

Cycle 3

Concevoir et réaliser des actions à visées expressive, artistique et esthétique :



ACROSPORT

Document réalisé par le groupe Action Recherche Innovation Pédagogique Compétence 4 Acrosport 2012/2013

Conseillers pédagogiques en EPS DSDEN du Rhône

Recommandations :

Il est déconseillé d'enseigner cette activité au cycle 2, car des pré-requis au niveau de la perception du corps, de la référence posturale, de la tonicité générale, de la solidité et de la stabilité des appuis des bras sont nécessaires. Or, ces éléments ne sont pas totalement construits au cycle 2. De plus, les élèves jeunes présentent une certaine fragilité dorsale et ligamentaire à laquelle il faut prêter attention.

Il est préférable d'avoir, au préalable, développé et enrichi le répertoire de base gymnique dans un module au cycle 2 et d'avoir construit un rapport à l'autre attentif, un rapport aux règles relativement autonome.

¹ Certaines représentations des figures sont issues des documents sitographiques : rencontres USEP I EN sport et santé 2008 Montluçon, acrosport cycle 3 IA 06, site de l'IA du Maine et Loire acrosport cycle3 septembre 2008

CONSTRUIRE ET REALISER COLLECTIVEMENT UN ENCHAINEMENT EN ACROSPORT AVEC :

3 ou 4 figures



MAITRISEES, EN SECURITE sans prise de hauteur

Des critères de maîtrise :

- Le montage et démontage fluides
- La stabilité assurée 3s

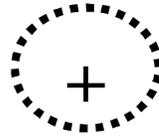
Des déplacements, des sauts, des positions d'équilibre



MAITRISES

Des critères de maîtrise :

- Saut équilibré
- Arrivée stabilisée
- Position d'équilibre tenue 3 s



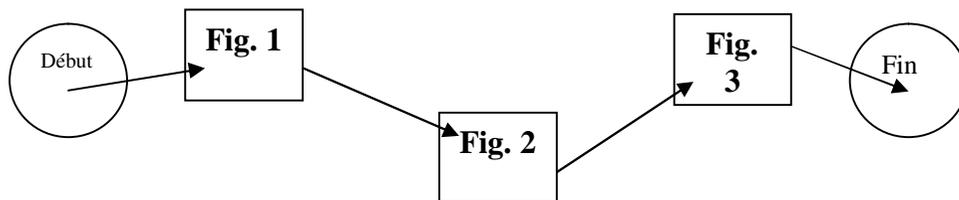
UN DEBUT ET UNE FIN MARQUES



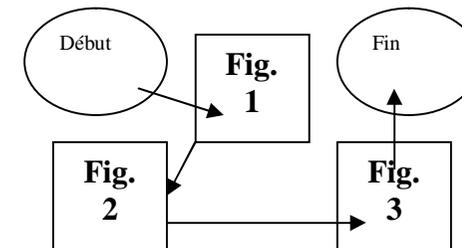
UN EFFET ESTHETIQUE/JUGES-OBSERVATEURS

- Des critères de maîtrise
- Des critères « coup de cœur » originalité

Exemples de dispositif



OU



LA COMPETENCE ATTENDUE EN ACROSPORT EN FIN DE CYCLE 3 :

L'élève sera capable de : concevoir et réaliser collectivement un enchaînement comportant des figures (3 ou 4) et des déplacements, avec l'intention de créer un effet esthétique. Cette réalisation sera effectuée dans un espace d'évolution délimité et orienté, appréciée par des juges et des spectateurs avertis et respectueux.

Les figures devront être stables, adaptées aux ressources de chacun et répondre aux conditions de sécurité notamment dans leur montage et démontage. Le préalable à toute activité est de mettre en place les conditions pour construire « l'agir en sécurité ».

Seront privilégiés :

L'AGIR EN SECURITE pour soi et les autres :

- Les règles de sécurité sont travaillées, connues et appliquées¹
- L'échauffement est réalisé sérieusement
- La concentration est exigée dès le départ d'une figure et/ou de l'enchaînement
- La maîtrise des figures sera recherchée plutôt que leur difficulté, **sans prise de hauteur et sans « porter » dangereux, en faisant attention au placement des élèves dans les figures**
- L'apprentissage des différents rôles, la mise en en place d'un code des droits et des devoirs, le climat respectueux entre les élèves sont à construire en début de module.

L'ASPECT ESTHETIQUE PLUTÔT QU'ACROBATIQUE :

- Les élèves doivent rechercher, à partir d'un cadre imposé par l'enseignant, des figures plutôt que de reproduire des modèles,²

¹ Voir les connaissances, attitudes et capacités qu'il faut apprendre pour agir en sécurité pages 7, 8

² Voir Comment aider les élèves à créer des figures page 16

- Le travail et l'utilisation des déplacements variés permettant la liaison entre les figures sont recherchés plutôt que le travail statique de montage et démontage des figures
- La présentation de l'enchaînement se fait dans un cadre rigoureux : début et fin immobiles, élèves concentrés du début à la fin
- L'appréciation des figures et de l'enchaînement se fait par rapport à la qualité de réalisation et l'originalité plutôt que sur la difficulté et la recherche de hauteur
- Le travail sur le regard, des juges et des spectateurs, se met en place de façon simultanée
- La construction et l'utilisation d'un répertoire des « trouvailles » commun à la classe, les fiches de suivi par groupe constituent les traces nécessaires à l'acquisition de la compétence et à la construction d'un projet artistique.

LA SITUATION DE BILAN POUR VALIDER LA COMPETENCE

Un enchaînement de 3 ou 4 gymnastes avec :

- Un début et une fin marqués, pendant lesquels les élèves sont immobiles
- Trois figures en TRIO ou QUATUOR dans 3 espaces imposés différents, des déplacements choisis par les élèves et différents d'un espace à l'autre.

Les figures doivent comporter au moins un voltigeur à chaque fois. Elles sont choisies parmi les figures proposées au cours du module ou trouvées par le groupe.

- Un fond musical est possible

Des juges : 2 séries de 3 juges pour chaque trio ou quatuor, le reste de la classe constitue les spectateurs

Il ne doit pas y avoir de spécialisation dans les rôles : les élèves doivent tourner sur chacun des rôles : porteur, voltigeur, assureur, juge.

L'ordre de passage peut être tiré au sort ou imposé par l'enseignant. Les élèves ne pourront pas choisir leur ordre de passage.

CE QU'IL Y A A APPRENDRE DE SPECIFIQUE EN ACROSPORT¹

<i>DES CAPACITES</i>	<i>DES CONNAISSANCES</i>	<i>DES ATTITUDES</i>
<p>Capacités motrices et perceptives pour assurer la maîtrise des figures et réaliser une parade efficace</p> <ul style="list-style-type: none"> • Savoir s'équilibrer et se rééquilibrer <ul style="list-style-type: none"> - Construire une posture maîtrisée - Construire des appuis solides et verrouillés - Construire une figure à plusieurs (agir en synergie) • Savoir descendre <ul style="list-style-type: none"> - Communiquer pour agir avec mes partenaires - Se construire une conduite de réchappe • Savoir parer • Savoir se préparer : s'échauffer progressivement et avec sérieux 	<p>L'élève devra connaître :</p> <ul style="list-style-type: none"> - les règles de sécurité et de placement (montage, démontage) - les droits et devoirs de chaque rôle² - l'ensemble des figures travaillées et/ou répertoriées - les critères de réussite et de réalisation des figures et/ou de l'enchaînement - l'échauffement spécifique à cette activité <p>L'élève devra savoir :</p> <ul style="list-style-type: none"> - apprécier un déplacement original, une figure particulière, un déplacement original, un moment fort de la présentation. 	<p>L'élève devra savoir :</p> <ul style="list-style-type: none"> - se concentrer et le rester - s'inscrire et construire un projet collectif réaliste et maîtrisé par tous, dans une échéance donnée <p>L'élève devra accepter :</p> <ul style="list-style-type: none"> - la répétition, toujours en maintenant la vigilance sur sa sécurité et sur celle des autres - les différentes réalisations et productions - de regarder et d'être regardé - de se laisser surprendre par des productions originales, différentes, d'échanger différents points de vue.
<p>Capacités pour mener à bien un projet esthétique et artistique (Des apprentissages transversaux à cette compétence)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Savoir créer en inventant ou réorganisant des figures et des déplacements • Savoir agir en groupe pour mener un projet commun • Savoir composer un enchaînement : choisir en tenant compte de chacun • Savoir agir devant un groupe • Savoir regarder et juger 		

