

NOTE IMPORTANTE : Veuillez prendre note que si vous souhaitez utiliser votre propre matériel, il sera obligatoire de l'apporter en début de la première journée pour validation.

PREMIÈRE ÉTAPE

Les épreuves physiques

- Acrobatie et équilibre
- Préparation physique
- Flexibilité

Ces épreuves servent à évaluer les habiletés et le potentiel physique des candidat.e.s. Elles permettent, entre autres, d'évaluer la tonicité, l'alignement corporel, la coordination motrice, l'orientation spatiale, la concentration, la force, la souplesse et l'aisance dans la réalisation des mouvements. Au besoin, des exercices supplémentaires (par exemple, en trampoline ou en équilibre) peuvent être demandés. Voir la description du contenu des épreuves au verso.

Les épreuves artistiques

- Danse
- Jeu

Ces épreuves ont pour but d'évaluer le potentiel et les qualités artistiques des candidat.e.s. Les exercices en jeu permettent notamment de mettre en valeur l'imagination, l'initiative, l'écoute, la présence scénique et le vocabulaire corporel. Quant aux exercices en danse, ils permettent d'évaluer la capacité d'improvisation ainsi que la musicalité. Voir la description du contenu des épreuves au verso.

La présentation

La présentation, d'une durée maximale d'une minute vise à mettre en valeur les qualités techniques et artistiques des candidat.e.s. Elle portera sur le thème choisi par les candidate.s. L'École nationale de cirque pourra mettre à la disposition de ceux-ci, certains appareils circassiens si besoin. Une demande devra être formulée une semaine avant. Les candidat.e.s pourront utiliser une musique de leur choix et des accessoires.

Les candidat.e.s doivent être tout à fait autonome dans la présentation de leur numéro et doivent s'exécuter en toute sécurité.

L'entrevue

L'entrevue a pour but de mieux connaître les motivations, les attentes et les objectifs personnels des candidat.e.s.

Les personnes ayant passé la première étape seront appelées à poursuivre à la seconde étape le lendemain. Les résultats seront communiqués par courriel en fin de journée.

SECONDE ÉTAPE

Évaluation posturale

Cette étape constitue à faire une évaluation posturale des candidat.e.s, par une équipe de thérapeutes du sport, afin d'identifier des prédispositions ou des problèmes physiques potentiels.

Vérification des aptitudes scolaires

Une vérification des aptitudes scolaires sera par la suite effectuée. Les candidat.e.s devront passer des tests de langue, de mathématiques et remplir un questionnaire de connaissance générale. Dans le but de compléter le processus de sélection, une entrevue sur place ou virtuelle pourrait être organisée. L'ÉNC peut accepter un.e candidat.e d'une façon conditionnelle.

Contenu des épreuves physiques

Acrobatie et équilibre

Dans cette épreuve, la difficulté s'accroît d'un exercice à l'autre. Les candidat.e.s ne doivent pas exécuter les exercices qu'ils ne maîtrisent pas. Nous évaluerons la précision d'exécution, l'alignement corporel, l'amplitude des mouvements et la position en équilibre.

- roulades avant et arrière
- appui tendu renversé, roulade avant, demi-tour, roulade arrière terminée à l'appui tendu renversé
- roues latérales enchaînées
- renversements avant et arrière
- saut de mains
- saltos avant et arrière
- rondade, flic flac (salto arrière)
- éléments sans les mains

Au besoin, d'autres exercices peuvent être demandés par le jury.

Préparation physique

Dans cette épreuve, nous évaluerons la fluidité, l'alignement/placement corporel, l'amplitude de mouvement, le dynamisme et l'impulsion.

Abdominaux

- levée de jambes : suspension à la barre, jambes tendues, levée des jambes sans élan, en passant par la position carpé, toucher à la barre entre les mains, descente contrôlée en position initiale.

Bras

- pompes, appui des mains et des pieds (*push-ups*)
- tractions à la barre (*chin-ups*)
- montée à la corde

Jambes

- répétitions dynamiques de sauts groupés sur place

Au besoin, d'autres exercices peuvent être demandés par le jury.

Flexibilité

Dans cette épreuve, nous évaluerons l'aisance et l'amplitude, l'alignement corporel, le placement des hanches en écart et la flexibilité active

- position assise : ouverture à l'épaule, pieds pointés, extension des genoux
- position assise, fermeture en carpé, bras dans le prolongement du tronc
- position assise, jambes ouvertes à 90°, fermeture en carpé, bras dans le prolongement du corps
- grand écart jambe gauche en avant
- grand écart facial, tenir la position
- grand écart jambe droite en avant
- pont à partir du sol avec mains et pieds le plus rapprochés possible
- pont à partir du sol ouverture à l'épaule avec jambes tendues
- aiguille, jambe droite, main au sol
- aiguille, jambe gauche, main au sol
- exercices pour évaluer la flexibilité des épaules
- exercices pour la flexibilité active (ex : grands battements, tenir la jambes à 90° et plus, etc.)

Au besoin, d'autres exercices peuvent être demandés par le jury.

Contenu des épreuves artistiques

Danse

Selon les directives émises sur place, les candidat.e.s devront exécuter différents enchaînements comprenant des séquences rythmiques et des séquences de coordination. Des exercices d'improvisation seront demandés individuellement ou en groupe.

Jeu

Selon les directives émises sur place, sous la forme d'improvisations simples, les candidat.e.s devront créer des personnages et exprimer différentes émotions à travers des mises en situation. Les exercices pourront être exécutés individuellement ou en groupe.

Tenue vestimentaire

Les candidat.e.s doivent porter une tenue vestimentaire convenable et ajustée au corps (tel que maillot de gymnastique, leggings, camisole ou chandail, short non ample) pour lui permettre de bouger avec aisance et en toute sécurité. Le port de souliers sera exigé pour circuler à l'ÉNC.

Disponibilité

Les candidat.e.s doivent demeurer disponible durant toute la durée du concours d'entrée. Ils pourront être convoqué.e.s pour une évaluation complémentaire. Des casiers sont disponibles aux vestiaires mais les candidat.e.s doivent fournir leur cadenas. Les parents et les accompagnateur.rice.s ne peuvent pas assister au concours d'entrée.



Culture,
Communications et
Condition féminine

Québec



Patrimoine
canadien

Canadian
Heritage