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

ACROSPORT

au

Cycle I

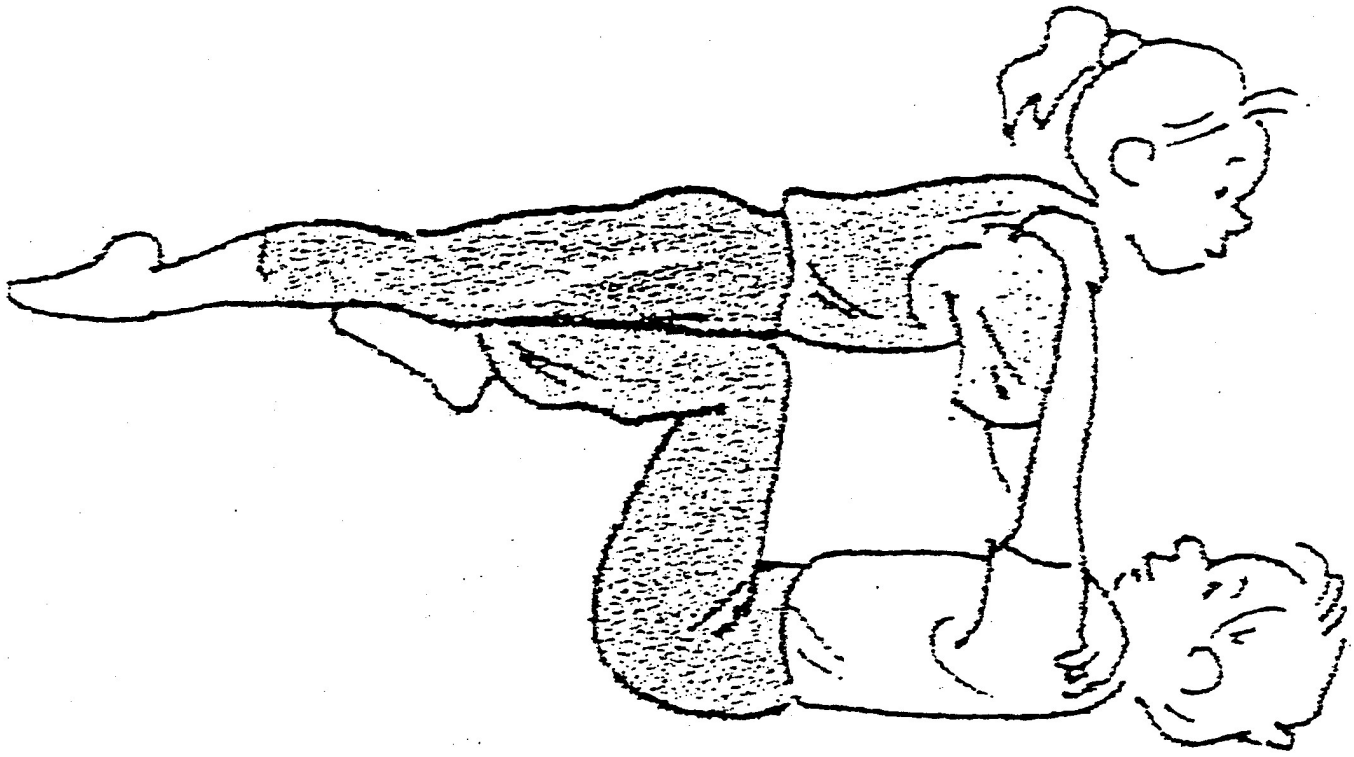
Delphine BERTHUET
Françoise AVEDISSIAN

Rencontre Acrosport
Cycle I

Le travail préalable en classe consiste à **faire découvrir aux élèves l'activité Acrosport** au travers de la recherche d'équilibre (statues, acrochaise), du repérage du schéma corporel dans l'espace (se positionner à partir d'un dessin ou en fonction de l'autre, porteur ou voltigeur) et de la réalisation de pyramides simples en duo.

