

**Rencontres U.S.E.P. – I.E.N.
Sport et Santé 2008
Montluçon I et II**

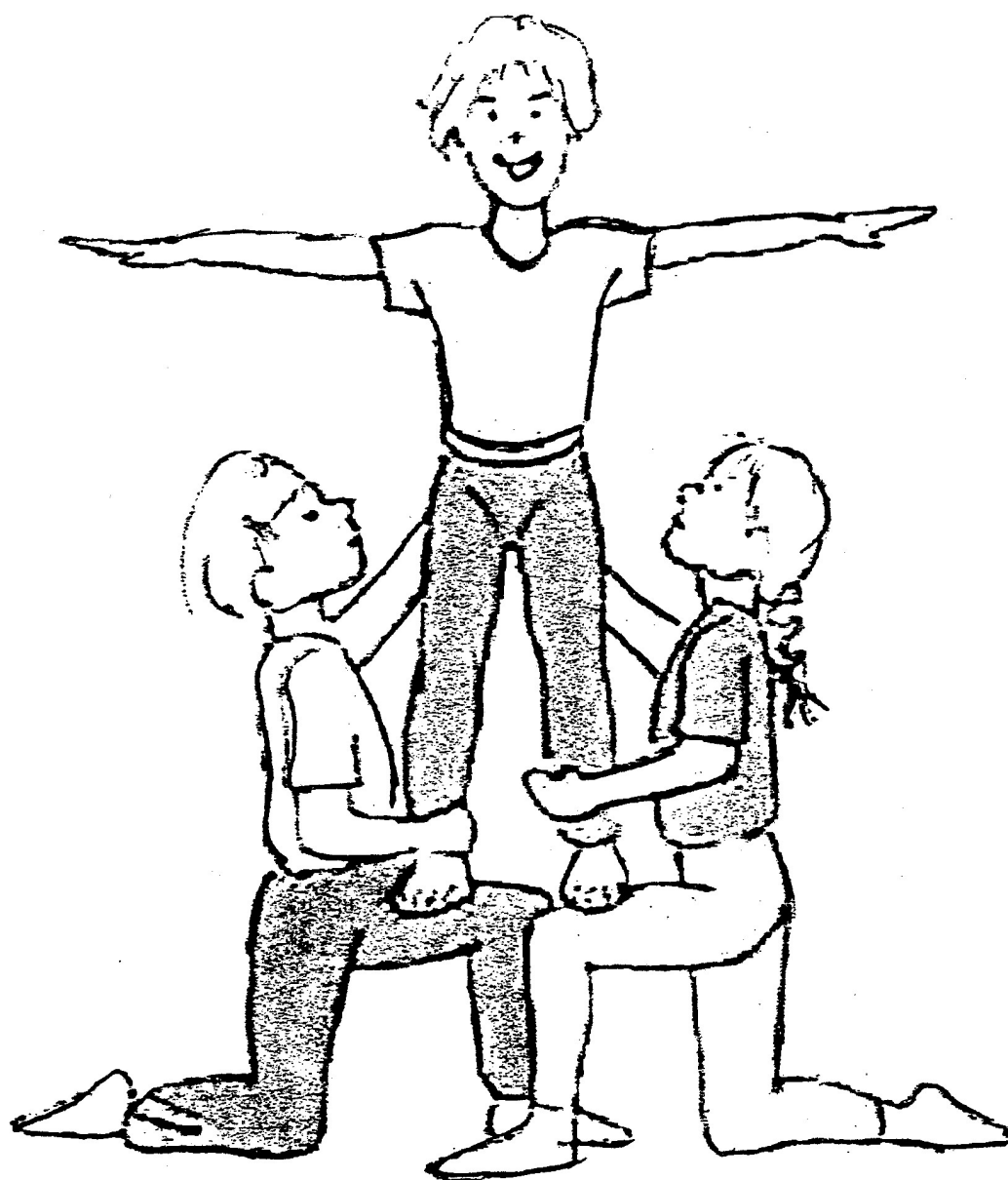
ACROSPORT

au
Cycle II

**Delphine BERTHUET
Françoise AVEDISSIAN**

QU'EST-CE QUE L'ACROSPORT ?

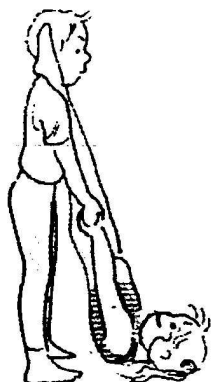
- Une activité acrobatique et artistique.
- Un enchaînement réalisé en musique et destiné à être vu.
- Des acrobates qui se produisent en duos, trios ou quatuors.
- Les acrobates sont porteurs ou voltigeurs. A l'école, les élèves doivent aussi être pareurs ou observateurs.



QUE DOIT APPRENDRE L'ELEVE AU CYCLE II ?

SAVOIRS A CONSTRUIRE

➤ Habiletés motrices :



- Diminuer de plus en plus ses appuis au sol
- Effectuer des formes variées : porter / voltiger / parer / observer
- Trouver son équilibre en prenant des attitudes stables
- Maîtriser de mieux en mieux des situations déséquilibrantes
- Réaliser des actions motrices plus précises
- Réaliser des actions de plus en plus complexes

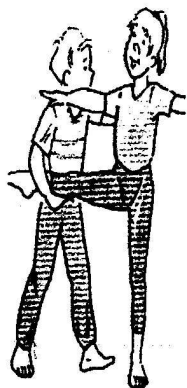
➤ Méthodes :

- Gérer ses prises de risque. Savoir se concentrer.
- Coopérer, s'organiser. Utiliser des codes (montage/démontage, parades...)
- Accepter de changer de rôle
- Respecter l'autre

➤ Attitudes et motivation :

- Oser se montrer, montrer aux autres un petit enchaînement
- Avoir un regard critique mais objectif sur sa production et celle des autres.
- Pouvoir se dépasser en gérant les risques. Oser perdre ses repères visuels pour en trouver d'autres (lors des rotations, renversements...)

➤ Notions et connaissances :



- Accéder au patrimoine culturel : pratiques sociales autour des activités acrobatiques
- Mieux connaître son corps
- Parler pour formuler son projet
- Education à la santé et à la sécurité
- Les critères de réussite d'une figure/ d'un enchaînement

L'ACROSPORT AU CYCLE II

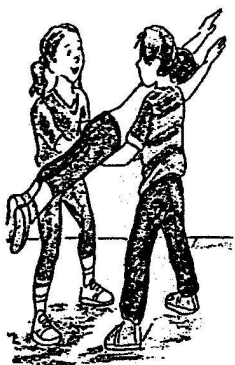
Les activités de cirque :

- Activités de type gymnique, incluant les appuis, les déplacements, les équilibres qui facilitent la gestion du risque.