¹ Voir en annexe le tableau avec les contenus d'enseignement plus détaillés

² Voir en annexe le tableau des droits et devoirs de chacun

Ces capacités, connaissances et attitudes vont s'apprendre à travers des rôles différents

L'enseignant veillera à ce qu'il n'y ait aucune spécialisation dans les rôles de porteur, voltigeur et pareur, les élèves devront tourner sur ces trois rôles.

GYMNASTE :	PAREUR :	JUGE ET SPECTATEUR :
<p>Le gymnaste devra apprendre à :</p> <ul style="list-style-type: none"> - se connaître et connaître les conditions dans lesquelles il peut se risquer affectivement et corporellement sans prendre de risque objectif - maîtriser ses émotions : présence, concentration, - s'engager dans une démarche : recherche, expérimentation, répétition, choix, présentation - prendre en compte ses partenaires : choix adapté à tous <p><u>Le gymnaste sera :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> o porteur¹: est porteur l'élève capable de maintenir sa position en l'absence de tout autre partenaire, il assure la base. o voltigeur : est voltigeur l'élève qui ne peut maintenir sa position si on enlève le porteur. <p>Attention : nous avons choisi de garder les termes de « porteur et de voltigeur » en référence à la pratique culturelle mais nous attirons votre attention sur le fait qu'aucune prise de hauteur n'est autorisée. Il s'agit davantage d'appuis que de porters, d'équilibres que de voltige.</p>	<p>Le pareur est un acteur dans les apprentissages des porteurs et voltigeurs.</p> <p>Il doit apprendre :</p> <ul style="list-style-type: none"> - à aider au montage et démontage, - à aider le « voltigeur » à s'équilibrer, - à vérifier le respect des règles de sécurité passive et active, - à communiquer avec ses camarades, - à être concentré pour pouvoir anticiper. <p>Dans l'enchaînement, cette aide qui peut être apportée à certaines figures doit être intégrée à la présentation.</p>	<p>Le juge et le spectateur doivent apprendre à :</p> <ul style="list-style-type: none"> - évaluer les critères de réussite, - évaluer la maîtrise des figures, de l'enchaînement, - apprécier l'effet recherché. <p>Progressivement, les élèves apprennent à construire leur jugement à partir de critères collectifs²(portant sur l'ensemble du groupe) :</p> <ul style="list-style-type: none"> o <u>Des critères objectifs</u> : <ul style="list-style-type: none"> - concentration de tous les gymnastes - début et fin immobiles - des critères de maîtrise des figures : montage et démontage fluides, sans déséquilibre, figures stables tenues 3 s - maîtrise et diversité des déplacements o <u>Des critères plus subjectifs</u> «coup de cœur» : <p>L'appréciation d'une figure particulière, d'un déplacement, d'une maîtrise exceptionnelle, d'une image forte...</p>

¹ Exemple : un élève en appui bras sur les genoux de son camarade ne peut rester en l'air si on enlève le porteur en dessous de lui, il est donc bien voltigeur. Le porteur ne verra pas modifiée sa position, même si on lui enlève le voltigeur, il est donc bien porteur.

² Voir la l'exemple de la fiche d'évaluation en annexe

CONSTRUIRE UNE COMPETENCE A AGIR EN SECURITE EN ACROSPORT

SECURITE PASSIVE

Le rôle de l'enseignant

- Dispositif sécurisé
- Situations adaptées aux ressources des élèves
- Règles de sécurité et de fonctionnement explicites
- Echauffement des élèves
- Exigence de concentration
- Mise en place des droits et devoirs des gymnastes et des pareurs
- Affichage des consignes

Le rôle des élèves

Connaissance et respect des différentes règles et consignes

C'est en construisant cette compétence que l'élève sera plus autonome dans la gestion de ses ressources et de sa sécurité ainsi que celles des autres. Le rapport à l'autre en acrosport est intéressant car il y a interdépendance des élèves au niveau de la sécurité.

SECURITE ACTIVE

Ce que les élèves doivent apprendre

Une maîtrise corporelle :

- gainage, prise mains, verrouillage des articulations, repères dans l'espace et sur ses partenaires

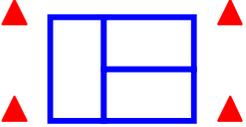
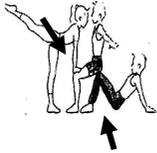
Des connaissances :

- du dispositif et du but, du résultat de son action
- de soi et de l'activité : appréciation de ses ressources et de celles de ses camarades, zones de fragilité, principes de montage et démontage

Des attitudes positives :

- oser faire
- respecter les règles
- se concentrer
- avoir le souci de la sécurité de l'autre. Cette relation à l'autre est importante et sera tout particulièrement travaillée à travers un code explicite
- se mettre en projet pour progresser
- apprendre à observer et à être observé

AGIR EN SECURITE ET ASSURER LA SECURITE DES AUTRES

DES PRINCIPES DE SECURITE A INSTALLER PAR L'ENSEIGNANT	DES SAVOIR FAIRE ET DES CONNAISSANCES, DES ATTITUDES
<p>Sur le dispositif :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mettre en place une surface d'évolution adaptée, suffisamment grande pour que personne ne risque de tomber sur un autre élève, sur un mur ou sur tout autre objet dangereux <ul style="list-style-type: none"> o Avoir 3 tapis (de type Sarneige) au moins par groupe de 3 ou 4. o Délimiter clairement les espaces : on travaille sur le tapis, on observe et juge hors de la zone de travail. o Espacer si possible les zones de travail. <div style="text-align: center;">  </div> <ul style="list-style-type: none"> - Faire enlever les bijoux, (grosse boucles d'oreilles, bracelets, montres, etc.), lunettes (si possible), tout ce qui peut blesser l'élève ou un de ses camarades. - Demander : <ul style="list-style-type: none"> o à ce que les cheveux soient attachés o une tenue de sport adaptée et propice au travail et à la parade (pantalons tenant à la taille avec tee-shirts rentrés) o à évoluer pieds nus, ou en kroumirs pour éviter de blesser (attention aux chaussettes qui peuvent glisser). 	<p>DES SAVOIR FAIRE :</p> <p><u>LA STABILITE ET LA SOLIDITE DES APPUIS :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> o le porteur : les cuisses et les bras sont verticaux (Bras tendus, épaules alignées, au dessus des appuis mains, articulations verrouillées) <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div> <ul style="list-style-type: none"> o le voltigeur doit impérativement se positionner à l'aplomb d'un alignement segmentaire, à la verticale des appuis solides du porteur qui constitue un « pilier » <div style="text-align: right;">  </div> <ul style="list-style-type: none"> o pour le porteur et le voltigeur, les appuis sont écartés ou décalés <div style="display: flex; justify-content: space-around;">    </div> <p><u>- LA SOLIDITE DES PRISES QUI ASSURENT LE LIEN ENTRE LES MEMBRES DE LA FIGURE</u></p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">  <div style="text-align: center;"> <p>Contrôle réciproque au niveau des poignets</p> </div>  <div style="text-align: center;"> <p>Prise à 4 mains</p> </div> </div> <p><u>- LE PLACEMENT DU DOS POUR LE PORTEUR</u></p> <ul style="list-style-type: none"> o Pour le porteur : privilégier dans un 1° temps le dos au sol, jambes fléchies <div style="text-align: right;">  </div>