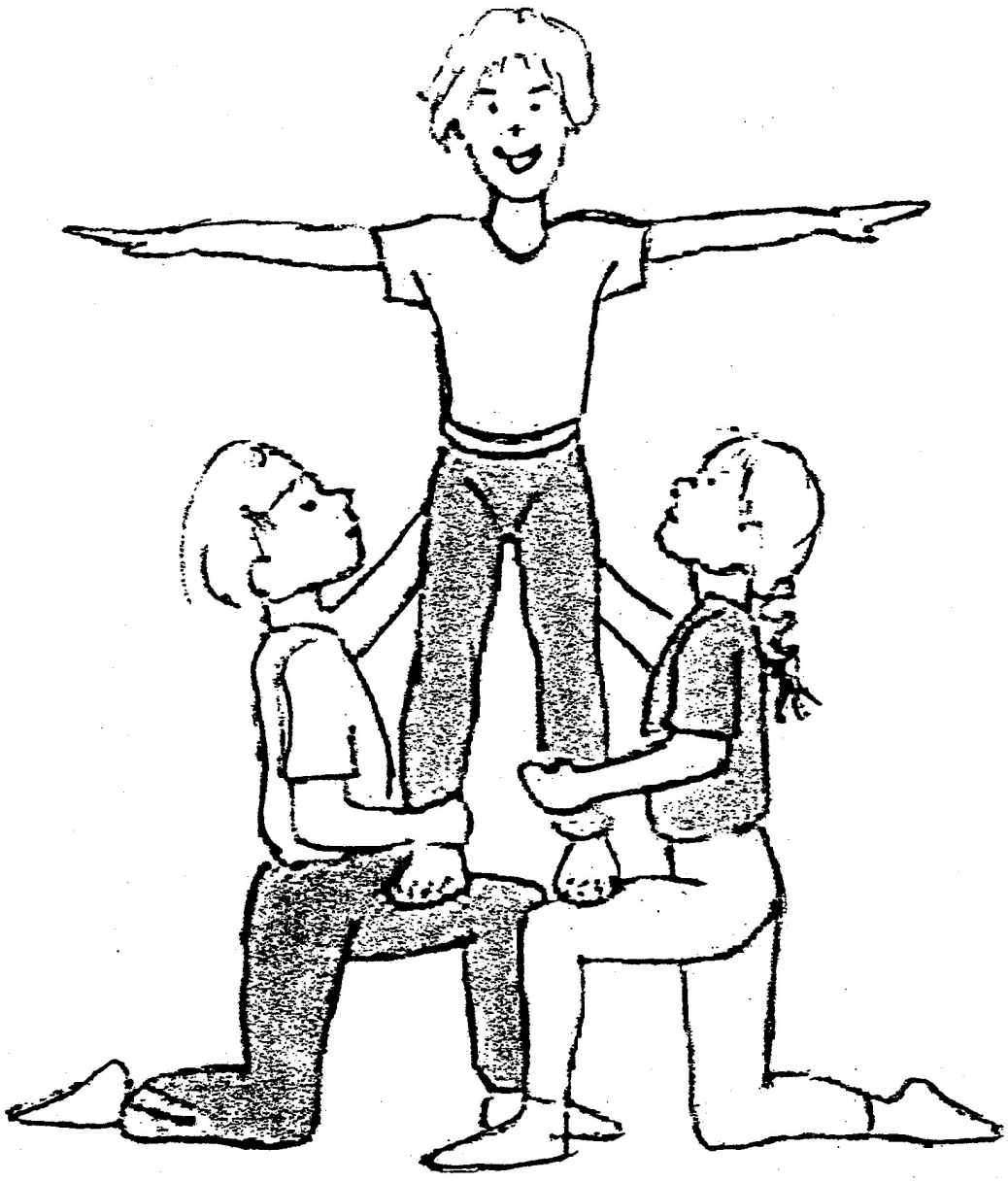
Les élèves de cycle I n'ont pas d'enchaînement d'acrosport à préparer et à présenter pour la rencontre.

Le jour de la rencontre, les élèves de cycle I participeront à une séance d'Acrosport animée par un conseiller pédagogique EPS.



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.



LA SECURITE EN ACROSPORT

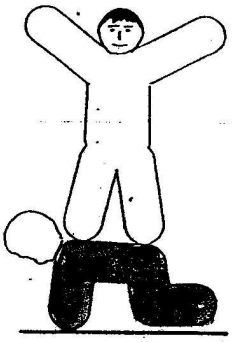
Les règles d'or

- 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**.

QUE DOIT APPRENDRE L'ELEVE AU CYCLE I ?

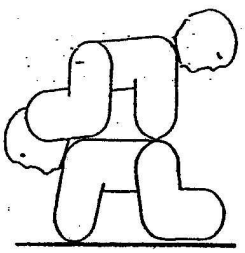
SAVOIRS A CONSTRUIRE

➢ Habiletés motrices :



- Augmenter la quantité et la variété des actions : se lever, se coucher, rouler, s'accroupir, s'agenouiller, s'immobiliser, s'équilibrer, se déplacer…
- Produire une grande diversité de déplacements, de positions
- Augmenter ou diminuer le nombre d'appuis au sol
- S'immobiliser en acrobate seul, à 2 voire à 3.