Compétences de l'élève :

Concevoir des actions à visée artistique, esthétique ou expressive

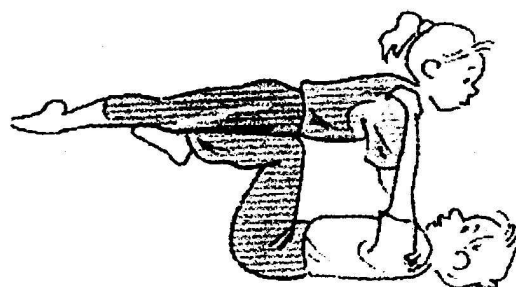
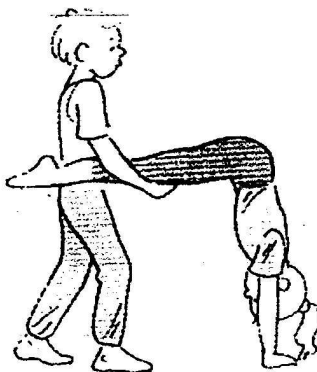
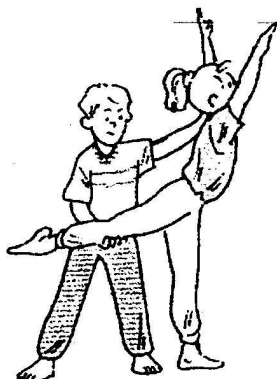
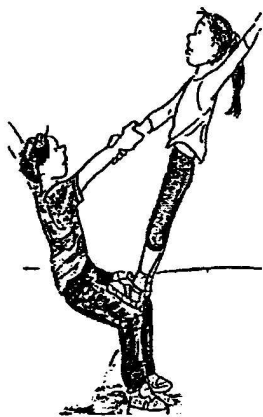
(Compétence 4)



- Exprimer corporellement des images, des photos
- Réaliser des actions acrobatiques mettant en jeu l'équilibre
- Agir en fonction d'un risque reconnu et approprié

En fin de cycle II, l'élève sera capable de :

- S'immobiliser dans une position corporelle pendant 3 secondes
- S'organiser par rapport à ses possibilités corporelles avec les autres dans un espace déterminé
- Accepter différents rôles (porteur / voltigeur / pareur / observateur)
- Construire un projet d'action
- Réaliser un petit enchaînement à 2, voire 3, en l'organisant (un début, un déroulement, une fin)



Rencontre Acrosport

Cycle II

Généralités

- Les élèves se produisent en duos de préférence ou en trios.
- Chaque équipe (duos/trios) choisit une musique, version instrumentale, pour accompagner son enchaînement.
- Chaque enchaînement dure entre 30 secondes et 2 minutes.

Construire un enchaînement

Chaque enchaînement présenté au jury doit être obligatoirement composé de :

- Un salut de présentation au jury
- Une position de départ bien marquée
- 2 figures acrobatiques, tenues 3 secondes, inventées ou choisies parmi les propositions du dossier ci-joint.
- Quelques déplacements pour passer d'une pyramide à une autre, pour lier l'enchaînement.
- Une position finale tenue 3 secondes.
- Un salut final au jury

Jugement

- **+1 point** pour le respect de chacun des 4 points suivants : présentation départ (salut), position de départ marquée, position finale tenue 3 secondes, présentation finale (salut),
- **+2 points** pour chacune des 2 figures acrobatiques présentées.
- **+2 points** pour l'esthétique de l'enchaînement : mémorisation des mouvements, regard levé, orientation du mouvement par rapport au public, gestes précis et, s'il y en a, les déplacements chorégraphiés, les sauts ou les éléments gymniques, etc.
- **-2 points** s'il n'y a aucun effort de construction ou de réalisation d'enchaînement.
- **-1 point** si une position n'est pas tenue 3 secondes (pyramide ou position finale)
- **-1 point** pour chaque chute, gros déséquilibre ou tentatives multiples lors de la construction d'une figure.

Feuille de jugement C II:

	POINTS attribués	
Se présente au jury (au début)		1 point
Position de départ marquée		1 point
Pyramide 1		2 points
Pyramide 2		2 points
Position finale		1 point
Se présenter au jury (fin)		1 point
Esthétique		2 points
Note finale		/10

Le jury est composé de 4 enfants :

- 1 juge observe les 2 acrobaties
- 1 juge observe les 2 positions (départ et finale)
- 1 juge observe les 2 saluts
- 1 juge gère la feuille de note et attribue les 2 points d'esthétique.