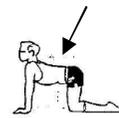
Sur les modalités pratiques :

- Signaler le début et la fin du travail.
- Construction progressive, **ETAPE PAR ETAPE**, des savoirs sécuritaires et des figures.
- Constituer les groupes.
- Changer les rôles porteur/voltigeur, ne pas laisser les porteurs trop longtemps.
- Privilégier le travail de l'équilibre plutôt qu'un travail en force.
- Mettre en évidence l'importance de la communication entre le porteur, le voltigeur, le pareur.
- L'enseignant doit réfléchir aux opérations de montage et de démontage, être très vigilant et réguler pour avoir un climat d'attention « sans se presser, en se concentrant ».

L'enseignant doit être vigilant, connaître et informer tous les élèves des zones de fragilité d'une figure.

ATTENTION : la séance ou le travail d'un groupe doivent être suspendus s'il y a pratique à risque, la classe est alors rassemblée afin de repreciser les consignes de sécurité.

- o Sentir le dos plat à l'inverse du dos creux



- o Comprendre et réaliser la rétroversion du bassin

- o Contracter les fesses et les abdominaux



-LE GAINAGE DU BASSIN, LA TONICITE, LA PRECISION DES APPUIS POUR LE VOLTIGEUR

-LE MONTAGE ET DEMONTAGE D'UNE FIGURE EN TOUTE SECURITE

- Ne débiter une figure que si l'on sait ce que l'on doit faire
- Echanger avant dans le groupe : « si nous montons cette figure, comment allons-nous la démonter ? Dans quel ordre et dans quelles directions ? Et si notre figure est instable qui fait quoi ? Qui va où ? »
- Débiter sur l'appui le plus solide
- Monter et descendre avec précaution comme un « chat », sans heurt et sans piétiner le porteur
- Descendre doucement sans sauter.

DES CONNAISSANCES

- o **Connaître et respecter les zones interdites** : colonne vertébrale, zones sans « pilier » de soutien, nuque.
- o **Connaître et savoir utiliser les principes de sécurité.**

DES ATTITUDES DE GYMNASTE ET DE PAREUR A ACQUERIR (à travailler en classe)

- DES REGLES A RESPECTER:

- Toute prise de hauteur est interdite.
- Ne jamais porter sur la colonne vertébrale.

- UN CODE DE CONDUITE A CONSTRUIRE ET A RESPECTER¹

¹ Voir page suivante

DES PRINCIPES

INSTALLER UN CLIMAT D'APPRENTISSAGE¹

FAIRE CONSTRUIRE PROGRESSIVEMENT LES FIGURES : ETAPE PAR ETAPE²

FAIRE QUE LES ELEVES CONNAISSENT ET UTILISENT LES CRITERES DE REUSSITE

FAIRE CONSTRUIRE ET FAIRE RESPECTER UN CODE DE CONDUITE³

FAIRE CONSTRUIRE UN REPERTOIRE COMMUN DE FIGURES TRAVAILLEES EN CLASSE ET AU GYMNASE

AMENER PROGRESSIVEMENT LES ELEVES DANS UN PROCESSUS DE CREATION⁴

¹ Voir les phases du module page 11 et les étapes de la séance page 14

² Voir page 14

³ Voir en annexe

⁴ Voir pages 17, 18, 19, 20

UN MODULE D'APPRENTISSAGE ORGANISE :

12 à 15 séances avec des séances en classe¹ avant et après la séance au gymnase

- Structuré en 4 phases



Une phase de découverte :

- Travail sur la sécurité passive et active : placement correct des porteurs et voltigeurs, compréhension et respect des règles
- Travail selon un schéma fixe (rituel) : une figure imposée (position du porteur et voltigeur) pour comprendre et mettre en œuvre les règles, puis une figure libre à chercher
- Apprentissage des rôles : droit et devoir des porteur, voltigeur, pareur
- Apprentissage de la parade : durant le montage et le démontage, pour veiller à la stabilité
- Travail par 3 : groupes constitués à l'avance par l'enseignant (prise en compte possible des affinités).

Une phase de référence pour fixer le cadre et les perspectives de travail :

La situation de référence :

Par groupe de 3, immobiles au début et à la fin, dans un espace orienté (3 tapis), réaliser le montage et démontage de deux ou trois figures choisies parmi celles travaillées précédemment. Les gymnastes devront changer de rôle au sein des figures (porteur, voltigeur, pareur).

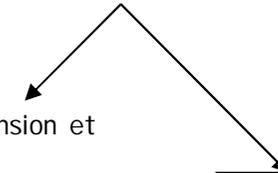
Des juges observateurs sont installés : la moitié des trios de la classe réalise leurs figures pendant que l'autre moitié observe (chaque trio est observé par un autre trio, le passage d'un seul groupe face à la classe est à éviter). C'est réussi si le début et la fin sont immobiles, si les figures sont stables et tenues pendant 3s.

Une phase de structuration EN DEUX TEMPS

- 1^{er} temps : travail sur des figures nouvelles : des TRIOS ou QUATUORS. Les groupes sont constitués à l'avance par l'enseignant. Ils peuvent cependant varier dans ce 1^{er} temps.
- 2^e temps : travail sur la composition de son enchaînement. Les groupes doivent alors rester stables.

Une phase de bilan² *

Présentation de l'enchaînement à l'ensemble de la classe.



En Classe

Préparer les séances

Fixer les règles et le code pour chacun

Utiliser, enrichir les traces de son activité au gymnase

Enrichir le répertoire des trouvailles

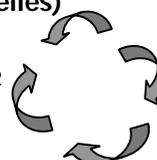
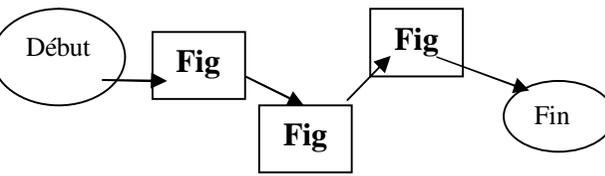
Fixer les projets

Faire le bilan ...

