

ACROSPORT

ANALYSE ET LOGIQUE DE L'ACTIVITE

Discipline acrobatique et activité collective de production de formes (codifiées) dans la perspective de créer une composition basée sur des effets visuels (nombre de participants, architecture de la forme, simultanéité et complémentarité des actions, etc.) afin d'être vue et appréciée par un public, un jury.

PROGRAMMATION

Activité programmée en 4^{ème} et en 3^{ème} sur des cycles de 12 à 14 heures.

ENJEUX DE FORMATION

- Inscription dans un projet commun et une dynamique de groupe : valorisation de l'image de soi, coopération
- Réalisation de difficultés à plusieurs : diminuer les faiblesses et les appréhensions, chacun trouve une place valorisante dans le groupe quel que soit son niveau.
- Développer les capacités organiques et foncières.
- Porter, soulever par rapport aux corps, escalader, propulser.
- Augmenter la richesse motrice, formes, rythme et amplitudes variées.
- Elargir la culture sportive, acquérir et rentrer dans la culture artistique.
- Donner le goût au spectacle.
- Gérer l'image, l'apparence, assumer sa silhouette, s'affirmer, accepter d'être vue et jugé, maîtriser ses émotions dans diverses situations.
- Acquérir les principes de sécurité et d'hygiène.
- Exercer un esprit critique (spectateur, juge).

COMPETENCES ATTENDUES AU NIVEAU 1

- Concevoir et présenter un enchaînement maîtrisé d'au moins 4 figures acrobatiques, montées et démontées de façon sécurisée, choisies en référence à un code commun, reliées par des éléments gymniques ou chorégraphiques.
- Assumer au moins deux des trois rôles : voltigeur, porteur, aide (joker).
- Observer et apprécier les prestations à partir de critères simples.

COMPETENCES ATTENDUES AU NIVEAU 2

- Concevoir et présenter un enchaînement maîtrisé d'au moins 5 figures acrobatiques statiques et dynamiques, montées et démontées de façon active et sécurisée, où le voltigeur sera au moins 1 fois en situation de verticale renversée.
- Juger les prestations à partir d'un code construit en commun.

CONNAISSANCES-CAPACITES-ATTITUDES DE NIVEAU 1		
Connaissances	Contenus cognitifs	Du pratiquant : - Maîtrise du vocabulaire spécifique : porteur, voltigeur, aide (joker), appuis, alignement, tonicité (gainage)... - Respect des règles de sécurité : placement de base du porteur, zones d'appuis du voltigeur efficaces et non dangereuses pour le porteur, montage et démontage sécurisé (pas de saut, comme un chat..) - Niveau de difficulté des figures acrobatiques réalisées. De l'observateur : - Maîtrise les critères d'appréciation simples liés aux 3 temps d'une figure (stabilité, tonicité, sécurité)
Capacités	Contenus perceptifs	Porteur : - Doser son énergie, son tonus et gérer son effort sur l'ensemble de la prestation. - Mettre en place les placements de base : dos plat, bassin en rétroversion, parties porteuses à la verticale des appuis... Voltigeur : - Prendre des appuis stables sur le porteur - Prévoir son espace de réception. Aide : - Prévoir le lieu de chute possible et se placer à l'endroit le plus « risqué » .
	Contenus moteurs	Pratiquant : - Mémoriser son rôle dans l'enchaînement. - Coordonner ses actions avec celles des autres. Porteur : - Contracter les muscles pour verrouiller les articulations et stabiliser l'ensemble du corps. - Réaliser des saisies efficaces et solides. Voltigeur : - Se positionner précisément et rapidement. - Etre stable sur ses appuis en élargissant sa base de sustentation. Aide : - Accompagner et équilibrer le montage et le démontage de la figure. - Adopter une posture dynamique permettant d'intervenir rapidement
Attitude	Contenus affectifs	- Accepter le contact physique avec autrui. - Respecter le niveau de chacun et accepter de travailler avec tout le monde. - Maîtriser ses émotions pour se confronter au regard des autres.
	Contenus méthodologiques	- Respecter les règles de sécurité, et l'espace de travail des autres. - Etre à l'écoute de la prestation de ses partenaires pour se recaler en cas d'erreur. - Etre rigoureux dans la qualité de l'observation.
Liens avec le socle	<u>Pilier 1</u> : Maîtriser et utiliser un vocabulaire spécifique lors des échanges relatifs à la construction et à l'appréciation de l'enchaînement. <u>Pilier 3</u> : Acquérir des connaissances sur le corps humain et ses possibilités <u>Pilier 6</u> : Respecter les règles de sécurité, s'engager dans des rôles différents. Accepter les différences au sein d'un groupe. <u>Pilier 7</u> : Agir en groupe de manière responsable et autonome. Développer sa persévérance, oser exploiter ses ressources et se montrer devant les autres.	

