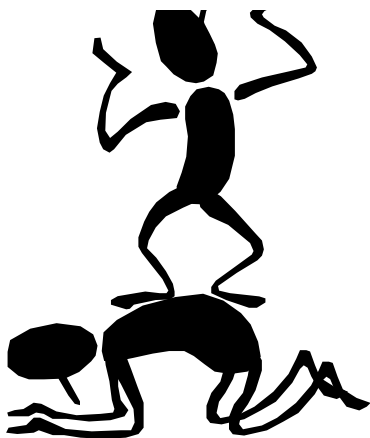




Janvier 2013



ACROSPORT



Animation : Eric Berthiller

Documents d'appui :

Tony Froissart : -Enseigner l'acroport - Ed. les cahiers actio

Eric Berthiller et JP Olinger: -l'activité gymnique du lycéen-
.Ed revue EPS,Paris,2004.

Eric Berthiller et Serge Morel : vidéogym , logiciel de vidéo et
de traitement de données pour les mises en projet élèves.

Richaud : Présentation d'un cycle d'acrogym
didrichaud@aol.com <http://www2.ac-nice.fr/>

Catherine Huot-Monéta et Myriam Socié :.-Acroport « de
l'école aux associations »-. Éd. Revue EPS;Paris; 1999.

Association pédagoLOG : -ACROSPORT Construire ses
pyramides -.éd.revue EPS.

GRILLE DE STAGE

Jeudi 24 janvier	Vendredi 25 janvier
<p style="text-align: center;">9h00-12h00: en salle</p> <ul style="list-style-type: none"> - Définition de l'activité - La programmation <ul style="list-style-type: none"> - les textes - La sécurité. - Les saisies ... 	<p style="text-align: center;">9h00-12h00 gymnase</p> <ul style="list-style-type: none"> - Travail des éléments aériens - Situations d'évaluation Essai pratique
<p style="text-align: center;">13h30-16h30 gymnase.</p> <p>Pratique:</p> <ul style="list-style-type: none"> -l'échauffement. - base sécurité porteur voltigeur. -l'entrée dans l'activité par les jeux -construction du code 	<p style="text-align: center;">13h30-16h30 gymnase:</p> <p>présentation et évaluation des productions de groupe.</p> <p>Bilan sur l'opérationnalité de la proposition de SR et d'évaluation, et sur les réponses motrices des collègues.</p>

Compétences en acrosport

En bleu apparaît l'essence, " l'ADN " de la compétence propre.

En noir est précisé le contexte de réalisation de la compétence.

En vert est explicitée la dimension motrice, technico-tactique de la compétence attendue au niveau considéré.

En rouge est décrite la dimension méthodologique et sociale de la compétence attendue

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.

Observer et apprécier les prestations à partir de critères simples.

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 une fois en situation de verticale renversée.

Juger les prestations à partir d'un code construit en commun.

Niveau 3

Composer et présenter une chorégraphie gymnique constituée au minimum de quatre figures différentes et d'éléments de liaison pour la réaliser collectivement en assurant la stabilité des figures et la sécurité lors des phases de montage démontage. Chaque élève est confronté aux rôles de porteur et voltigeur. Les formations sollicitent des effectifs différents d'élèves (duo, trio...).

Juger consiste à identifier les différents types de figures et valider les critères de stabilité et de sécurité.

	Niveau 1	Niveau 2	Niveau 3	Niveau 4	Niveau 5
ADN	Conçoit 1 enchaînement	Conçoit 1 enchaînement	Compose 1 chorégraphie	Compose 1 chorégraphie	Compose 1 chorégraphie
Sonorisation	non	non	non	Oui comme aide	Oui pour mise en valeur
Nb Figures minimum	4 acro	5 acro : stat et dyn	4 plus liaisons	4 plus liaisons	5 stat et dyn.
Espace orienté	non	non	non	oui	oui
Choré.	non	non	non	Fluidité et espaces différents	Modalités variées (simult, cascade...)
formations	?	Duo et trio	Duo et trio	Duo et trio	Duo, trio et groupe entier
liaisons	Reliés par elet gymnique et/ou chorégraphique	Reliés par elet gymnique et/ou chorégraphique	Favoriser la réalisation collective	Positionne les figures dans l'espace	?
Montage/démontage	Sécurisé	Actif et sécurisé	sécurisé	fluide	?
code	Commun préétabli	Commun à construire	?	?	?
rôles	2 sur les 3 : Porteur, aide, voltigeur. et juge	? juge	Porteur, voltigeur, juge	Porteur, voltigeur, juge	? juge
juge	Observe et apprécie à partir de critères simples	Juge à partir du code.	Identifie : Les différentes figures leur conformité la sécurité. Valide crit. de sécurité	Apprécie : orientation, occupation de l'espace, fluidité et le rapport à l'esp. sonore	Apprécie : diversité, originalité, exécution.