¹ Voir page suivante

² Voir situation bilan en début de document ou en annexe

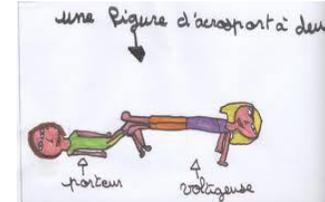
LE MODULE : DES OBJECTIFS ORGANISES DANS LE TEMPS

Phase de découverte	Phase de référence	Phase de structuration		Phase de bilan
<p>Installer et FAIRE RESPECTER les conditions d'une pratique en sécurité</p>	<p>Poser le cadre de référence : un enchaînement en trio avec un début et une fin immobiles, une figure <u>tenue stable</u>, dans un espace orienté, devant des juges – spectateurs.</p>	<p>Structurer les apprentissages :</p> <ul style="list-style-type: none"> - amener des contraintes pour créer des figures nouvelles - travailler des déplacements - composer un enchaînement <p align="center">  </p> <p>Expérimenter Répertorier Faire des choix, concevoir</p>		<p>Présenter un enchaînement en cherchant à créer un effet, devant un public averti avec :</p> <ul style="list-style-type: none"> - un début et une fin marqués - <u>3 figures maîtrisées stables</u> - dans 3 espaces différents liés par des déplacements
<p>FAIRE entrer dans l'activité : Réussite de tous¹ Grande quantité de pratique</p> <p>Poser le cadre de la communication : Espace, règles, <u>concentration</u> présence et rôles</p>	<p>Présenter et se mettre en projet</p>	<p align="center"><i>Démarche de création</i></p> <p align="center">1 OUTILLER (contraintes, figures nouvelles)</p> <p align="center">  </p> <p align="center">4 MONTRER 2 EXPERIMENTER</p> <p align="center">3 TRIER CHOISIR</p>	<p>Faire des choix, composer un enchaînement</p> <p align="center">  </p> <p align="center">Présenter, partager</p>	
<p><i>L'élève doit connaître : le dispositif, le but, les critères de réussite (début, fin stabilité de la figure)</i></p>		<p><i>L'élève doit connaître : le dispositif, le but, les critères de réussite (des figures et des déplacements)</i></p>		
<p>Construire et garder des traces : répertoire des figures, photos, dessins, fiche de suivi</p> <p align="right">.....></p>				
<p>Construire et respecter un code de conduite et un code de sécurité mutuelle</p>				

¹ Voir comment aider les élèves à réaliser et créer des figures page 15

UN TEMPS DE TRAVAIL EN CLASSE INDISPENSABLE

- Présenter et afficher les règles de sécurité : montage/démontage, droits et devoirs de chacun
- Représenter les figures trouvées puis l'enchaînement choisi¹
- Repréciser explicitement les critères de réussite
- Construire un code de communication (culture commune de la classe) en reprenant les éléments travaillés au gymnase :
 - Faire un répertoire des trouvailles, des éléments travaillés communs à la classe
 - Travailler sur la précision du vocabulaire, s'approprier un vocabulaire spécifique :
 - verbes : être en équilibre, se déséquilibrer, s'appuyer, repousser-se repousser, porter, résister, s'immobiliser, être tonique, s'alléger.....,
 - adjectifs : lourd, léger, relâché, tonique, raide, fléchi, tendu
 - lexique spécifique : vocabulaire spatial, préciser les parties du corps, ce qu'est un appui, préciser les rôles et fonctions du porteur, voltigeur, pareur, préciser les figures, le répertoire, les trouvailles ...
- Faire des liens entre ce qui est agi en EPS et ce qui est attendu dans les compétences des autres domaines²



POUR :



Commenter, comparer, apprécier.....les prestations, les trouvailles.....

Expliquer les difficultés que l'on rencontre dans l'activité, commenter les actions réalisées.

Elaborer un projet : échanger, débattre, pour trier, choisir la construction d'une figure et d'un enchaînement

¹ Dessin pris sur le site de l'UFM de Créteil

² Voir les liens avec les autres compétences attendues du socle fin cycle 3, en annexe

DIFFERENTS TEMPS DANS LA SEANCE AU GYMNASE

Un temps d'ECHAUFFEMENT dirigé et systématique

En fin d'échauffement, un travail sur des déplacements variés : pas chassés, galopés, cloche pied, sauts, tours ... est à aborder pour enrichir les déplacements de l'enchaînement.

Un temps de RAPPEL par l'enseignant des règles pour pratiquer¹

- Zones de fragilité, zones interdites pour porter
- Des manières de se placer pour réaliser la figure
- Droits et devoirs des porteurs voltigeurs pareurs

Puis



Un temps de travail DIRIGE PAR L'ENSEIGNANT

Une ou deux figures imposées pour le voltigeur et le porteur pour construire le montage et démontage, assurer la stabilité (règles de placement, tenue du voltigeur nécessaires) et apprendre le rôle de pareur.

Les groupes sont sur un espace de travail (3 tapis pour 4). Il y a systématiquement changement de rôle dans les groupes. **Le début et la fin de l'activité sont donnés par l'enseignant.**

A la fin de ce temps, l'enseignant, avec les élèves, fait un RAPIDE bilan en lien avec les apprentissages visés : règles de sécurité, de fonctionnement, critères de réussite et de réalisation, difficultés éventuelles et leurs remédiations.

Un temps DE RECHERCHE par les élèves

A partir d'une position de porteur imposée, les élèves auront à chercher des figures pour le voltigeur. A partir de l'enchaînement de deux figures, introduire la recherche de déplacements pour lier les figures. A la fin de chaque temps de recherche, les élèves doivent noter sur une fiche individuelle ou collective, une ou deux trouvailles.

Un temps pour APPRENDRE A PRESENTER ET OBSERVER

Un groupe présente en fin de séance sa ou ses figures ou son enchaînement à un autre groupe qui en observe la maîtrise. C'est à partir de ces critères de réussite observés que les gymnastes vont pouvoir réguler leur production. La présentation devant la classe entière se fait en fin de module.

Puis en fin de module (3 dernières séances)



Un temps DE COMPOSITION. Les élèves auront, à partir de leur fiche et du répertoire collectif, à composer leur enchaînement. Chaque groupe d'élèves travaille dans un espace du gymnase avec trois tapis qu'il doit placer là où les figures seront effectuées.

L'enseignant guide les élèves d'abord sur le choix des figures, les aide à fixer un début et une fin et à organiser les déplacements. L'évolution de l'enchaînement sera notée sur une fiche.

¹ Affiche sécurité en annexe

COMMENT AIDER LES ELEVES A CONSTRUIRE ET CREER DES FIGURES EN ACROSPORT ?

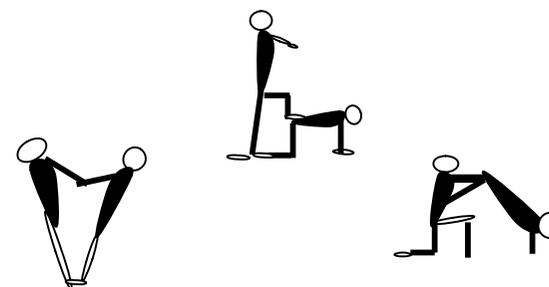
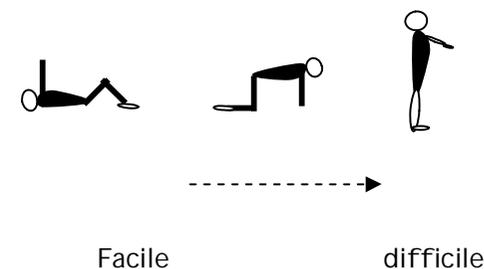
RAPPEL SECURITE :

- La prise de hauteur est interdite, les porters sur la colonne vertébrale sont interdits
- La construction des figures se fait étape par étape
- La maîtrise des figures est à privilégier par rapport à la hauteur. La maîtrise d'une figure s'observe à partir de la fluidité lors du montage et du démontage et de sa stabilité, tenue 3s.