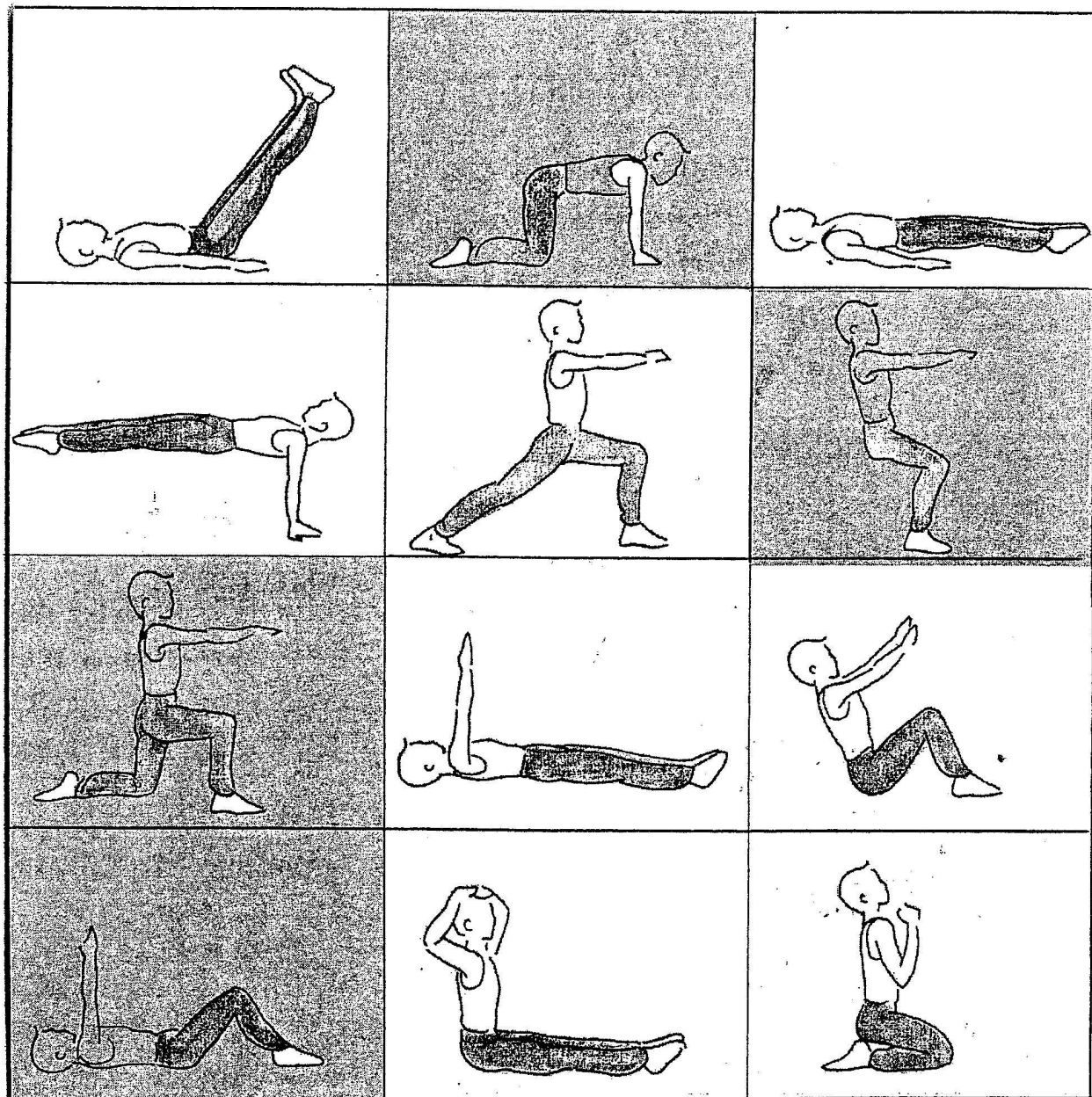
Les notes sont données à titre indicatif. Elles ne donneront pas lieu à un classement ou à une remise de récompense.

LA SECURITE EN ACROSPORT

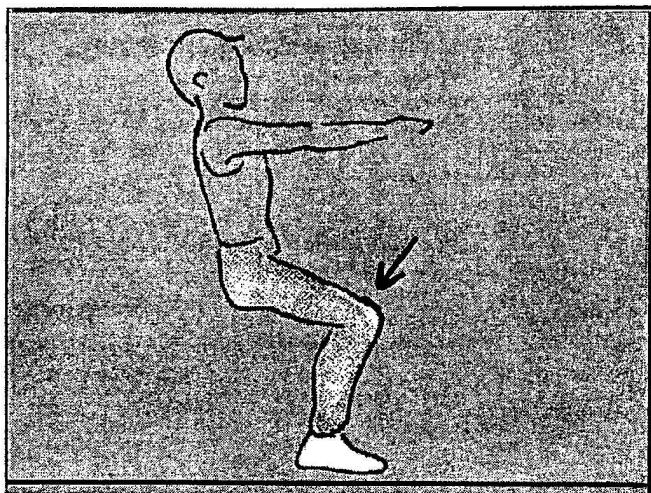
Les règles d'or

- **Connaître les points d'appuis interdits** (dorsales et cervicales) et les points d'appuis autorisés.
- **Communiquer à voix haute**: « Es-tu prêt ? » « attention je monte » « attention je descends ». Un des élèves du duo ou trio est chargé de compter à haute voix (3 secondes) pour harmoniser le groupe et le démontage de la figure.
- **Pas de chaussures** ; travailler nu-pieds ou en chaussettes.
- **Pas de bijoux**
- Les **cheveux attachés**
- **Proposer un tapis ou une parade** qui aide et sécurise. La parade est utilisée durant les apprentissages. Elle n'est pas souhaitable lors de la présentation d'un enchaînement.
- A l'école, ne **pas encourager la prise de hauteur** mais plutôt la **complexification** par le renversement, la diminution du nombre d'appuis ou la diminution des surfaces d'appuis.
- Commencer chaque séance par une situation d'**échauffement**.