S de R

- Concevoir et présenter un enchaînement chorégraphié de 5 figures acrobatiques statiques, avec 1 élément imposé par figure L'espace d'évolution sera une scène de 6X6m.
- Groupe de 4 à 5 élèves.

Attitudes et connaissances : Note / 5 pts		
	<u>Acquis</u> 1 pt	<u>Non acquis</u> 0 pt
Connaissances : Informations sur l'activité. - Vocabulaire de l'APSA - Règles de sécurité - Orientation des figures par rapport aux spectateurs	☐ ☐	☐ ☐
Attitudes : - Respecter les autres, prendre en compte leurs points de vues et leurs capacités, pour élaborer un projet commun	☐	☐
Organisateur/juge : Aide le professeur dans : - La mise en place et le rangement du matériel - Respect de l'espace de travail des autres groupes	☐	☐
Spectateur : - Etre attentif et respectueux du travail des autres	☐	☐

Capacités N/10		
	<u>Acquis</u> 2 pts	<u>Non acquis</u> 0 pt
<u>Juge :</u> - Apprécier la qualité de réalisation d'une figure	☐	☐
<u>Groupe :</u> - Entrée/ sortie (début / fin) - Eléments de liaison gymniques et/ou chorégraphiques - Originalité	☐ ☐ ☐	☐ ☐ ☐
<u>Pratiquant :</u> - Assumer 2 rôles (porteur, voltigeur, et/ ou joker)	☐	☐

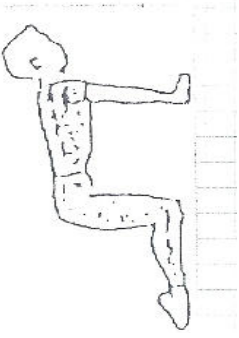
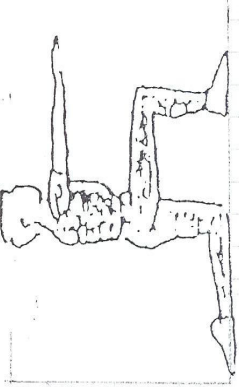
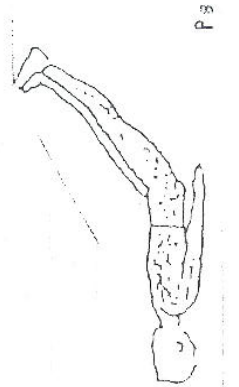
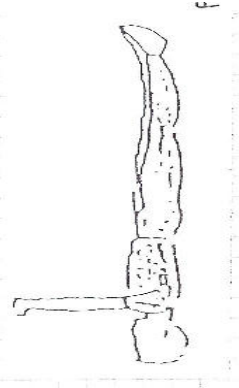
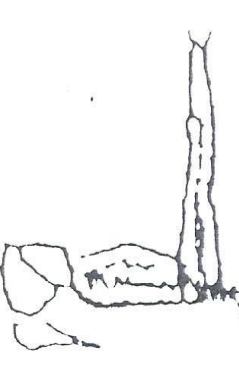
^

^

^

^

^

Performance					Note / 5		
Concevoir 5 Figures avec, au moins <u>1</u> porteur imposé, et le groupe complet avec :							
							
Stabilité Tonicité Sécurité	Stabilité Tonicité Sécurité	Stabilité Tonicité Sécurité	Stabilité Tonicité Sécurité	Stabilité Tonicité Sécurité			

NB : Evaluation également individuelle, avec système de - (0,5) par faute (placement, sécurité, concentration, etc...)