ELEMENTS ESSENTIELS DE L'ACTIVITE

La diversité et la complexité des figures dépendent de 4 types de contraintes :

- **LE NOMBRE ET LA NATURE DES APPUIS AU SOL POUR LE PORTEUR**
 - Plus les appuis sont nombreux et/ou larges plus c'est facile d'être stable (Jambes en crochet, dos au sol est une position très stable)
 - Plus la surface des appuis est grande plus c'est facile d'être stable
- **LE NOMBRE ET LA NATURE DES APPUIS ENTRE PORTEUR ET VOLTIGEUR**
 - Plus le nombre et la surface des appuis sont importants, plus c'est facile
- **LA POSTURE DU VOLTIGEUR**
 - Le nombre d'appuis au sol
 - Une position plus ou moins renversée
- **EN EQUILIBRE COMPENSE OU NON** (2 déséquilibres aboutissent à un nouveau équilibre)



Ces 4 éléments peuvent se combiner dans les figures



CE CADRE DONNE DES CONTRAINTES A PARTIR DESQUELLES LES ELEVES PEUVENT CREER ET COMPLEXIFIER LES FIGURES

DES ETAPES DANS LA MISE EN ŒUVRE DE LA SEANCE

- 1° temps :

L'enseignant **IMPOSE UNE POSITION DU PORTEUR ET 1 A 2 FIGURES¹** pour permettre :

- Les apprentissages sécuritaires pour le porteur et voltigeur
- L'apprentissage du rôle de pareur
- La classification des figures et les axes de complexification.

- 2° temps :

EN GROUPE, **LES ELEVES CHERCHENT DES FIGURES**, à partir d'une seule contrainte donnée par l'enseignant²

- en diminuant le nombre d'appuis au sol
- en diminuant le nombre et la nature des appuis entre porteur et voltigeur
- avec une position plus ou moins renversée

La forme des figures est libre mais les figures doivent respecter les consignes.

En fonction du niveau des élèves, l'enseignant donne une consigne plus ou moins difficile.

FICHE PAR GROUPE POUR CREER DES FIGURES

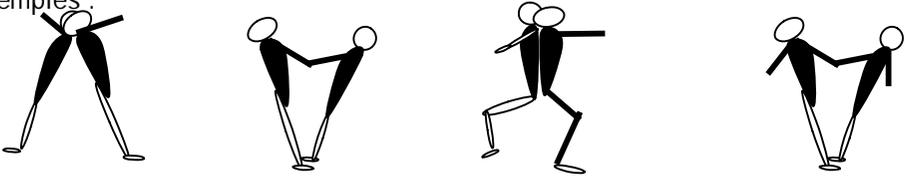
¹ Voir le tableau page suivante

² Ibid.

ATTENTION : ne donner qu'1 seule contrainte à la fois,

FIGURES DU PORTEUR ¹	Des exemples de figures imposées dans un premier temps	Figures à chercher pour le voltigeur		
		3 types de contraintes		
		En diminuant le nombre d'appuis au sol	En diminuant le nombre et la nature des appuis entre porteur et voltigeur	Avec une position plus ou moins renversée
1 	 			
2 	 			
3 	 			
4 	 			
5 	 			
6 	 			

¹ Figures issues du site de N. Roudneff

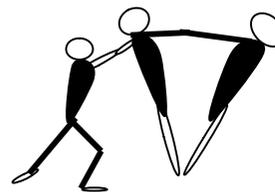
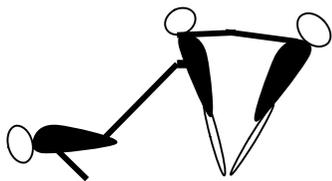
7				
8				
4° contrainte : des positions d'équilibres compensés		Des exemples : 		

Des exemples de TRIOS



Attention gainage et appuis bras nécessaires, difficile

Le preneur aide puis se met en place



COMMENT AIDER LES ELEVES A ENRICHIR LES DEPLACEMENTS ENTRE LES FIGURES ?

L'enseignant doit alimenter un répertoire de déplacements, de sauts, de positions d'équilibre ¹

Pour ce faire, il est préférable qu'il donne **des contraintes sur** :

- l'espace, le temps, les parties du corps mobilisées pour que les élèves cherchent et trouvent des formes de déplacements différentes
- le nombre d'appuis pied au sol à l'impulsion et à la réception pour que les élèves cherchent et trouvent des formes de sauts différents
- le nombre d'appuis au sol ou la position des bras pour que les élèves cherchent et trouvent des positions d'équilibre variées.



CE CADRE DONNE DES CONTRAINTES A PARTIR DESQUELLES LES ELEVES PEUVENT ENRICHIR LES DEPLACEMENTS

Exemple : chercher toutes les manières :

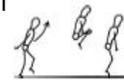
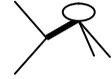
- de se déplacer d'une zone à l'autre
- de se déplacer en variant le rythme de déplacement
- de sauter 2 pieds-2 pieds, puis avec des tours, puis avec ou sans les bras, puis ensemble ou décalés ou avec un contact...
- de sauter d'un pied sur l'autre, avec ou sans les bras, avec ou sans tour en l'air...
- des figures d'équilibre sur un pied, sur 1/2 pointes, sur deux pieds, sur les fesses, sur les 3 appuis...

L'ENSEIGNANT DOIT INSISTER SUR :

- **Les critères de réussite :**
 - o le corps, dans le déplacement ou le saut, est équilibré,
 - o l'arrivée est stabilisée,
 - o la direction est contrôlée,
 - o la position tenue 3 s pour les figures d'équilibre.
- **La mise en commun** de ce qui est trouvé : répertoire des « trouvailles ».

¹ Voir tableau détaillé page suivante

QUELQUES ELEMENTS DE CONTRAINTES :

SE DEPLACER	SAUTER	FIGURES D'EQUILIBRE
<p>Espace</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vers le haut : en se grandissant - Vers le bas : accroupi - En AV, en AR - Sur le coté - En tournant <p>Temps</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vite/lent - Accélééré - Régulier <p>Partie corporelle mobilisée (à combiner avec l'espace et le temps)</p> <ul style="list-style-type: none"> - A genoux - A 4 pattes - Sur les mains et pieds (bonds de lapin) - Sur les fesses <p>En mobilisant les bras : mouvements haut bas, DV, DR, circulaire...</p> <div style="text-align: right;">   </div>	<p>Saut 2 pieds-2 pieds : saut extension vers le haut</p> <div style="text-align: right;">  </div> <p>Saut 1 pied-autre pied : saut enjambé, saut écart, saut gr</p> <div style="text-align: right;">   </div> <p>Saut 1 pied-même pied : cloche pied, saut extension vers le haut, appel réception même pied</p> <p>Saut 1 pied-2 pieds : saut assemblé par exemple</p> <p>Saut 2 pieds-1 pied : saut « sissone » par exemple</p> <p>En les combinant entre eux</p> <p>Avec un changement d'orientation : ¼tour, ½tour</p> <p>En utilisant ou non les bras</p>	<p>Sur les 2 pieds</p> <ul style="list-style-type: none"> - A plat - Sur ½ pointes - Avec les bras <p>Sur 1 pied</p> <ul style="list-style-type: none"> - A plat - Sur ½ pointes - Avec les bras <div style="text-align: right;">  </div> <p>Sur 3 appuis</p> <div style="text-align: right;">  </div> <p>Sur 2 appuis</p> <div style="text-align: right;">  </div> <p>Sur les fesses</p> <div style="text-align: right;">  </div> <p>Sur une partie du corps Chandelle</p> <div style="text-align: right;">  </div>

Des exemples pour mettre en œuvre ce travail de déplacement sont en annexe

L'ECHAUFFEMENT

L'échauffement permet la sollicitation progressive, par des situations simples et/ou des formes jouées, des grandes fonctions : cardiaque, respiratoire, musculaire, articulaire.