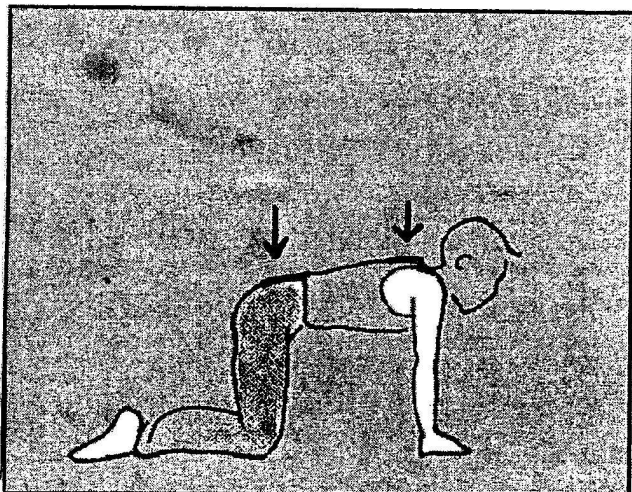
POSITIONS DU PORTEUR



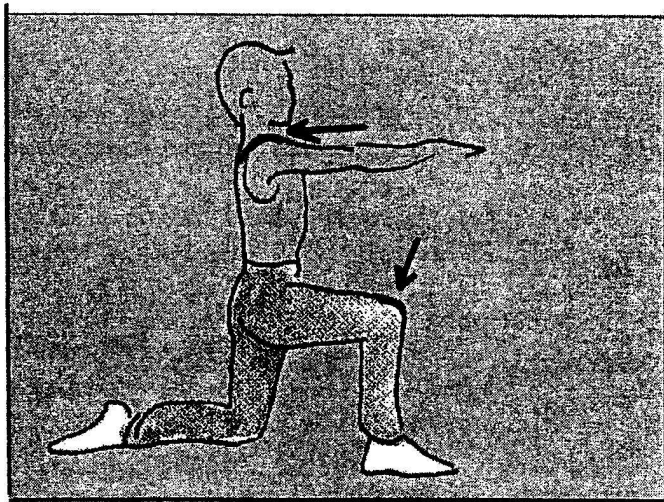
POSITIONS DU PORTEUR
ET
POINTS D'APPUIS



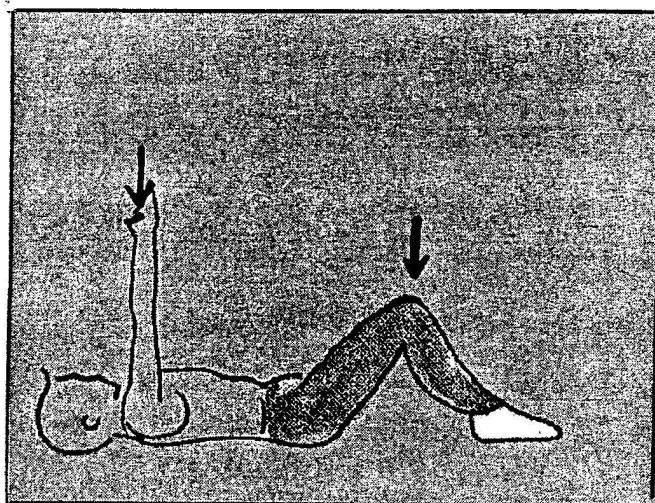
porteur debout



porteur à genoux

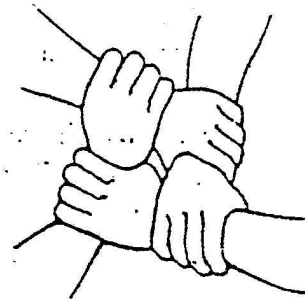
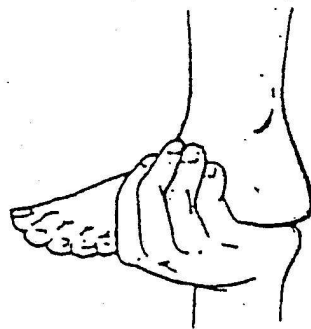
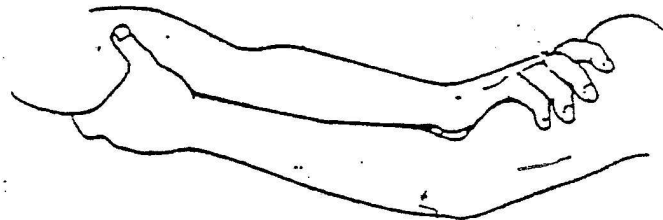
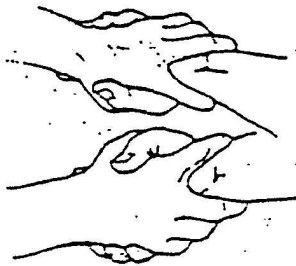
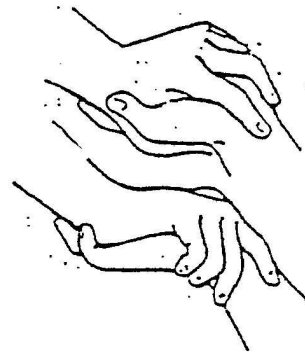
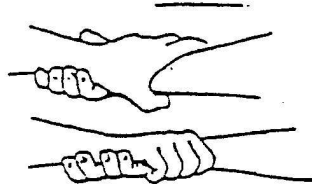
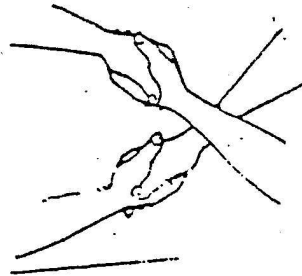
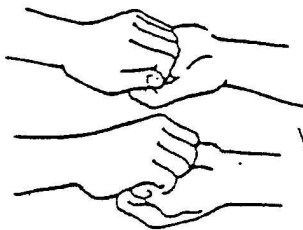
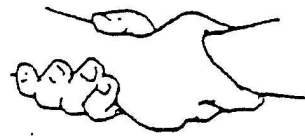
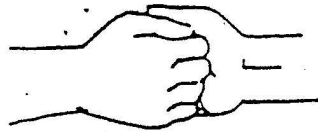
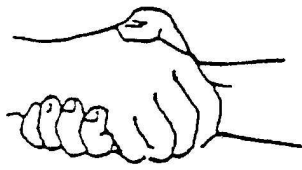