➢ Méthodes



- Fixer son attention, se concentrer pour réaliser une action devant les autres
- Oser se montrer
- Mémoriser une position corporelle après avoir lu une image.

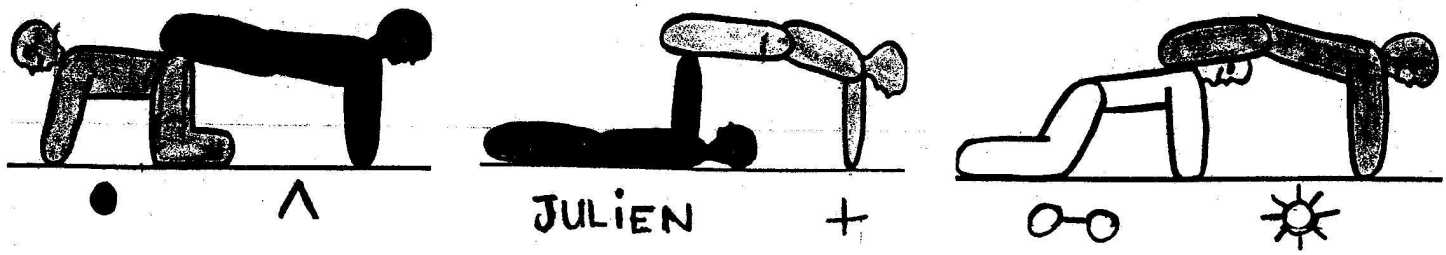
➢ Attitudes et motivation

- Construire son autonomie
- Coopérer, établir des relations
- Vivre des expressions originales, source d'émotion, de plaisir, d'intérêt

➢ Notions et connaissances

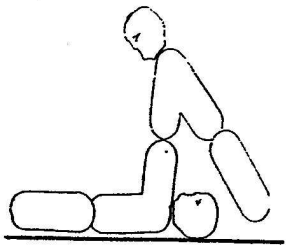
- Découvrir son corps dans sa globalité et repérer ses différentes parties
- Savoir nommer les différentes parties corporelles
- Structuration spatiale

Attention ! Au cycle I, pour des raisons de tonicité, il peut être préférable que le porteur se mette en boule plutôt qu'à quatre pattes.



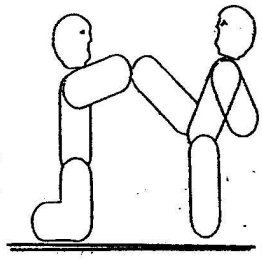
L'ACROSPORT AU CYCLE I

Les activités de cirque :



- Découverte de ses possibilités corporelles
- Apprendre à mettre en jeu son corps tout entier
- Donner à l'enfant des occasions de prendre des repères dans l'espace pou réussir ses actions.

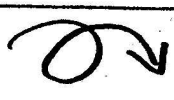
Les compétences de l'élève :

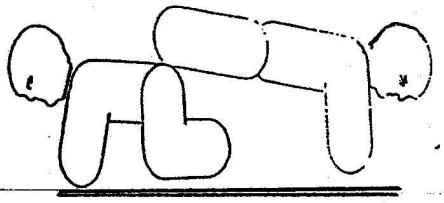


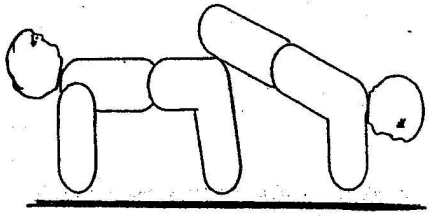
- Connaîte son corps et manifester de l'aisance corporelle.
- Coopérer, établir des relations de plus en plus nombreuses, socialisation.
- Elaborer un répertoire aussi large que possible d'actions élémentaires.
- Se repérer dans l'espace.
- Comprendre et mettre en œuvre des codes, des règles.

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

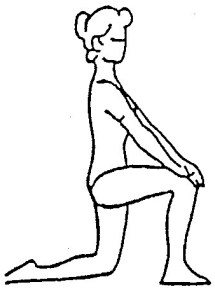
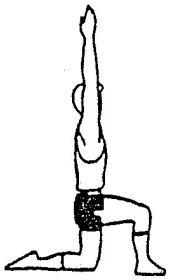
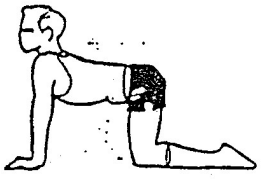
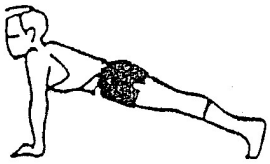
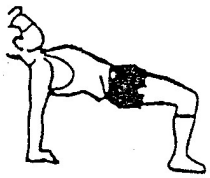
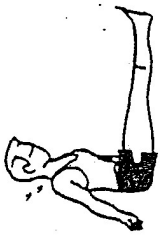
- reproduire une posture
- S'immobiliser dans une position choisie
- Trouver les différents appuis pour tenir une position
- Faire un projet d'action à court terme.