Il se termine par une remise en mémoire de la séance précédente et une présentation de la nouvelle.

L'échauffement présente deux avantages : faire entrer physiquement et psychologiquement l'élève dans l'activité et mettre en place les principes de mise en activité du corps qui deviendront progressivement nécessaires avec l'âge. Il peut durer 5 à 10 mn.

ATTENTION : l'échauffement des articulations, de la colonne vertébrale, les appuis mains, la tonicité en général EST RECOMMANDE pour une préparation à la pratique des activités gymniques et de l'acrosport.

PRINCIPES GENERAUX A RESPECTER :

- Il doit être dirigé par l'enseignant
- Être adapté à l'âge, les formes jouées sont à privilégier
- Aller du général au spécifique
- Être progressif en intensité et amplitude.

1. ACTIVATION CARDIO PULMONAIRE, SAS D'ENTREE EN EPS :

Courses variées entrecoupées de sauts variés, de tours variés, de phases d'immobilisation, de ruptures de coordination normale de la course (bras dans le dos, en l'air...), de centrations perceptives particulières (dérouler les pieds, insister sur appui pied droit ou gauche...)

Des déplacements avec consignes :

Sautillés, bondissements...



Trotter :

- en écrivant son prénom,
- en s'arrêtant sur un pied,
- en se suivant par 2, 3, 4,
- en s'asseyant et se relevant sans les mains,

- comme un nain, comme un géant une grenouille, un kangourou, une araignée ou un crabe...

Se déplacer

- avec des orientations différentes,
- avec des positions de bras différentes,
- dans des espaces qui se rétrécissent, qui tournent à angle droit en suivant les lignes au sol, dans un cercle, dans des chemins plus ou moins étroits, en ZIGZAG.

Jeu du chat perché

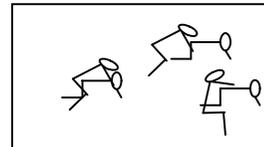
- courir en dispersion : se regrouper par 2, 3, se percher (sur une petite hauteur) sur 2 pieds, sur 1 pied,
- des élèves sont porteurs en duo, les autres élèves se promènent, au signal de l'enseignant, ils doivent tous se percher et rester perchés.

Variante : deux porteurs de moins que les portés, le porté sans porteur donne le signal



Jeu des statues « J'en rajoute un puis deux »

Dans un espace délimité, des socles attendent une statue



Se croiser à deux sur un chemin en marchant, à 4 pattes, en AR, sur le coté, de plus en plus étroit.

2. MOBILISATIONS ARTICULAIRES, PREPARATION MUSCULAIRE SPECIFIQUE :

Mobilisations articulaires :



Rotation des poignets et des épaules



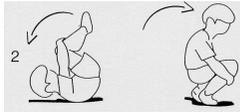
Rotation des chevilles

Mobilisation droite gauche de la tête, devant, derrière (éviter la rotation)

Exercices autour de l'enroulement vertébral :

- debout: enrouler vertèbre après vertèbre, aller poser les mains au sol et revenir

-culbuto,



revenir

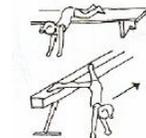
-culbuto : aller poser les genoux de chaque côté des oreilles

Exercices autour de la préparation des poignets, tenir sur des appuis solides

- 4 pattes sans mettre les genoux au sol



- Araignée en avant, en arrière
- Bonds de lapins au sol, en AV, en AR, en montant
- Saut part d'autre d'un banc



- Déplacement latéral en mettant les pieds sur 1 banc

3. PREPARATION MUSCULAIRE SPECIFIQUE : TONICITE GENERALE

Exercices autour du gainage et du placement du dos



Descendre ensemble poser les fesses au sol



- debout mains sur les hanches, jambes légèrement fléchies
- debout contre le mur
- dos au sol, jambes en crochets
- à 4 pattes

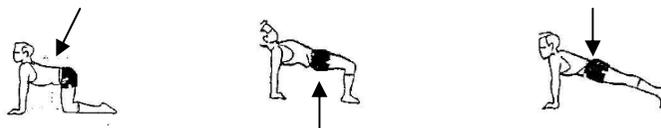


cuillère



RESSENTIR LA POSITION DU DOS

Dos plat, dos creux, dos rond

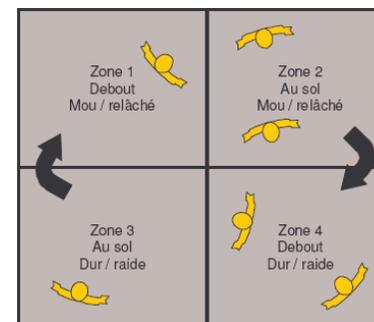


Exercices de tonicité générale

- Jeu des 4 zones ¹

- o Zone 1 : debout mou relâché
- o Zone 2 : au sol mou relâché
- o Zone 3 : au sol dur raide
- o Zone 4 debout dur raide

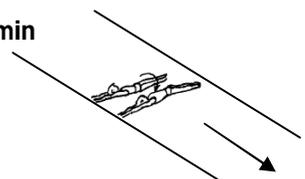
Au signal, respecter la consigne dans zone



- 1 2 3 soleil, avec des contraintes adaptées à l'activité,

Le meneur se retourne à soleil, les autres sont immobiles, celui qui est vu en train de bouger prend la place du meneur

- Rouler droit dans le chemin



- Jeu des statues

- Tenir sur ses fesses 5s



Fesses pieds

- Tenir en chandelle 5s



- Tenir sur un genou, une



main ou en planche, positions d'équilibre



planche

¹ Equipe EPS IUFM 49 2008

- **DES ACRO JEU** ¹

Comblent l'espace vide : à partir de deux positions de porteurs imposés ou tirés au sort, trouver une figure en trio

ABCDEDAIRE

- tirer une lettre de l'alphabet et la refaire B, H, T, A,
- écrire un mot
- le mot le plus long (groupes de 7 à 8)



J'en rajoute 1 puis 2

Des porteurs dans la salle



les voltigeurs en dispersion dans la salle, au signal un voltigeur vient prendre contact sur un porteur

Jeu des chaises musicales : les élèves d'un groupe prennent une posture, l'autre à l'arrêt de la musique vient compléter la figure

¹ Tony Froissart Enseigner l'Acrosport en milieu scolaire, au club, Les cahiers ACTI O

ANNEXES

Un code commun à construire : LES DROITS ET DEVOIRS

Des exemples :

- Affiche SECURITE
- Fiche évaluation de fin de module
- De mise en œuvre pour travailler, enrichir les déplacements

Les contenus d'enseignement spécifiques en acrosport : des capacités, des connaissances et des attitudes