porteur sur un genou

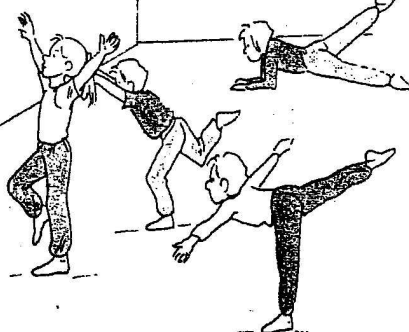
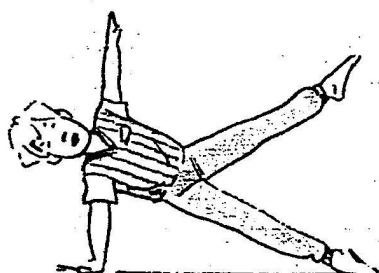
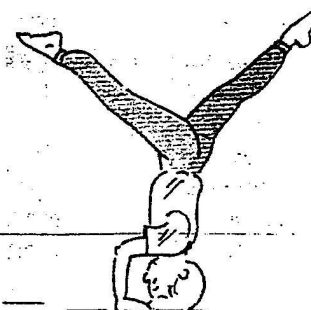
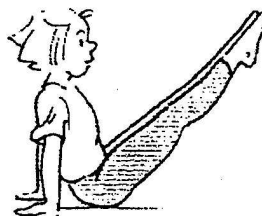
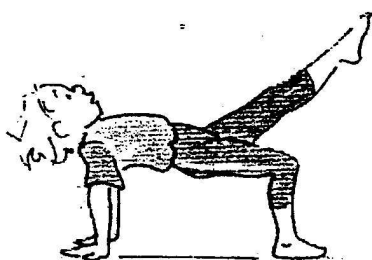
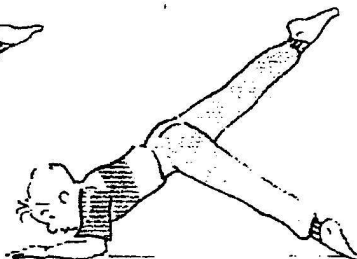
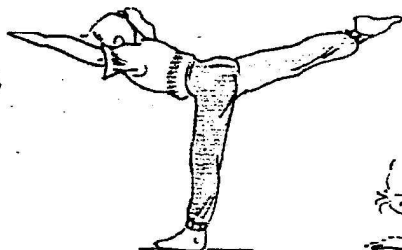
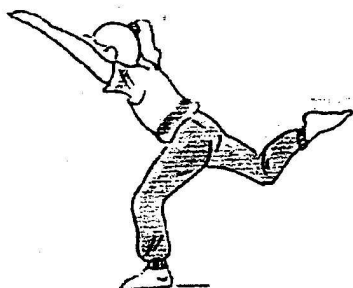
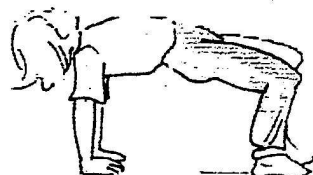
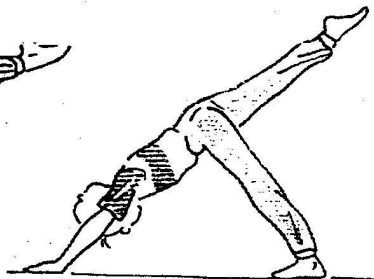
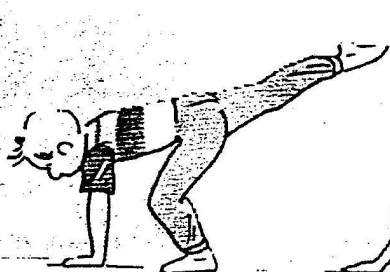
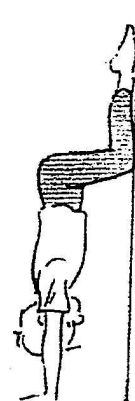
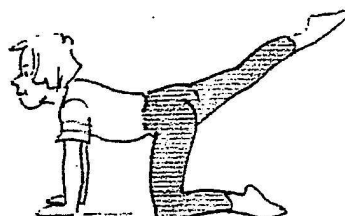
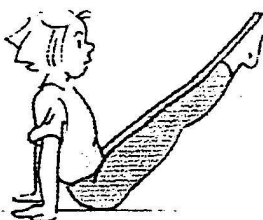
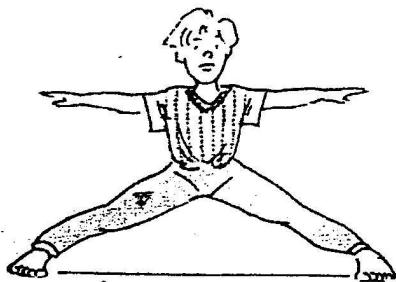
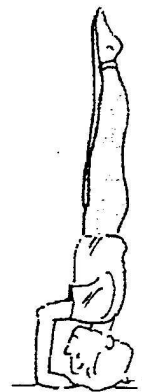
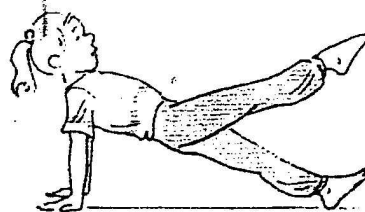
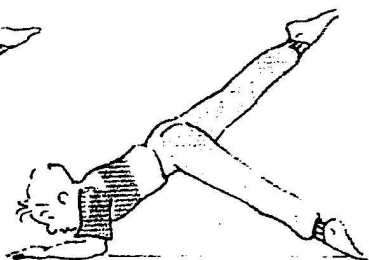
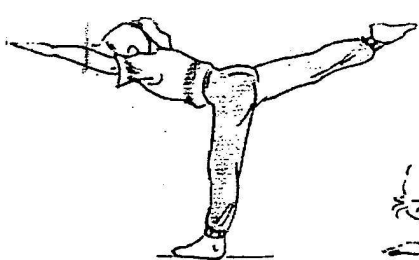


porteur sur le dos

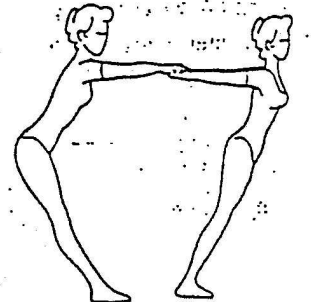
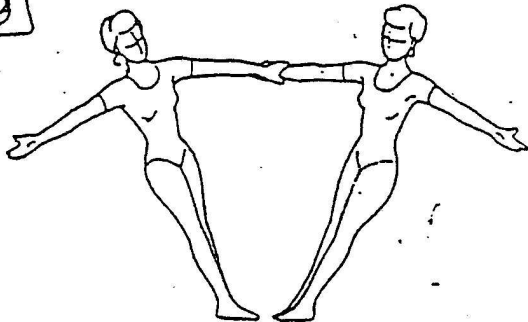
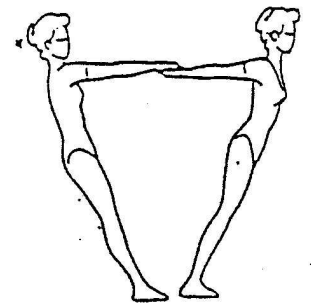
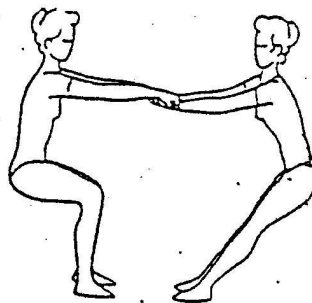
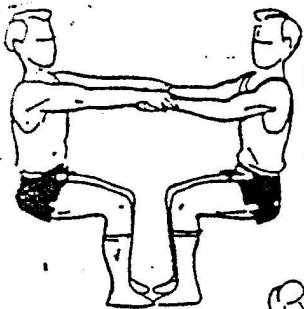
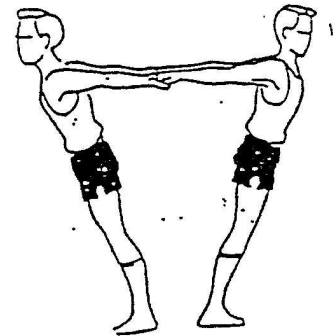
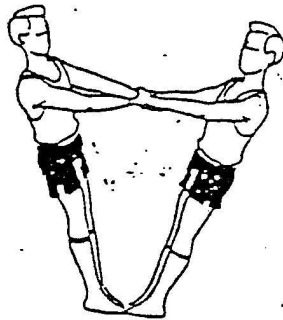
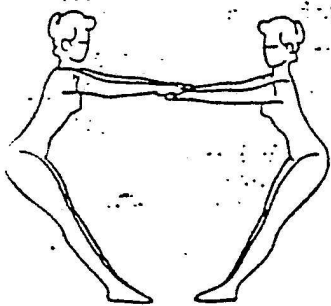
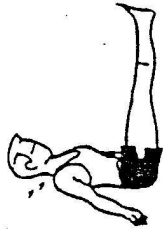
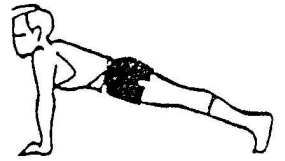
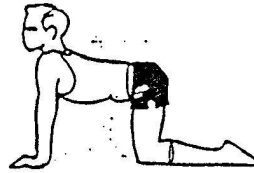
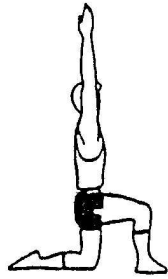
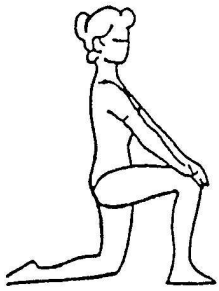
LES PRISES DE MAINS