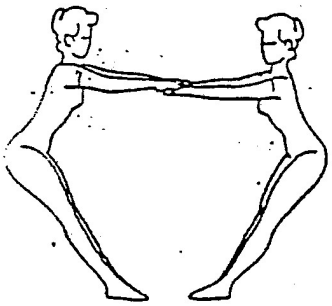
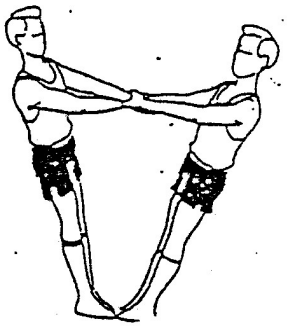
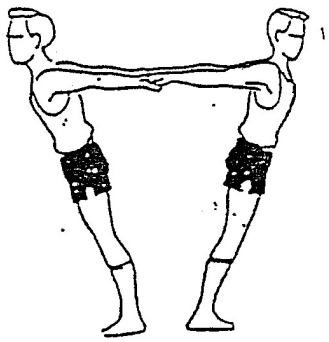
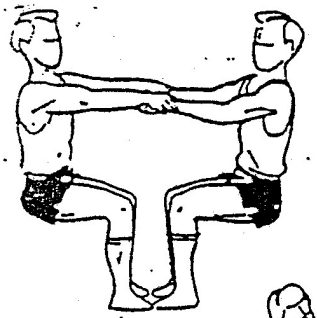
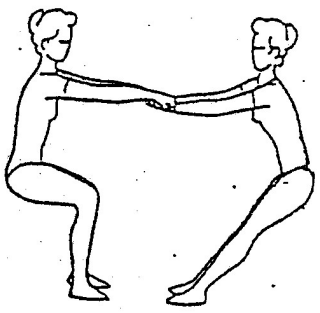
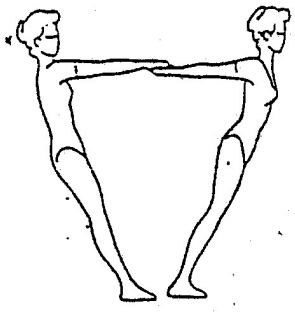
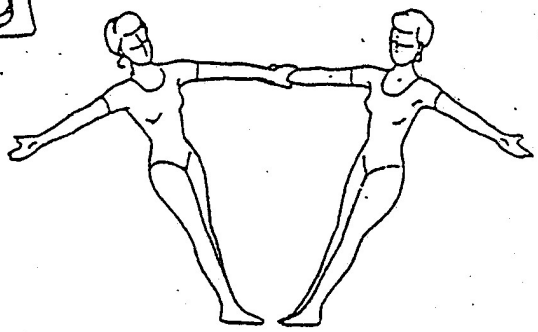
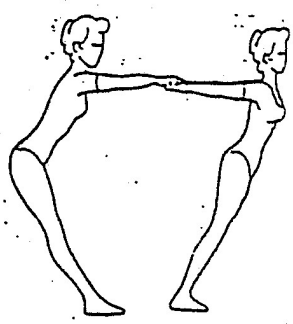
		