Les liens avec les compétences attendues du socle fin cycle 3

UN CODE DE CONDUITE COMMUN : DES DROITS ET DEVOIRS POUR LES PORTEURS, VOLTIGEURS, PAREURS¹

	LES DEVOIRS	LES DROITS
POUR TOUS	<ol style="list-style-type: none"> 1. Etre concentré et attentif aux autres du début jusqu'à la fin de la production 2. Communiquer du début de construction de la figure jusqu'à l'immobilité à la fin du démontage, <u>au moindre signal d'alerte donné par 1 des 3, la figure est démontée</u> 3. Rester le plus tonique possible, gainé 4. Ne pas improviser 5. Prévoir une zone de réception en cas de chute de façon à éviter le porteur, une solution de réchappe 	<ul style="list-style-type: none"> - Exiger l'arrêt et le démontage de la figure si elle ne se construit pas correctement « stop on démonte » - Demander de l'aide
<p><i>En fonction des statuts</i></p> <p>LE PORTEUR :</p>	<p>Au départ de la figure : Se placer correctement :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Faire attention à la qualité de ses appuis (base de sustentation large, piliers corrects) - Avoir le dos placé et être gainé - Donner le signal de départ <p>Pendant :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Assurer une stabilité à l'ensemble de la figure - Communiquer avec mes camarades - Garder ma position stable jusqu'à la fin du démontage - <u>Ne pas bouger en cas d'affaissement d'une figure</u> 	<ul style="list-style-type: none"> - Exiger une aide ou une parade si le besoin s'en fait sentir - Refuser la construction d'une figure perçue comme trop difficile
LE VOLTIGEUR :	<p>Au départ de la figure :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Faire attention à la stabilité du porteur <i>et</i> à sa position en sécurité <p>Pendant</p> <ul style="list-style-type: none"> - Construire la figure « monter comme un chat : souple sans précipitation et sans à-coups » - Contrôler le démontage par étapes - Respecter les demandes ou ordres émanant du porteur 	
LE PAREUR	<ul style="list-style-type: none"> - Etre prêt à intervenir avant le début de la figure - Etre placé correctement afin de parer efficacement (je connais donc je fais les parades nécessaires) - Demander de l'aide si je ne sais plus ce que je dois faire 	<ul style="list-style-type: none"> - Refuser de parer une figure qui lui semble difficile à parer, interpeller l'enseignant

¹ A travailler en classe

EVALUATION DE LA COMPETENCE CYCLE 3, EN ACROSPORT.

Un exemple de fiche d'évaluation

Noms des gymnastes		Noms des juges <i>(3 juges : 2 juges pour les figures, 1 juge pour enchaînement)</i>		
Les gymnastes ont- ils tenu les 3 rôles : porteur, pareur, voltigeur		Oui	Non	
	Figures		Enchaînement	
Enchaînement	Montage démontage	Stabilité	Début fin	Éléments de liaison
	Fluides	Tenues 3 s	I dentifiés et marqués	Maîtrisés
Validation des 3 figures Entourez si c'est validé	Fig. 1	Fig. 1	Oui	Non
	Fig. 2	Fig. 2		
	Fig. 3	Fig. 3		
Coup de cœur : chaque juge attribue ou non son coup de cœur	 Expliquez votre choix			

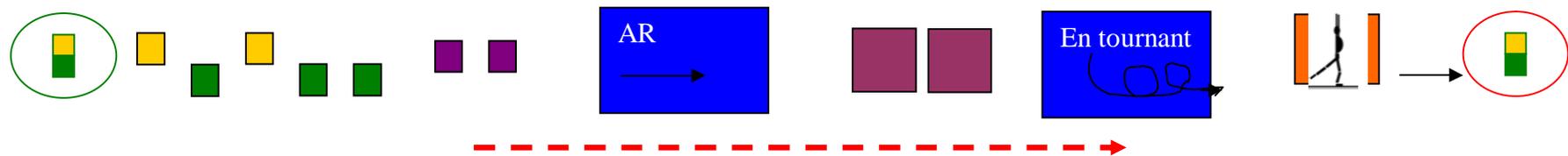
LE TRAVAIL DES DEPLACEMENTS : DES MISES EN ŒUVRE POSSIBLES

Les déplacements peuvent se travailler avec différentes mises en œuvre en fonction de la phase du module.

1. Les déplacements peuvent se travailler sous **forme de parcours**, en fin d'échauffement par exemple, avec des zones identifiées pour poser les appuis, le sens de déplacement, guider les réponses motrices.

Des exemples :

- 4 parcours identiques (faciles à installer et à faire installer mais demandent du matériel)
- 4 parcours avec une spécificité chacun : tourner, sauter, déplacements, AV, AR, lent, vite, accéléré, ..., déplacements et positions d'équilibre (plus longs à installer et à faire installer mais demandent moins de matériel)
- 4 parcours qui mixent les déplacements (idem ci-dessous) mais différents les uns des autres



DEBUT IMMOBILE 2 PIEDS, G, D, G, D, D, 2pieds, 2pieds, marche AR 1/2 tour, saut extension 2 pieds-2pieds, se déplacer en tournant sur soi, tenir une position d'équilibre 1 pied, FIN IMMOBILE 2 PIEDS.

2. Les déplacements peuvent se travailler **en classe entière en vague** dans le gymnase en fin d'échauffement.
3. Les déplacements peuvent se travailler **dans chaque groupe, avec des thèmes de recherche** (voir la fiche contraintes à donner aux élèves dans le document ci-dessus) différents chaque séance, noter les trouvailles et les mettre en commun.

AFFICHE SECURITE

CHACUN SAIT CE QU'IL A A FAIRE : RIEN N'EST IMPROVISE

MISE EN PLACE DES FIGURES

PORTEUR	VOLTIGEUR	PAREUR
<ul style="list-style-type: none"> • Stable, appuis écartés ou décalés • Bras et jambes solides et verrouillés • Dos plat • Donne le signal du début du montage 	<ul style="list-style-type: none"> • Prévoit ses appuis sur le porteur • Prévient le porteur et le pareur du début de son action 	<ul style="list-style-type: none"> • Se tient prêt au signal • Vérifie le placement de son porteur et voltigeur

MONTAGE ET DEMONTAGE DES FIGURES

PORTEUR	VOLTIGEUR	PAREUR
<p>Les 3 sont concentrés et toniques Les 3 COMMUNIQUENT à haute voix : <i>exemples « attention je monte, attention je suis en déséquilibre, attention je descends..... »</i></p>		
<ul style="list-style-type: none"> • Stable et prêt à assurer la stabilité • Bras et jambes porteurs solides et verrouillés • Dos plat 	<ul style="list-style-type: none"> • Prend appui avec précaution sur le porteur (comme un chat) • Sollicite l'aide du pareur • Met son 1° appui sur la zone la plus solide • Met des appuis sur une zone solide <u>AUCUN APPUI AU MILIEU DU DOS</u> • Assure ses appuis pour maintenir la stabilité • Quitte son appui sur le porteur en douceur (comme un chat) 	<ul style="list-style-type: none"> • Se tient <ul style="list-style-type: none"> ○ prêt à intervenir ○ proche de l'endroit fragile en dehors des « piliers » ○ pieds décalés pour amortir ○ stable