CONNAISSANCES-CAPACITES-ATTITUDES DE NIVEAU 2		
Connaissances	Contenus cognitifs	Du pratiquant : - Principes de complexification des figures : diminution du nombre et de la quantité de surface des appuis, augmentation de la hauteur, difficulté de la situation renversée, augmentation du nombre de participants. De l'observateur : - Maîtrise des critères d'appréciation collectifs et individuels : difficulté, exécution, composition (thème).
Capacités	Contenus perceptifs	Voltigeur : - S'équilibrer et maintenir une posture gainée sur une base élevée. - Réduire les surfaces de contact avec le porteur. - Anticiper et organiser son espace de réception. Aide : - Anticiper les placements adéquats et les moments « risqués » .
	Contenus moteurs	Pratiquant : - Monter et démonter les figures de façon dynamique et originale. - Enchaîner les différentes figures acrobatiques statiques et dynamiques avec des éléments de liaison gymniques ou chorégraphiques. - Mémoriser sa prestation et coordonner ses actions avec celles des autres. Porteur : - Assurer ses prises sur le voltigeur. - Accompanyer le voltigeur dans les figures dynamiques. Voltigeur : - Maîtriser une situation de verticale renversée : placement du bassin, gainage, alignement segmentaire. Aide : - Accompanyer le voltigeur sans le lâcher jusqu'à son point d'arrêt, d'équilibre, de réception. Juge : - Apprécier la valeur des figures par rapport à leur difficulté et leur complexité pour les hiérarchiser dans un code commun. - Repérer et apprécier les fautes d'exécution à partir d'indicateurs précis (alignement, tonicité, respect des angles).
Attitudes	Contenus affectifs	- Accepter le regard et les jugements des autres. - Rester attentif et concentré durant tout l'enchaînement de ses camarades. - Etre objectif et impartial sur ses jugements.
	Contenus méthodologiques	- Exploiter au mieux ses possibilités et celles des autres. - Prendre en compte les observations et points de vue critiques sur sa prestation pour progresser . - Composer et négocier avec ses partenaires pour élaborer un projet collectif. - Utiliser les compétences de chacun pour valoriser la production.
Liens avec le socle	<u>Pilier 1</u> : Argumenter avec clarté, concision et précision son point de vue ou son jugement. <u>Pilier 3</u> : Acquérir des connaissances sur les lois mécaniques de l'équilibre lors du montage et du démontage des figures . <u>Pilier 6</u> : Acquérir le sens des responsabilités dans la gestion du couple risque/sécurité pour soi et pour les autres.S'engager dans les rôles de chorégraphe et de juge. <u>Pilier 7</u> : Avoir conscience de ses ressources et de celles de ses partenaires pour choisir les figures .Prendre des initiatives pour mener à bien le projet collectif.	

S de R

- Concevoir et présenter un enchaînement chorégraphié de 5 figures acrobatiques statiques et dynamiques, où le voltigeur sera au moins 1 fois en situation de verticale renversée.
- L'espace d'évolution sera une scène de 6X6m.
- Groupe de 4 à 5 élèves.
- Un thème d'évolution est fortement souhaité.

Attitudes et connaissances : Note / 5 pts		
	<u>Acquis</u> 1 pt	<u>Non acquis</u> 0 pt
Connaissances : Informations sur l'activité. - Vocabulaire de l'APSA - Règles de sécurité	☐	☐
- Annonce le niveau de difficulté (score figures) sans erreurs	☐	☐
Attitudes : - Respecter les autres, prendre en compte leurs points de vues, pour élaborer un projet commun	☐	☐
<u>Organisateur/juge :</u> Aide le professeur dans : - La mise en place et le rangement du matériel - Respect de l'espace de travail des autres groupes	☐	☐
- Etre impartial et objectif dans ses jugements	☐	☐

Capacités N/10		
	<u>Acquis</u> 2 pts	<u>Non acquis</u> 0 pt
<u>Juge :</u>		
Apprécier la qualité de réalisation d'une figure	☐	☐
Lire une prestation et retrouver un thème, donner un « coup de cœur »	☐	☐
<u>Groupe :</u> la chorégraphie		
Entrée/ sortie (début / fin)	☐	☐
Le thème : apparition/récurrence	☐	☐
Liens et effets chorégraphiques	☐	☐
originalité	☐	☐