ADRIEN ^		
MANON ●		
CHARLOTTE	X	X
JENNIFER +	+	+
ADRIEN o–o		



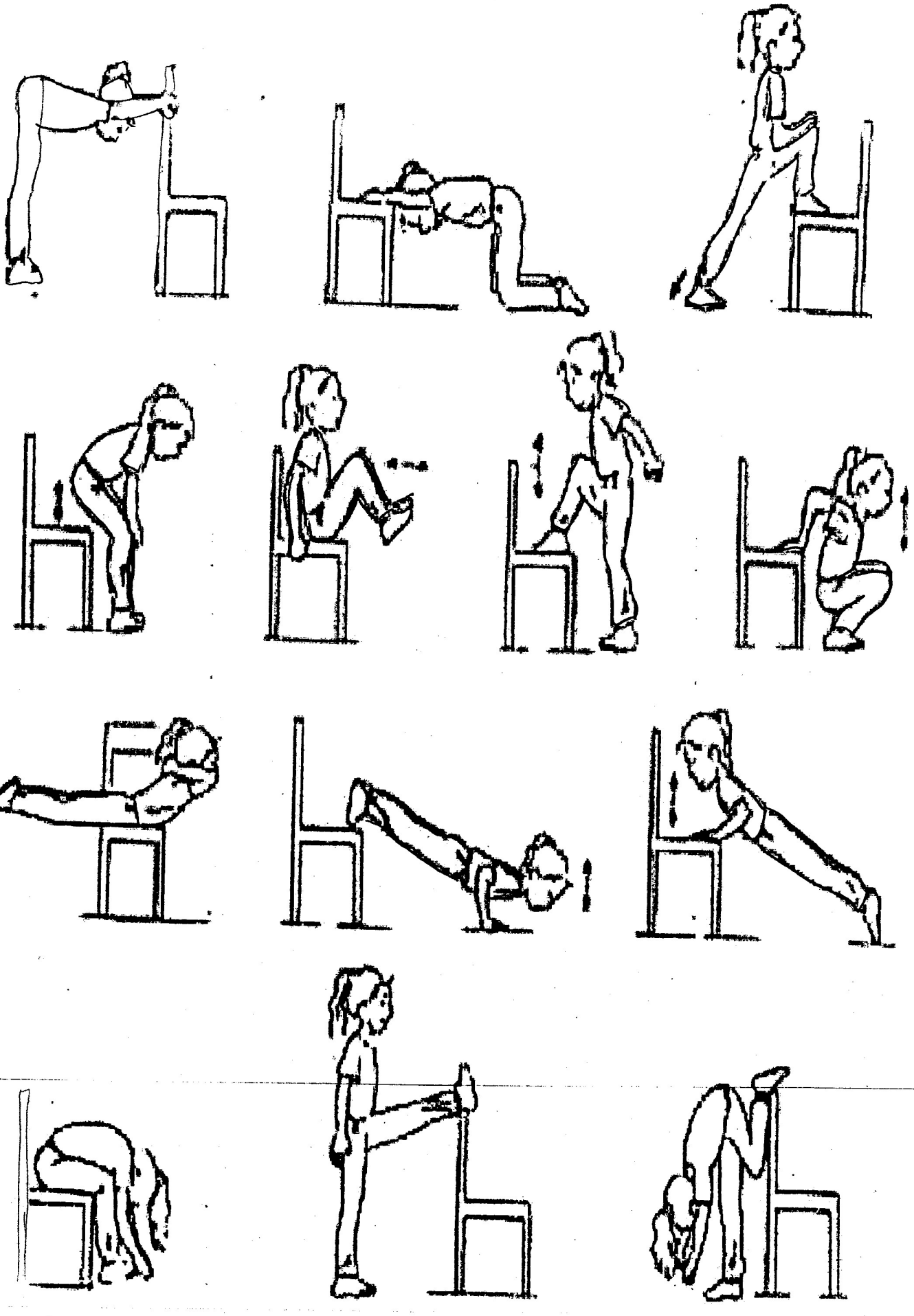


ECHAUFFEMENT

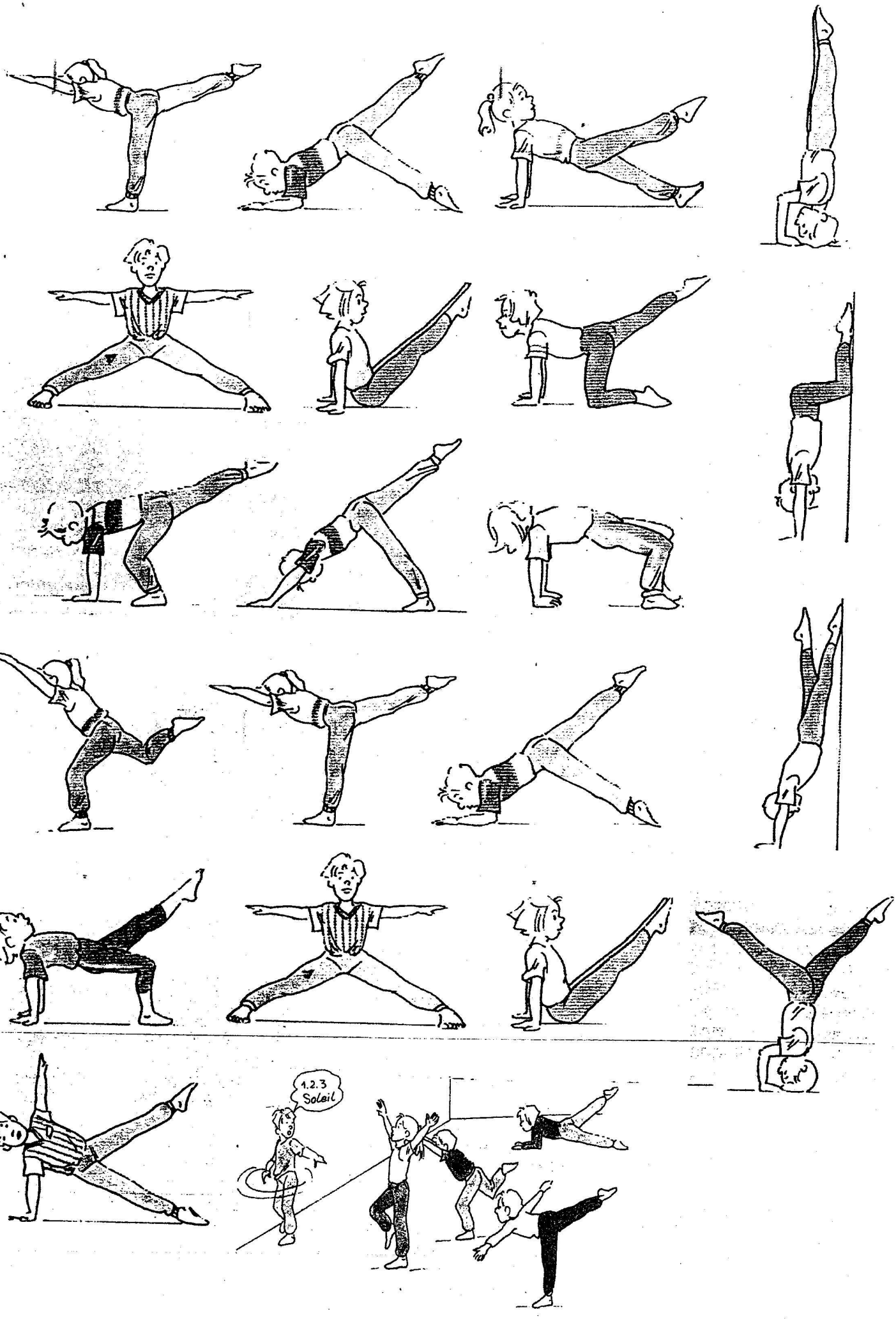







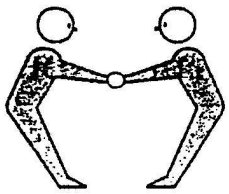
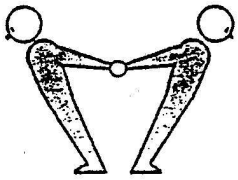
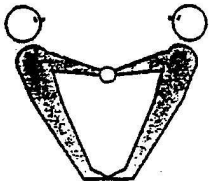
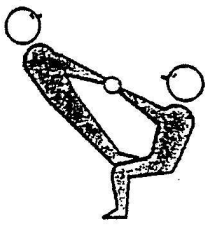