DES CONTENUS D'ENSEIGNEMENT SPECIFIQUES

DES CAPACITES

<p><i>Capacités motrices et perceptives pour assurer la maîtrise des figures (porteur et voltigeur) et réaliser une parade efficace</i></p> <p>SAVOIR S'ÉQUILIBRER ET SE REEQUILIBRER <i>c'est à dire assurer la stabilité de l'ensemble, tout au long de la figure ; le montage et le démontage doivent être précis et réalisés sans hésitation.</i></p> <p><u>Construire une posture maîtrisée</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Se gagner (fesses et ventre serrés, bassin fixé) - Se contrôler durant toute la figure, ne pas se relâcher trop tôt (rester gainé) - Augmenter la surface des appuis : garder son équilibre en déplaçant ses appuis/centre de gravité - Assurer la stabilité d'une position sur ses appuis - Aligner les segments - Se servir des bras équilibrateurs <p><u>Construire des appuis solides et verrouillés</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Verrouillage des articulations à l'aplomb des appuis tendus - Verrouillage des prises de mains (maîtrise des saisies) <p><u>Construire une figure à plusieurs (agir en synergie)</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Chercher l'équilibre des forces (contrepoids) par rapport à un axe de symétrie, être prêt à réguler et à compenser - Charger son poids en douceur sur la jambe d'appui et sur les endroits autorisés sur le porteur - Etre à l'écoute des tensions et rééquilibres des autres - Adopter un rythme collectif pour réaliser les figures <p>SAVOIR DESENCENDRE, CHUTER : SE CONSTRUIRE UNE CONDUITE DE RECHAPPE</p> <ul style="list-style-type: none"> - Anticiper les risques liés aux déséquilibres : je risque de chuter où par rapport à mon partenaire ? (informations visuelles et proprioceptives), être à l'écoute - Etre lucide pour chuter en s'éloignant des autres en cas de déséquilibre important - Fléchir les jambes pour amortir - Lâcher les prises mains 	<p><i>Capacités pour mener à bien un projet esthétique et artistique</i></p> <p>CAPACITE A CREER EN INVENTANT OU REORGANISANT LES FIGURES ET LES DEPLACEMENTS</p> <ul style="list-style-type: none"> - S'exercer à partir de figures travaillées et répertoriées - S'exercer pour trouver d'autres manières de faire : alimenter le répertoire des « trouvailles » <p>CAPACITE A AGIR EN GROUPE</p> <ul style="list-style-type: none"> - Prendre en compte les différences et utiliser les compétences de chacun - Maîtriser les réactions émotives - Aider et respecter les autres - Accepter les contacts <p>CAPACITE A COMPOSER, CHOISIR</p> <ul style="list-style-type: none"> - S'exercer pour pouvoir trier parmi les trouvailles ou les figures, celles qui créent le plus d'effet et que l'ensemble du groupe maîtrise - Recombiner <p>CAPACITE A COMMUNIQUER</p> <ul style="list-style-type: none"> - Etre précis dans mes gestes - S'engager sous le regard des
---	---



<p>SAVOIR PARER</p> <ul style="list-style-type: none"> - Les yeux sur les appuis, les mains sur les ceintures - Se placer et se déplacer pour assurer ses prises - Garder ses appuis écartés - Anticiper les croisements de mains ou/et de pieds en cas de rotation - Avoir vécu les figures pour les anticiper - Communiquer avec les gymnastes, donner des repères - Guider et modifier le mouvement des autres par la parole et le geste (appuis, dos...), savoir tenir fort pour rassurer et savoir relâcher sa prise progressivement pour donner de l'autonomie - Rappeler les points et moments cruciaux : je dois faire attention à quoi, regarder qui, vérifier quoi, à quel moment ? <p>SAVOIR SE PREPARER : ECHAUFFEMENT (SPECIFICITE)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Préparer son corps à agir - Développer les sensations kinesthésiques et proprioceptives - Se repérer dans l'espace et par rapport aux autres 	<p>autres</p> <ul style="list-style-type: none"> - Echanger écouter, proposer dans mon groupe <p>CAPACITE A REGARDER ET JUGER</p> <ul style="list-style-type: none"> - Reconnaître les critères de réussite et de réalisation - S'exercer à avoir un jugement avisé et bienveillant
<p>DES CONNAISSANCES</p> <p>INDISPENSABLES</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Des règles de sécurité et de placement (montage, démontage) - Des droits et devoirs de chaque rôle et statut - De l'échauffement - De l'ensemble des figures travaillées et ou répertoriées (critères de réalisation et de réussite) - Des dispositifs, but, résultat, critères de réussite et de réalisation - Savoir apprécier un déplacement original, une figure particulière, un moment fort (critères plus subjectifs : coup de cœur)
<p>DES ATTITUDES</p> <p>INDISPENSABLES</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Savoir se concentrer et le rester - Accepter la répétition, toujours en maintenant la vigilance sur sa sécurité et sur celle des autres - S'inscrire et construire un projet collectif réaliste et maîtrisé par tous, dans une échéance donnée - Accepter de regarder et d'être regardé - Accepter de se laisser surprendre - Accepter la différence

Maîtrise de la langue

- Identifier immédiatement les mots outils les plus fréquents, les mots usuels des activités de la classe et du vocabulaire acquis dans le cadre des différents domaines du cycle 3.
- Lire seul une consigne usuelle et effectuer la tâche demandée.
- Rédiger un texte bref écrit dans une langue correcte (organisation des phrases, orthographe, conjugaison des verbes).
- Participer à un dialogue, à un débat : prendre en compte les propos des autres, expliquer son point de vue, rester dans le propos de l'échange.
- Rendre compte d'un travail individuel ou collectif.
- Lecture d'une image, d'une photographie, des figures du répertoire : légender les images, décrire une position et être compris d'un tiers.

Les principaux éléments de mathématiques et la culture scientifique et technologique

- Réaliser, manipuler, mesurer, calculer, appliquer des consignes...
- Rédiger une fiche, noter ses observations, rendre compte des résultats...
- Utiliser une fiche d'observation en tenant compte des différents observables...

Le fonctionnement du corps humain et l'éducation à la santé

- Le fonctionnement des articulations et des muscles : faire le point sur les différentes parties du corps, indiquer la place des différentes parties du corps/squelette, du fonctionnement des articulations, de la tonicité musculaire, du rôle des organes des sens...
- Distinguer la combinaison de mouvements élémentaires comme la flexion et l'extension
- Le principe et l'utilité de l'échauffement, les bienfaits de l'activité physique, de l'hygiène corporelle...

La maîtrise des techniques usuelles de l'information et de la communication

- Créer, produire, traiter, exploiter des données, organiser dans un même document, textes et images, réaliser un diaporama pour présenter les figures réalisées par les élèves grâce à un texte court et la photo de la figure.
- S'informer, se documenter, trouver sur Internet des informations concernant l'acrosport.

La culture humaniste

- Maîtriser quelques éléments des langages artistiques au service d'une expression collective ; écouter, observer et décrire une présentation avec des critères objectifs et subjectifs de jugement.
- Comprendre la nécessité de la formation d'un spectateur et construire la capacité à partager une image, un effet et se laisser surprendre.
- Mettre en relation sa pratique et la pratique culturelle de référence, la culture gymnique.

Les compétences sociales et civiques

- Connaître les risques liés à la pratique de l'acrosport.
- Respecter les règles liées à la pratique de l'acrosport.
- Comprendre l'importance du respect mutuel : prendre en compte la sécurité des autres, ses émotions, ses ressources pour construire un projet en acrosport, pour apprécier la production des autres.
- Dans le cadre du travail et de la construction des figures et de l'enchaînement, participer à des actions et à des projets collectifs, travailler en équipe
 - aider les autres
 - savoir écouter et communiquer
 - prendre des initiatives
- Savoir exprimer son point de vue dans son groupe de travail.

L'autonomie et l'initiative

- Savoir organiser son travail : planifier, anticiper, rechercher et sélectionner des informations utiles pour réussir le projet collectif participer à l'élaboration du répertoire, de fiches de travail du groupe, demander de l'aide si l'on n'a pas compris.
- Apprendre à agir en sécurité en acrosport
 - Connaître les règles de sécurité
 - Avoir conscience de ses ressources et de ses limites
 - Identifier certains effets de l'effort physique sur le corps, principalement percevoir la fatigue physique dans l'élaboration des figures
 - Apprendre à doser son effort
- Exercer sa curiosité et explorer différentes formes de créativité : chercher des trouvailles, des images fortes, des effets de surprise,..., apprendre à les recevoir.
- Participer à l'élaboration d'un projet collectif et s'impliquer dans sa mise en œuvre.