« LES ACTIVITES DE REFERENCE »

L'ACTIVITE GYMNIQUE : consiste à produire et présenter des formes corporelles techniques, codifiées, non expressives au sol ou à partir d'appareils fixes ou semi-mobiles, en prenant des risques calculés dans des situations inhabituelles.

Paul GOIRAND

L'ACROSPORT : activité collective de production de formes en groupe dans la perspective de créer une composition basée sur les effets visuels; architecture de la forme, simultanéité, complémentarité afin d'être vu et apprécié et de produire un étonnement.

Tony FROISSARD

LES PRATIQUES DE REFERENCES

GYMNASTIQUE ←  **ACROSPORT**

Production finale

Mouvement qui consiste à enchaîner différentes difficultés aux agrès avec un temps limité au sol et à la poutre (1 '10 max.).

Mouvement d'au moins 6 éléments, avec au minimum 1 élément par famille, dans un temps Limité (2 '30 max.).

Familles

Relatives à chaque appareil, exemple au sol : maintiens-Acro : Av.. Ar. Lat. St et rotations simples

Empilement - compensation de masse - lancer - Rattraper - franchissement - éléments de liaison

Evaluation

éléments A,B,C,D,E, super E
3 exigences spécifiques par appareil

Difficulté
Combinaison 1 élément par famille

éléments A,B,C,D
exécution

fautes légères : - 0,10 ; fautes moyennes : - 0,20 ; fautes grossières : - 0,40

1- déviation par rapport à la position correcte

2- fautes de tenues (flexion de jambes, bras, hanches)

3- les déséquilibres

LA SITUATION DE REFERENCE : construction théorique choisie pour les ressources qu'elle fait mobiliser chez l'élève en relation aux problèmes fondamentaux posés par l'activité.

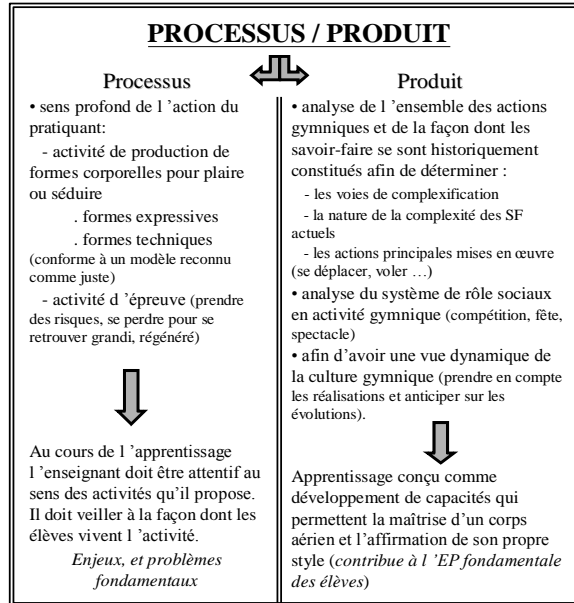
Elle doit :

- être adaptée au niveau des élèves
- tenir compte des instructions officielles (programmes)
- permettre à l'enseignant de mesurer la qualité et/ou la quantité de savoir appris
- permettre à l'élève de donner du sens à son activité et de contextualiser ses apprentissages
- se construire sur plusieurs séances notamment en activité gymnique ou la réponse à une tâche donnée peut être source de danger pour l'élève en début d'apprentissage.
- illustrer la pratique sociale de référence adaptée au niveau des élèves ou représenter un thème d'étude dans cette pratique de référence.

LA TACHE D'APPRENTISSAGE : elle va permettre à l'élève de surmonter les obstacles identifiés dans la situation de référence en faisant émerger les principes et règles d'action inhérents à la situation.