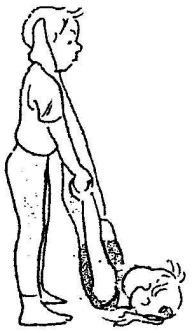
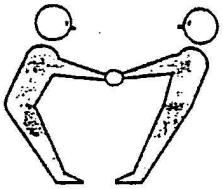
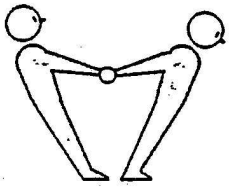
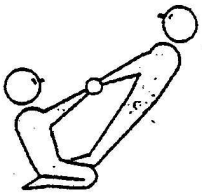
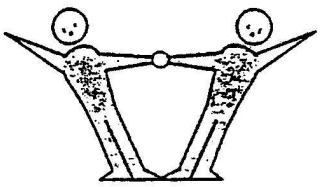
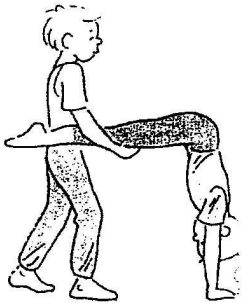
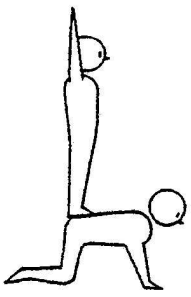
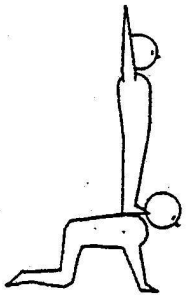
Acrochaise en solo