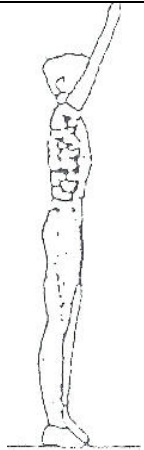
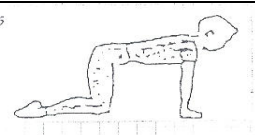
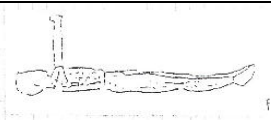
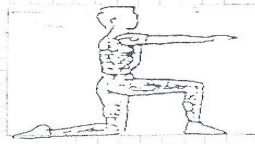
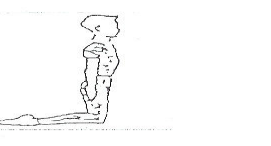
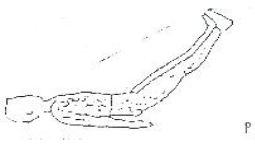
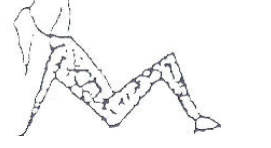
Performance		N/5				
/2.5						
Figures et critères (stabilité – tonicité – sécurité) Si 1 critère manque, pas de point 0.5/ figure)		Fig1	Fig2	Fig3	Fig4	Fig 5
		☐	☐	☐	☐	☐
/2.5						
Niveau de difficulté (score des figures)		2.5 - 28pts 2 - 25pts 1.5 - 22pts 1 - 19pts 0.5 - 16pts				

NB : Evaluation également individuelle, avec système de – (0.5) par faute (placement, sécurité, concentration,...etc)

Calcul du score

VOLTIGEUR(S)				
P O R T E U R S	Appuis sol	Zone 1	Zone 2	Zone 3
	12 et +	1Pt	2Pts	3Pts
	de 8 à 11	2 Pts	3 Pts	4 Pts
	de 6 à 8	3 Pts	4 Pts	5 Pts
	moins de 6	4 Pts	5 Pts	6 Pts

NB: Bonus de 2 points par figure où le groupe est complet

	Zone 3		6 Appuis		8 Appuis
	Zone 2		3 Appuis		4 Appuis
	Zone 1		6 Appuis		5 Appuis

FICHE OBSERVATION DE NIVEAU 2

Nom :

Prénom :

Classe :

GROUPE :

FIG 1	FIG 2	FIG 3	FIG 4	FIG 5
Stabilité	Stabilité	Stabilité	Stabilité	Stabilité
Tonicité	Tonicité	Tonicité	Tonicité	Tonicité
Sécurité	Sécurité	Sécurité	Sécurité	Sécurité

THEME :

COUP DE CŒUR :

OUI

NON

GROUPE :

FIG 1	FIG 2	FIG 3	FIG 4	FIG 5
Stabilité	Stabilité	Stabilité	Stabilité	Stabilité
Tonicité	Tonicité	Tonicité	Tonicité	Tonicité
Sécurité	Sécurité	Sécurité	Sécurité	Sécurité

THEME :

COUP DE CŒUR :

OUI

NON

GROUPE :

FIG 1	FIG 2	FIG 3	FIG 4	FIG 5
Stabilité	Stabilité	Stabilité	Stabilité	Stabilité
Tonicité	Tonicité	Tonicité	Tonicité	Tonicité
Sécurité	Sécurité	Sécurité	Sécurité	Sécurité

THEME :

COUP DE CŒUR :

OUI

NON

GROUPE :

FIG 1	FIG 2	FIG 3	FIG 4	FIG 5
Stabilité	Stabilité	Stabilité	Stabilité	Stabilité
Tonicité	Tonicité	Tonicité	Tonicité	Tonicité
Sécurité	Sécurité	Sécurité	Sécurité	Sécurité

THEME :

COUP DE CŒUR :

OUI

NON

FEUILLE DE GROUPE :



Figure 1	Figure 2	Figure 3	Figure 4	Figure 5
Score =	Score =	Score =	Score =	Score =
TOTAL =				Pts