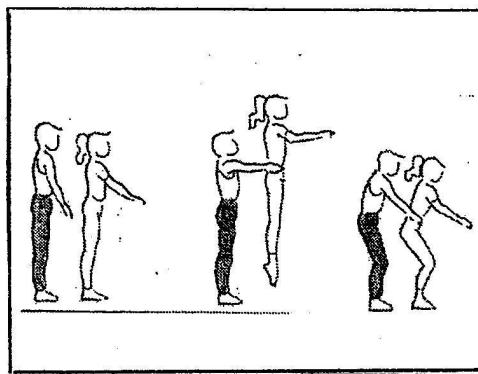
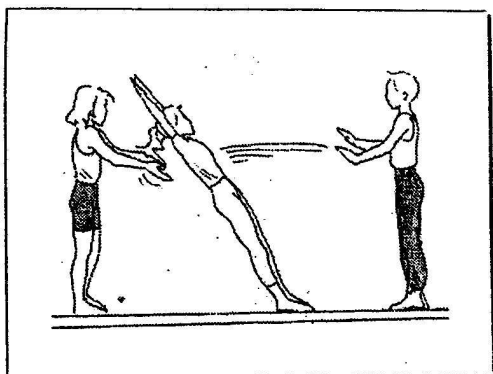
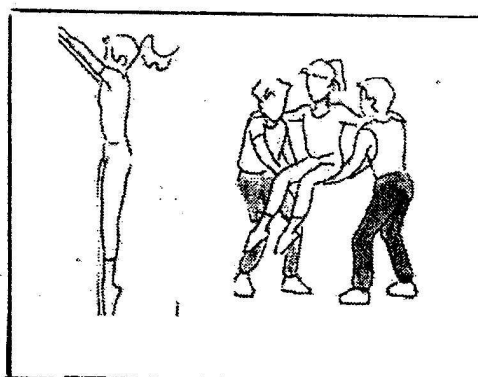
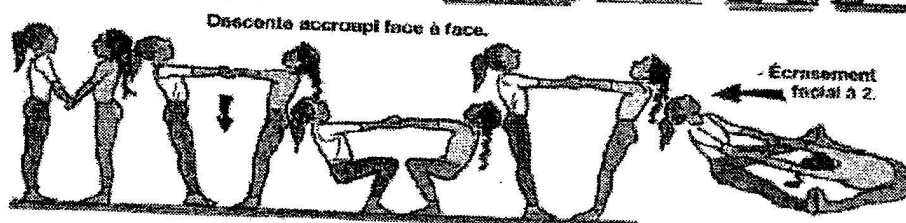
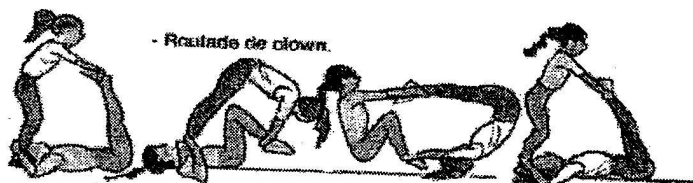
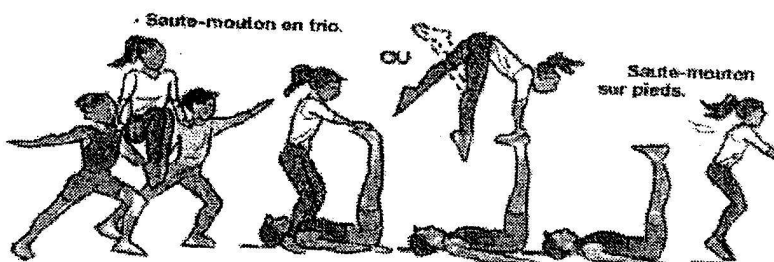
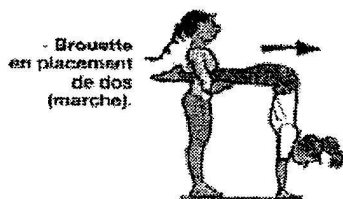
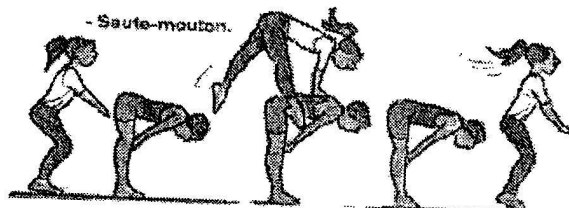
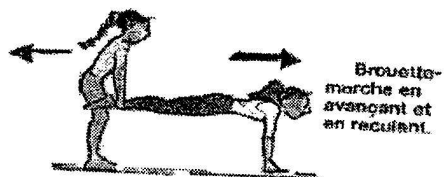
ECHAUFFEMENT