Pour une conception synthétique de l'acrosport

Activité Gymnastique acrobatique



Être en activité gymnique se sera produire et présenter des formes corporelles techniques codifiées, non expressives, au sol seul ou à plusieurs en prenant des risques calculés dans des situations inhabituelles

Sens de l'activité	<ul style="list-style-type: none"> • activité de codification de forme corporelles produites par un groupe. Le code intègre le R.O.V. • R : par rapport à l'habituel postural, aux choix stratégiques; O : être différent par plus de risque et/ou plus de virtuosité; V : pousser l'amplitude aux limites de l'équilibre.
Enjeux ce que l'élève a à gagner	<ul style="list-style-type: none"> • être initié à une activité de production ou de reproduction de formes techniques • savoir diriger son corps dans l'espace • assumer sa silhouette dans ou devant un groupe • s'approprier le réel de façon esthétique
Problèmes fondamentaux caractéristiques de l'activité	<ul style="list-style-type: none"> • produire et/ou reproduire des formes corporelles codifiées • prendre des risques et/ou maîtriser ces risques (seul ou à plusieurs) • se perdre et/ou savoir se repérer dans des situations gymniques • subir la pesanteur et/ou utiliser la pesanteur • construire des rôles sociaux spécifiques dans une production collective socialisée
Ressources sollicitées	<ul style="list-style-type: none"> • ressources motrices (force, vitesse, souplesse, coordination, équilibration ...) • ressources cognitives (connaissance du code, reconnaissance des figures ...) • ressources affectives et sociales (acceptation d'autrui, coopération, confrontation...)

Quels niveaux ?