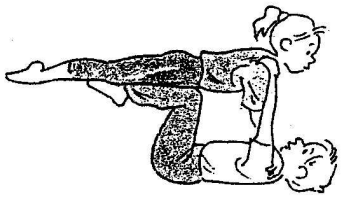
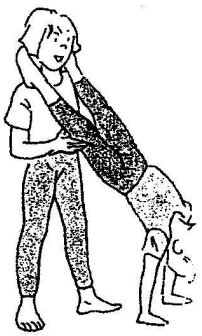
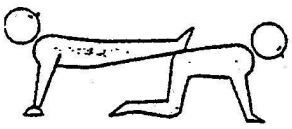
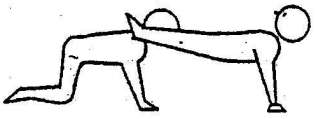


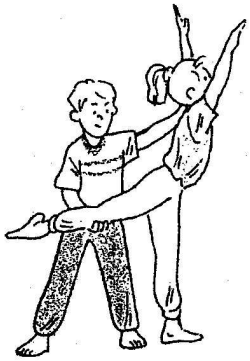
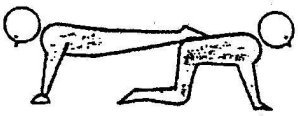
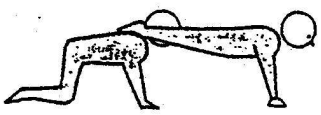
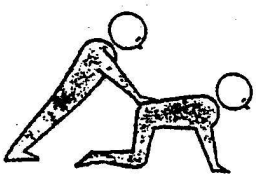
Figures en solo : les statues