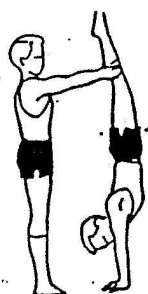
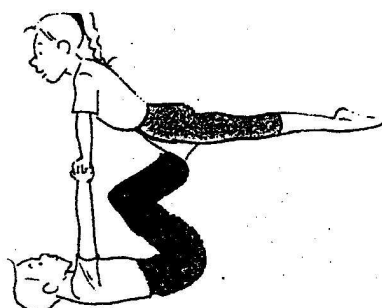
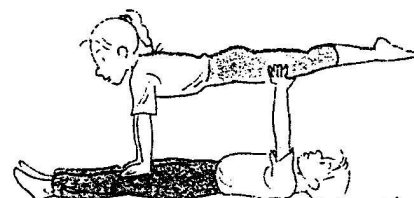
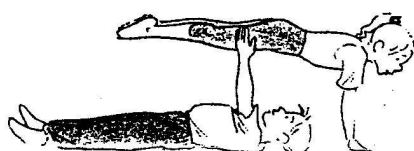
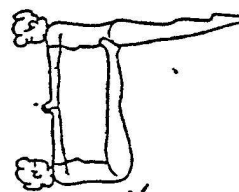
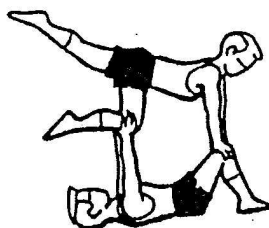
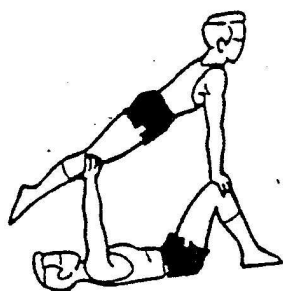
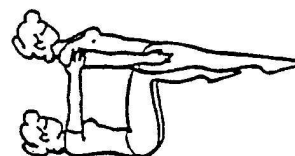
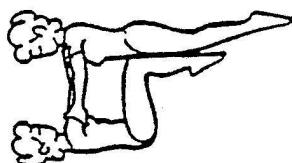
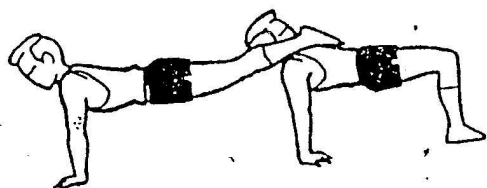
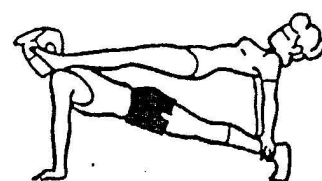
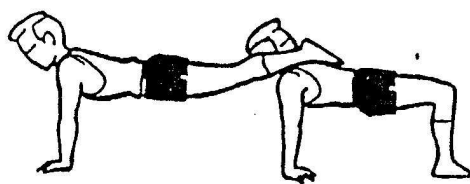
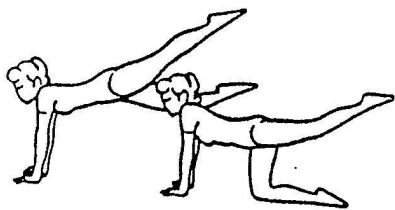
ECHAUFFEMENT



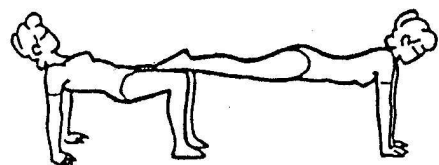
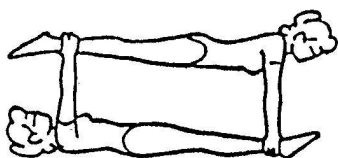
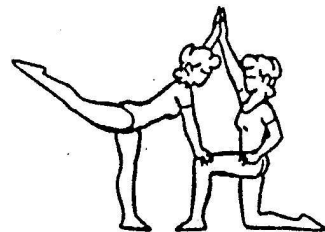
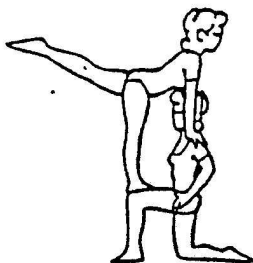
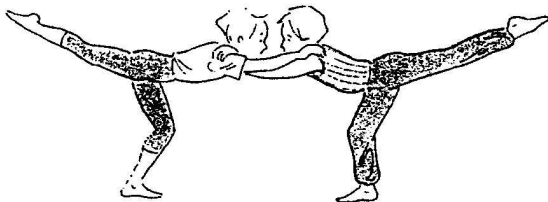
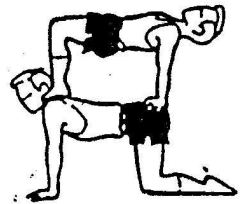
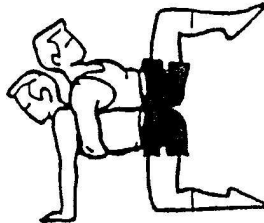
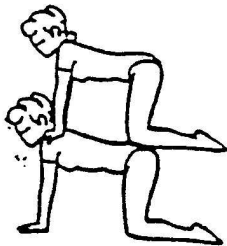
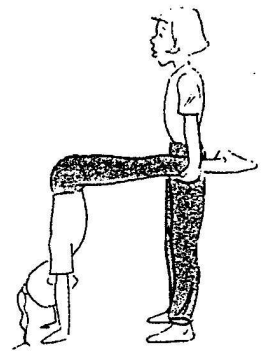
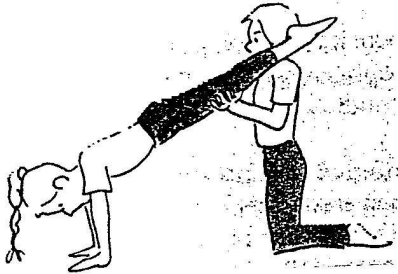
ECHAUFFEMENT