		N1 « chacun pour soi »	N2 « on essaye ensemble »	N3 « un pour tous, tous pour un »	6 ^{ème}	5 ^{ème} - 4 ^{ème}	3 ^{ème}
S T A T I Q U E	E M P I L E M E N T	<p>Porteur: pas de relation entre ancrage au sol et support du voltigeur. Porte son attention sur l'un ou l'autre (en fonction du champ visuel)</p> <p>Voltigeur: recherche des appuis solides sans se préoccuper du porteur</p>	<p>Porteur: privilégie son ancrage au sol, perçoit les variations de posture du voltigeur pour se rééquilibrer.</p> <p>Voltigeur : prête attention aux placements des appuis sur le porteur</p>	<p>Porteur: anticipe les déplacements du voltigeur pour lui faciliter la montée et la descente.</p> <p>Voltigeur: donne du rythme à ses déplacements pour alléger ses appuis sur le porteur, intègre rapidement l'axe de gravité du groupe.</p>	<p>Porteur: en position quadrupédique, sur le dos ou les genoux.</p> <p>Voltigeur: On privilégie le travail au sol pour les positions renversées.</p> <p>Duos privilégiés</p>	<p>Porteur: toutes positions</p> <p>Voltigeur: assis avec porteur debout; toutes positions porteur couché, quadrupédie, à genoux</p>	Idem avant
	C O M P E N S A T I O N	<p>L'axe de gravité du groupe est proche de celui des protagonistes, l'équilibre individuel n'est pas vraiment remis en cause</p>	<p>Les partenaires acceptent un éloignement par rapport à l'axe de G. Au sol on accède à l'accrochage à une main porteur ou en porté à 2 mains porteur membre inf. voltigeur</p>	<p>Les partenaires sont capables au sol de passer d'une figure en compensation à une autre compensation sans revenir à une position individuelle stable</p>	<p>Porteur et Voltigeur évoluent au sol.</p>	<p>Montée et descente se font avec une parade qui reste au contact lorsque le voltigeur est en situation renversée</p>	<p>Montée et descente se font avec une parade, surtout en situation renversée, le porteur est maintenu</p>
D Y N A M I Q U E	S I M U L T A N E	<p>Les partenaires se synchronisent exclusivement par repérage visuel; un décalage est souvent produit par une démarche de réaction à l'action du partenaire</p>	<p>Le plus souvent un des partenaires guide les autres, passage en vision périphérique sur les déplacements simples (sauts, marche ...) le réglage en vision centrale est nécessaire sur les déplacements complexes (roulade, roue, équilibre ...) le contrôle s'effectue en phase de résultat de l'élément.</p>	<p>Chaque gymnaste est capable d'adapter son action au rythme du groupe, les contrôles en vision périphérique sont effectués en phase de préparation et de résultat de l'élément.</p>	<p>Tout élément gymnique avec le corps redressé ou élément de renversement et/ou de rotation ne nécessitant pas de temps de vol</p>	<p>Tout élément gymnique maîtrisé isolément par le gymnaste et qui aura fait l'objet d'un apprentissage, les éléments avec vol et renversement (saut de mains flip, salto ...) doivent rester minoritaires</p>	<p>Tout élément gymnique ayant fait l'objet d'un apprentissage et ayant été validé par l'enseignant</p>
	C O M P L E M E N T A I R E	<p>L A N C</p> <p>Porteur: souvent éloigné et en retard sur les déplacements du voltigeur.</p> <p>Voltigeur: ne prête pas attention au porteur il oriente son action sur la réception.</p>	<p>Porteur: passe sous le voltigeur pour rendre plus efficace son action.</p> <p>Voltigeur: place ses membres de façon à ne pas gêner l'action du porteur; bonne synchronisation sur les figures simples, relâchement du corps du voltigeur sur figures complexes (récupération dans les bras, changt de face...)</p>	<p>La synchronisation des temps d'impulsion est suffisamment stabilisée pour que les partenaires portent leur attention sur l'amplitude du voltigeur et la maîtrise de l'évolution.</p>	<p>Porteur et voltigeur debout au sol pas de remise en cause de la verticale, départ et réception du voltigeur 2 pieds au sol</p>	<p>Avec 1 porteur: voltigeur départ au sol ou arrivée au sol.</p> <p>Avec 2 porteurs: possibilité de lancer rattraper en situation simple (assis ou couché dos), rotation Av et/ou Ar en contre haut; renversement avant avec contact continu.</p>	<p>En quator départ avec un porteur, arrivée possible sur 2 porteurs (position assise ou couchée)</p> <p>rotation aérienne départ debout arrivée à mi-hauteur sur gros tapis avec 2 pareurs ou départ quadrupédie arrivée sol sur gros tapis</p>
	F R A N C H	<p>Action dissociée des protagonistes, le porteur ne se préoccupe pas du voltigeur (protège sa tête), bouge à son passage ou se déséquilibre en cas d'appuis</p>	<p>Porteur: stable anticipe sur l'appui du voltigeur, peut l'aider sur contact manuel continu</p> <p>Voltigeur: l'attention est encore portée sur l'évitement du porteur</p>	<p>Porteur: idem avant, et peut aider le franchissement avec temps de vol (appuis mains, dos).</p> <p>Voltigeur: centré sur l'exécution de la figure</p>	<p>Porteur toutes positions sauf debout corps tendu; voltigeur: franchissement corps redressé</p>	<p>Porteur: idem avant et à genou sur les renversements</p> <p>voltigeur: tourne ou se renverse sans élan</p>	<p>Idem avant avec possibilité de prise d'élan lors des renversements du voltigeur</p>

L'ÉVALUATION

Critères pouvant être pris en considération :

La performance: représente la valeur matérielle du mouvement, la difficulté des éléments et des enchaînements d'éléments qui composent le mouvement.

La combinaison : concerne le respect des exigences du mouvement.

la maîtrise de l'exécution : c'est la façon dont on procède pour réaliser une figure ou un enchaînement. Le plus souvent la notation de l'exécution consiste à sanctionner les fautes de tenue de corps, les fautes techniques, les fautes de déséquilibre, les ruptures de rythme, les chutes, les fautes de synchronisation...

La valeur artistique : concerne les effets produits sur le spectateur, le jury lors de l'exécution d'une figure, d'un groupe de figures ou d'un enchaînement avec ou sans musique. La valeur artistique pourra prendre en considération :

- la prise de risque

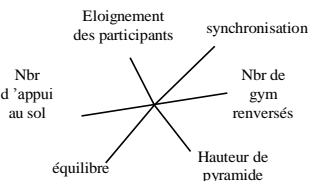
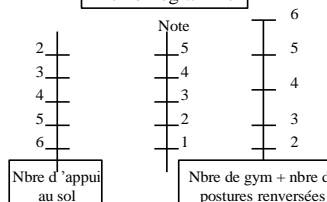
- du point de vue la performance (complexification d'une figure du code ou enchaînement de 2 figures de niveau élevé ...)
- du point de vue de la maîtrise de l'exécution (réduction du nombre d'appui pour arriver à la posture, recherche de l'amplitude à la limite du déséquilibre, travail sans repérage visuel pour les figures en simultané ...)

