouche est reliée aux poumons par l'intermédiaire d'un gros tuyau : la trachée

-Il y a deux poumons.

-A quoi ressemble un poumon ?

-Combien y a-t-il d'air dans les poumons ? est-ce toujours la même

quantité ?

-Pourquoi mon ventre se gonfle-t-il quand je respire ?

-Comment l'air entre-t-il et sort-il des poumons ?

-Qu'y-a-t-il dans l'air ?

-Pourquoi l'air que l'on rejette est plus chaud ?

-L'air que l'on respire est-il respiré par les autres ?

-L'air reste-t-il uniquement dans les poumons ?

-Après les poumons, l'air va-t-il dans le corps ?

-L'air va-t-il dans le cœur ?

-Comment l'air circule-t-il dans le corps ?

Est-ce que c'est l'air qui pousse le sang ?

-A quoi sert l'air ?

-Est-ce que l'air c'est comme l'essence dans les voitures ?

Entretien collectif : Comment l'air entre-t-il et sort-il ?

Il est probable que les enfants ne se posent pas eux-mêmes la question : Comment l'air entre-t-il et sort-il ? Pour eux, « ils respirent », l'air entre et sort des poumons, c'est comme ça !

Rappeler les notions d'inspiration et d'expiration.

Refaire une inspiration et une expiration. Qu'est-ce qui est fatigant ? C'est l'inspiration.

ATELIER 3 : FABRIQUER UN CANON A AIR

Pour cette expérience il nous faudra :

Un contenant de votre choix, pot en plastique, poubelle, boîte à café

- Un sac plastique

- Des élastiques

- Un crochet

- Du ruban adhésif

- Un cutter

- Des ciseaux

1- A l'aide du cutter, découper une ouverture sur le fond de ton contenant de forme ronde. Ce sera l'ouverture de ton canon.

2- Poser le sac plastique à plat et renforce le centre avec du ruban adhésif. Placer le crochet en son centre, il servira à fixer les élastiques et la poignée.

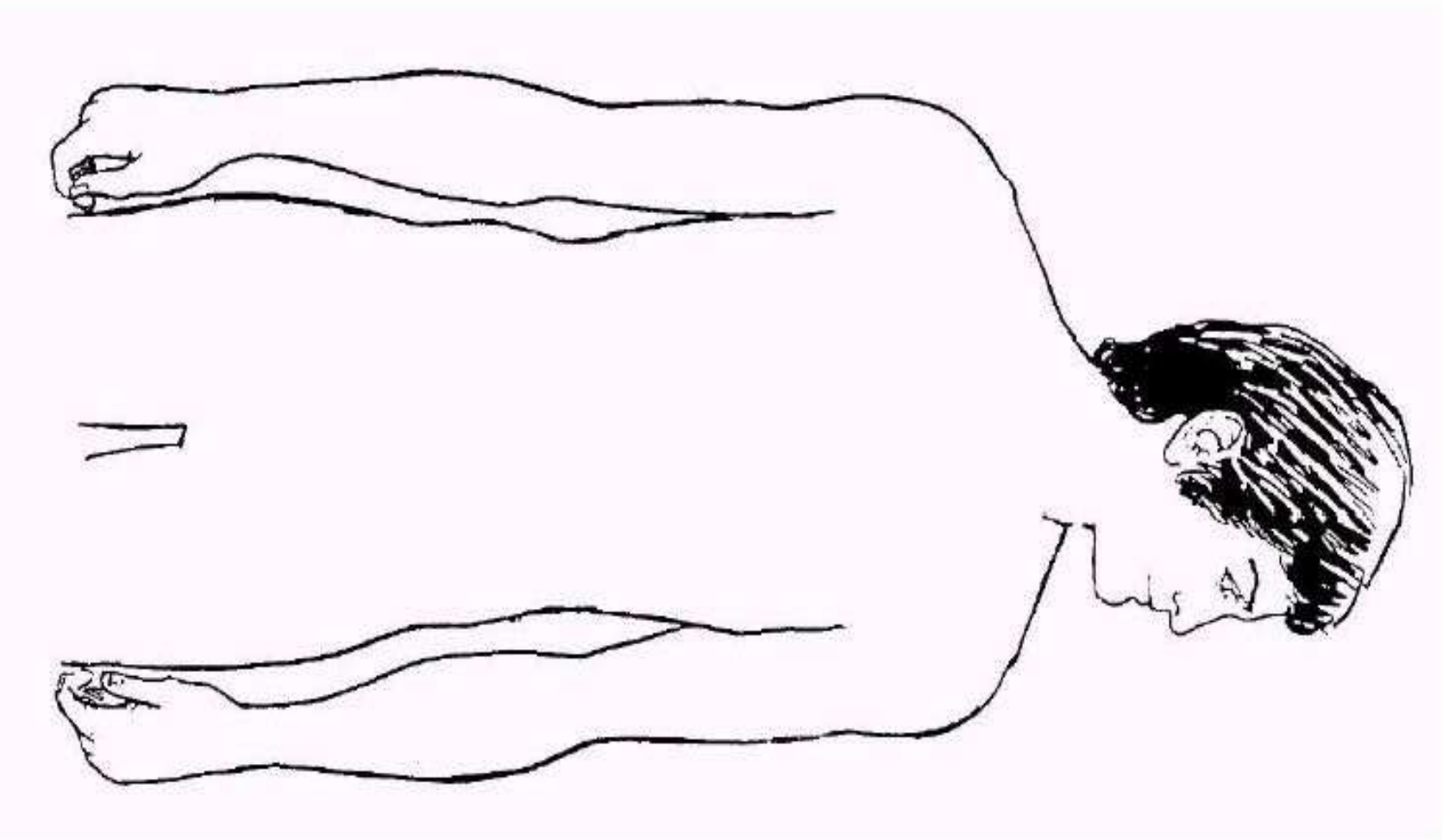
3- Fixer les deux élastiques sur l'ouverture du canon (le fond du contenant) et attacher les extrémités des élastiques au crochet fixé au centre du sac plastique.

4- Fixer le sac plastique avec du ruban adhésif sur le côté ouvert du contenant

En comprimant l'air rapidement on lui donne une force et une vitesse grâce à la pression. Cet air comprimé s'échappe par l'ouverture en ligne droite.

ANNEXE

Sur la silhouette suivante imagine où va l'air que l'on aspire et que devient-il ?



Respire

A man in a light-colored long-sleeved shirt and khaki pants is balancing on a large, glowing white ball. He is positioned inside a large, dark hula hoop. Above him, another man in a white long-sleeved shirt and khaki pants is floating in the air, with his arms outstretched. The background is dark, and a single spotlight illuminates the scene from above.

Cie Circoncentrique
cirque en ébullition