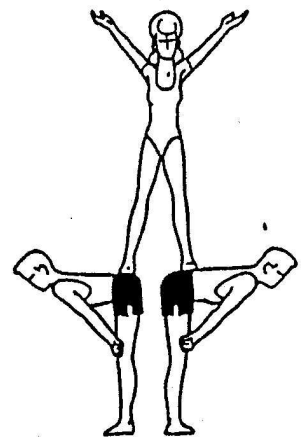
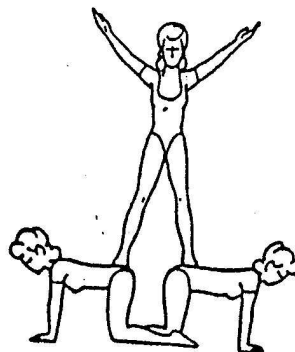
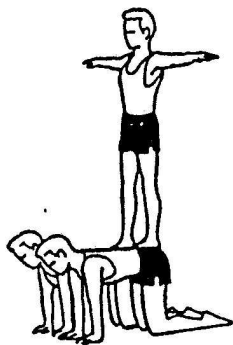
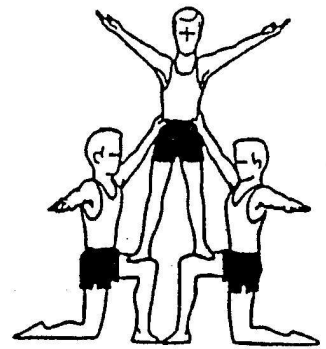
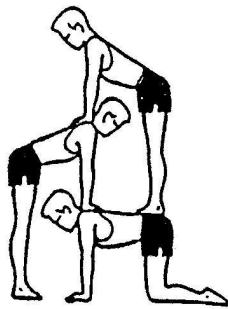
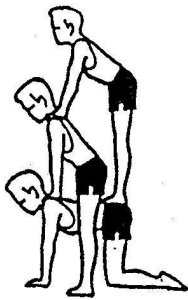
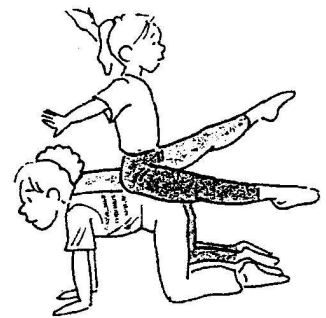
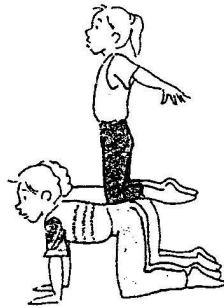
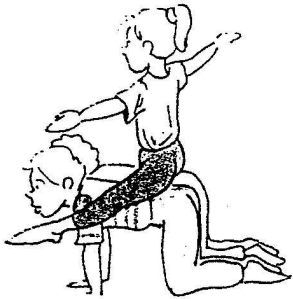
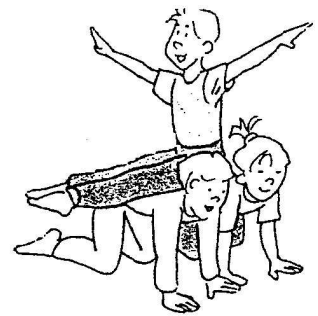
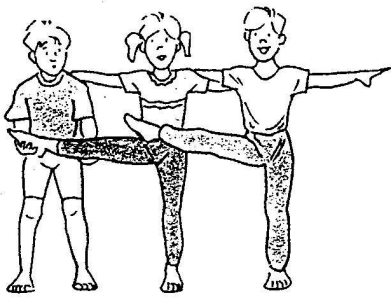
DUOS AVEC RENVERSEMENT



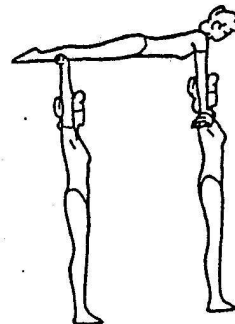
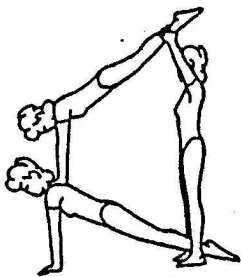
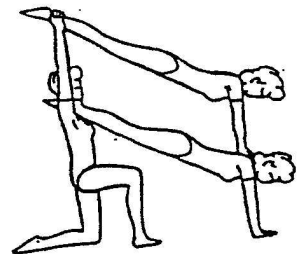
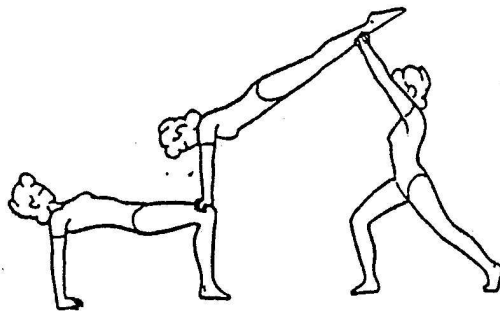
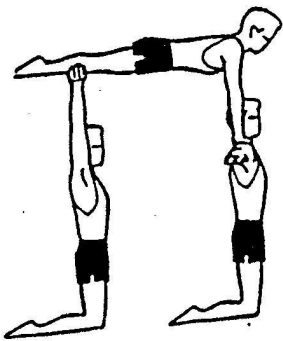
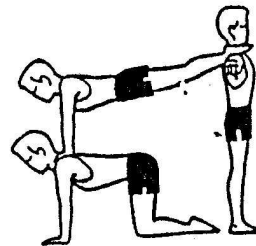
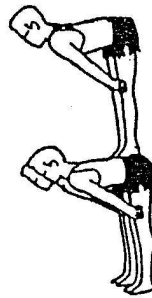
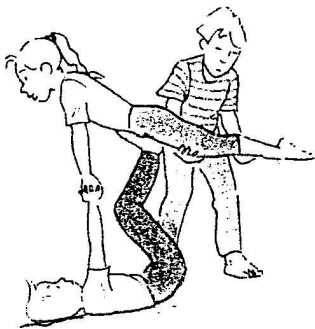
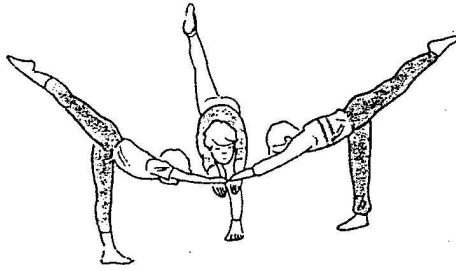
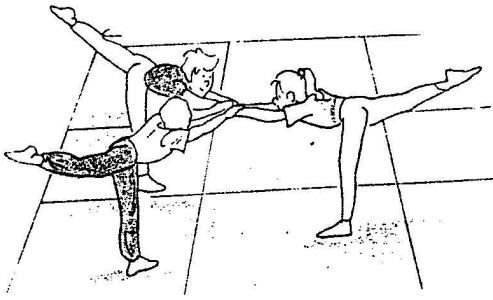
DUOS AVEC RENVERSEMENT



TRIOS



TRIOS AVEC RENVERSEMENT



PYRAMIDES DYNAMIQUES

DUOS ET TRIOS