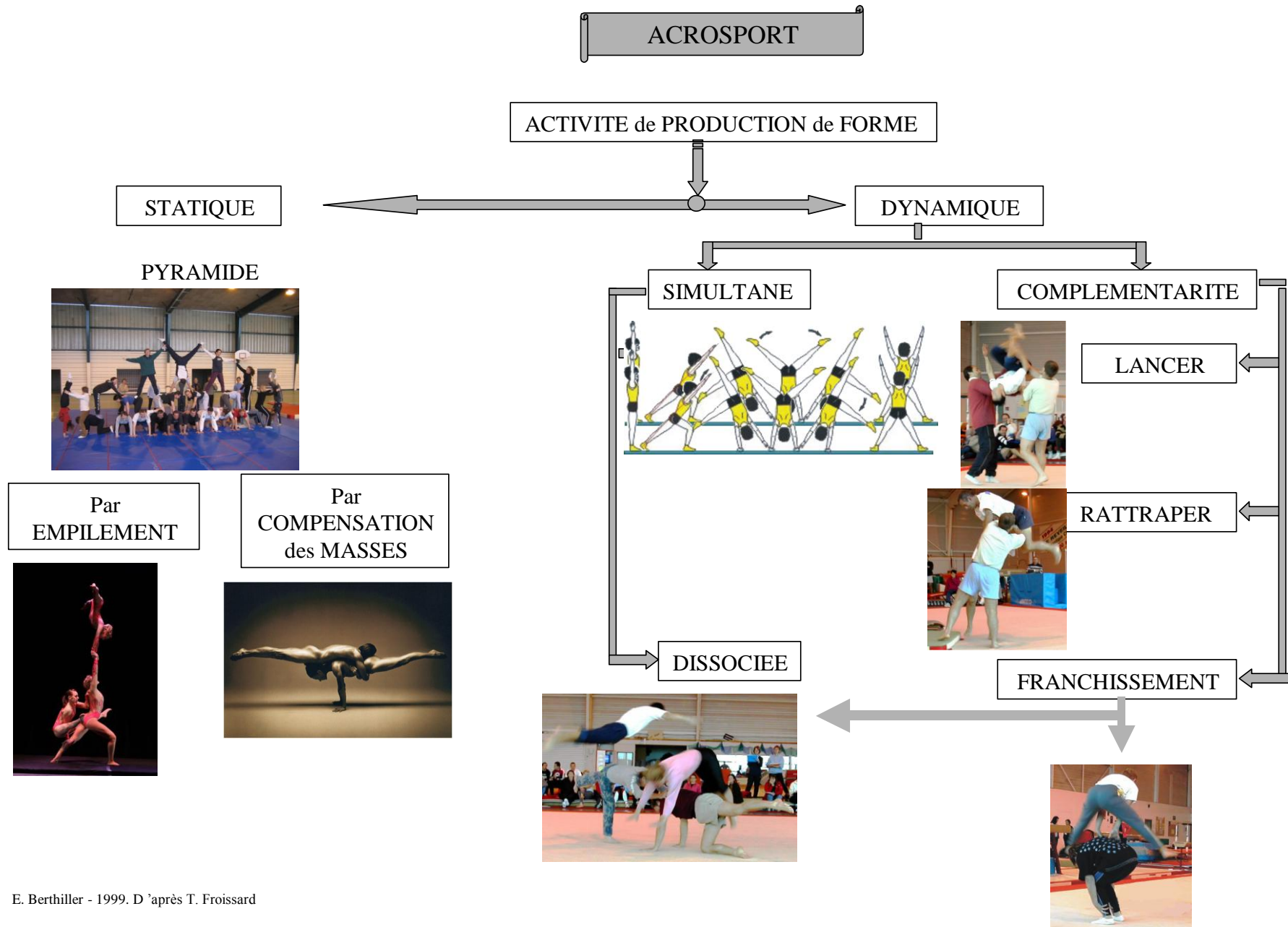
- l'originalité

- du point de vue de la performance (manière d'amener une posture et /ou de sortir d'une posture, manière d'enchaîner les postures ...)
- du point de vue de la maîtrise de l'exécution (changements des rythmes pour réaliser une figure ou enchaînement de figures, utilisation de la musique en relation avec l'enchaînement ...)