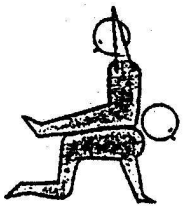
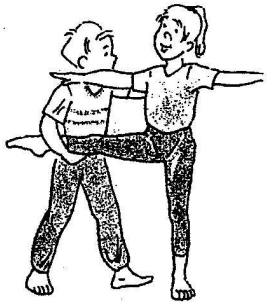
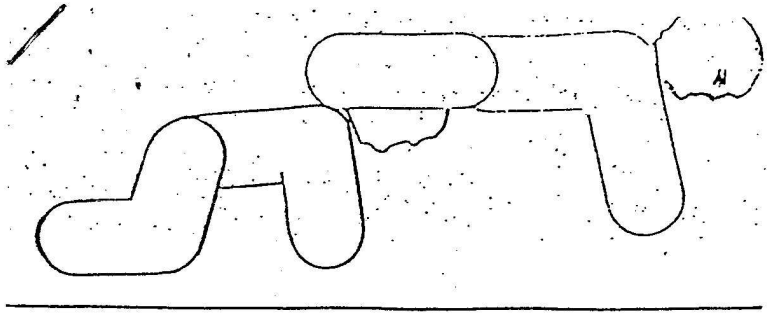
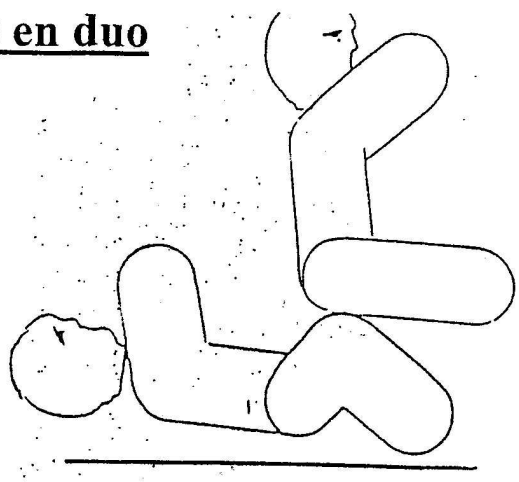
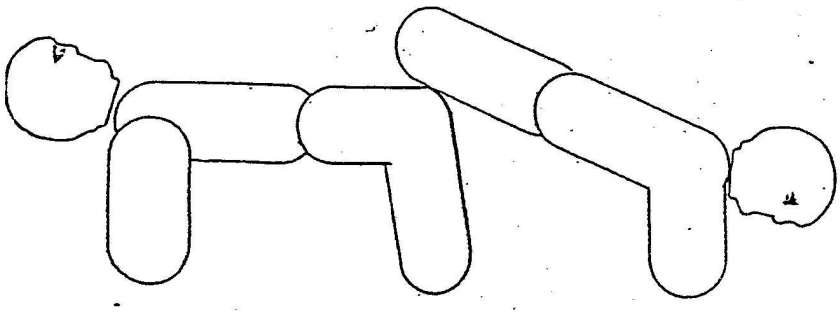
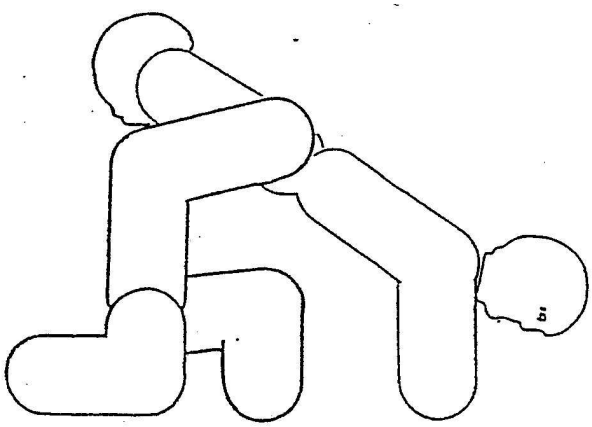
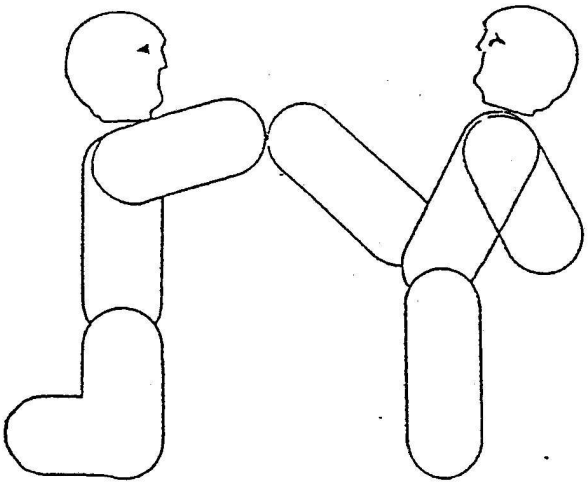
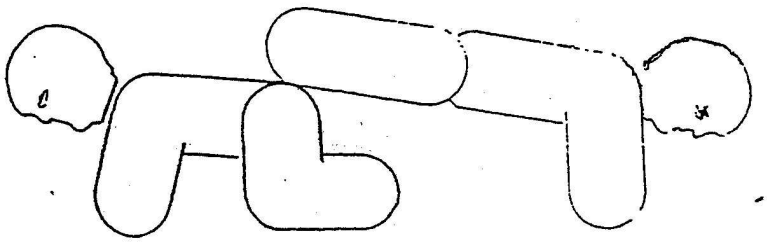
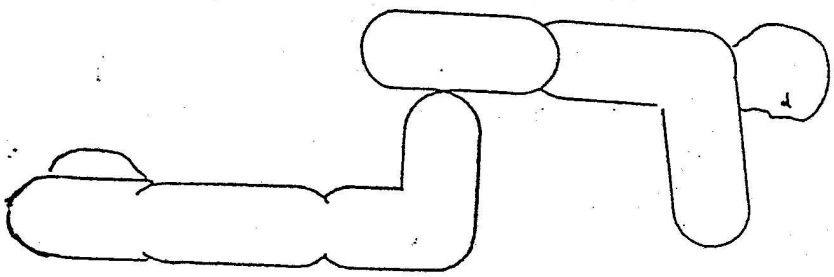
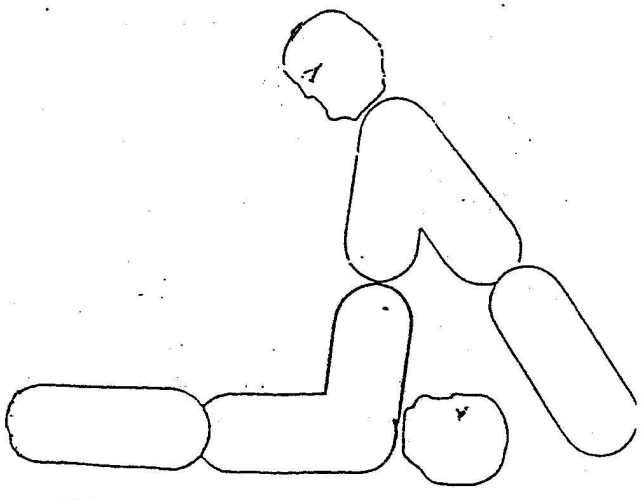


Figures en duo




Figures en duo