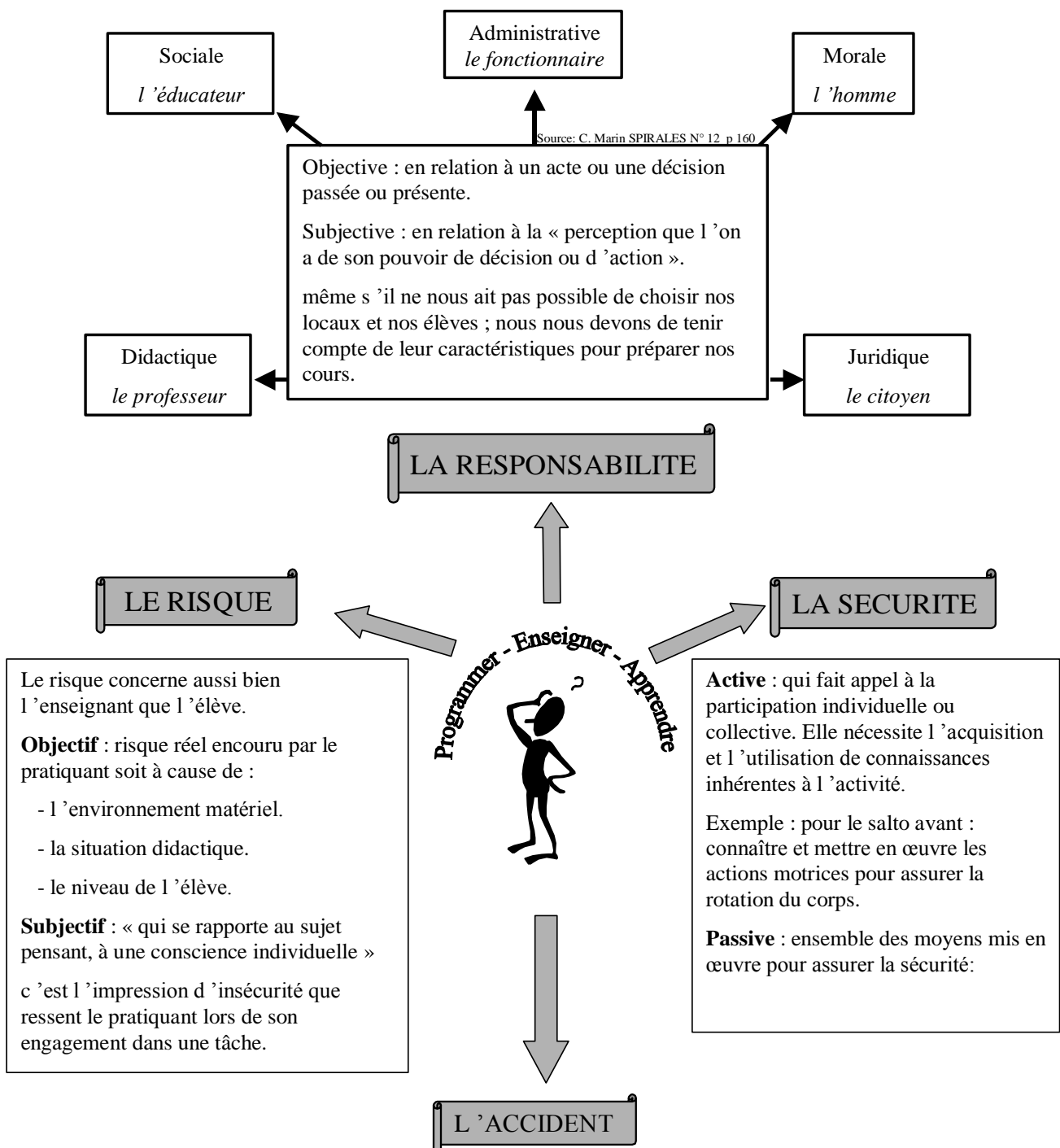
En fonction du niveau de classe et / ou du thème étudié on pourra choisir d'utiliser un, deux ou l'ensemble de ces critères.

Exemples d'évaluation :

<p style="text-align: center; border: 1px solid black; display: inline-block; padding: 2px;">La toile d'araignée</p>	<p style="text-align: center; border: 1px solid black; display: inline-block; padding: 2px;">Le coefficient</p>	<p style="text-align: center; border: 1px solid black; display: inline-block; padding: 2px;">La soustraction</p>
	<p>La note résulte du produit d'un coefficient affecté à la performance par une note sur 8 affectée à la maîtrise d'exécution.</p> <p>Coef perf : 0.5 - 0.75 - 1 - 1.25 maîtrise : - monté : 0 à 2pt descente 0 à 2pt - posture : 0 à 3pt - approche : 0 à 1pt</p> <p>Total possible : 10 pt</p>	<p>On retranche à une note de départ en performance les fautes d'exécution. On favorisera ici chez l'élève le souci de conformité à un modèle.</p> <p>Exemple : sur 3 niveaux de pyramide 6, 8 et 10 pt un groupe d'élèves choisi de réaliser une pyramide à 8pt on déduira de ces 8 pt les éventuelles fautes de maîtrise de l'exécution ce qui peut amener le groupe à un total de 6 / 10</p>
<p style="text-align: center; border: 1px solid black; display: inline-block; padding: 2px;">Le nomogramme</p>	<p style="text-align: center; border: 1px solid black; display: inline-block; padding: 2px;">La somme</p>	<p style="text-align: center; border: 1px solid black; display: inline-block; padding: 2px;">L'approche fédérale</p>
	<p>On ajoute la note de performance à la note de maîtrise :</p> <p>exemple note de performance : 3 / 5 note de maîtrise : 3 / 5 Total : 6 / 10</p> <p>(on favorise ici le facteur difficulté)</p>	<p>Exemple: Difficulté : 3 pt Combinaison : 1 pt Exécution : 5 pt Artistique : 1pt Total : 10 pt</p>



E. Berthiller - 1999. D'après T. Froissard



L'aspect objectif :
en gymnastique accidents recensés en 1997 : 25,6 % pour un poids horaire de 16,3.
Sur 168 accidents dans le Rhône en 1986 : 26,8% au sol - 25 % au trampoline - 20,2 % en franchissement - 5,9 % à cause du matériel - environ 20 % sur chute de l'appareil.

L'aspect subjectif :
en gymnastique : le sentiment de dangerosité est inverse par rapport au taux réel des accidents de l'APS.

Source: C. Marin SPIRALES N° 12 p165 à 174

Risque et tâche d'apprentissage

Le risque dans les activités acrobatiques dépend de la relation entre :

le niveau de l'élève : relation entre action posture position prise de repères.

le niveau d'exigence de la tâche : relation entre le dispositif et la nature du savoir faire à acquérir (déplacement, renversement, rotation, vol, maintien).

D'une manière générale aucun savoir faire n'est a priori dangereux si le niveau de l'élève permet de l'aborder en toute sérénité et que le dispositif dans lequel se déroule l'action est approprié au niveau de l'élève et aux exigences de la tâche.

Ceci dit et dans l'absolu plus on s'éloignera de l'habituel postural pour l'exécution d'un savoir faire donné, plus la prise de risque sera grande.

On accordera par ailleurs une vigilance particulière aux éléments qui demandent :

un déplacement renversé ou tourné vers 'arrière (salto, flip):

vérifier que l'élève est intégré la dynamique de renversement ou de rotation (vitesse, rythme, repères) avant de l'engager sur l'élément global.

une perte importante de repères (salto) :

vérifier que l'élève prend correctement ses repères visuels et qu'il ne se relâche pas (corps dynamique quelque soit la posture).

Une élévation importante (saut de lune - pyramide) :

prévoir travailler ces productions dans un premier temps en contre haut.

Et dans tous les cas :

- | | |
|----------|---|
| | 1- donner des repères tactiles plus nombreux et ralentir la vitesse d'exécution |
| puis | 2- maintenir les repères tactiles augmenter la vitesse d'exécution |
| et enfin | 3- réduire les repères tactiles. |

Pour construire les tâches d'apprentissages :

faire baisser la charge affective

baisser la vitesse d'exécution

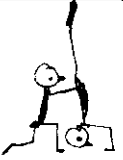
augmenter la charge mécanique

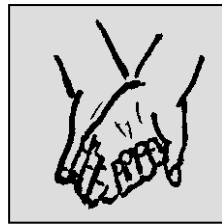
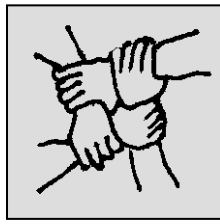
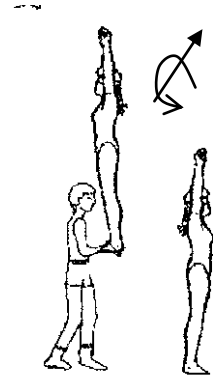
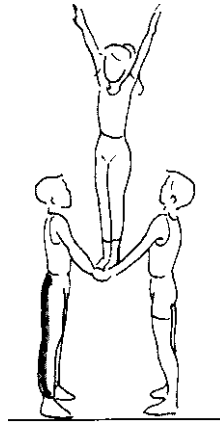
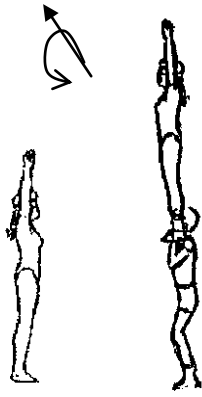
faciliter la prise d'informations multiples (visuelle - tactile de l'élève)

voie de complexification des pyramides :

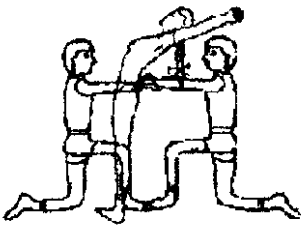
- 1- réduction de la surface en contact avec le sol
- 2- réduction du nombre d'appuis au sol et entre gymnastes
- 3- nature des appuis : pieds - main - dos , ventre - tête
- 4- éloignement de l'axe de gravité du porteur
- 5- éloignement du centre de gravité du porteur
- 6- éloignement de « l'habituel postural des gymnastes »

Difficulté d'une production

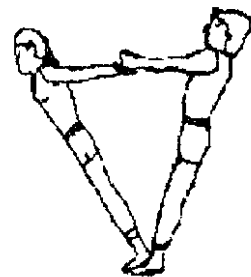
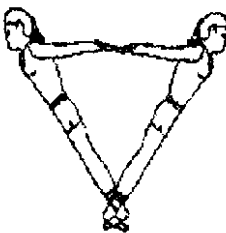
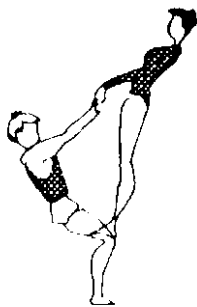
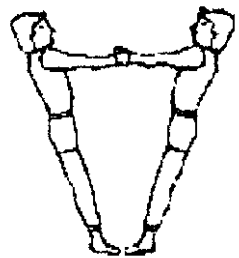
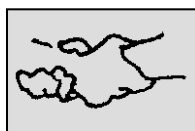
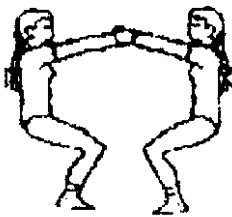
acteurs	PORTEUR (S)			VOLTIGEUR (S)				GROUPE		TOTAL
critères	Nbre d'appuis: 1: 2 pt / 2: 1,5 pt 3: 1 pt / 4 et +: 0,5pt	Nature des appuis dos: 1pt / quadupédie: 1,5pt / pieds: 2pt	Posture Gpé: 1pt- carpé: 2pt tendu: 3pt	Nbre d'appuis: 1: 4 pt / 2: 3 pt 3: 2 pt / 4 et +: 1 pt	Nature des appuis dos: 1pt / quadrup: 1,5pt pieds: 2pt/ mains 3pt	Position redres: 1pt oblique ou horiz: 1,5pt renvers: 2pt	Posture Gpé: 1pt- carpé: 2pt tendu: 3pt	Éloignement axe de gravité: dessus 0,5pt/ membres fléchis ou accroche coude à coude 1pt membres tendus 1,5pt	Éloignement des C de G (hauteur) contre 0,5pt/ membres fléchis ou accroche coude à coude: 1pt membres tendus 1,5pt	
	1pt	2pt	2pt	1pt	1,5	2	3	1	0	13,5

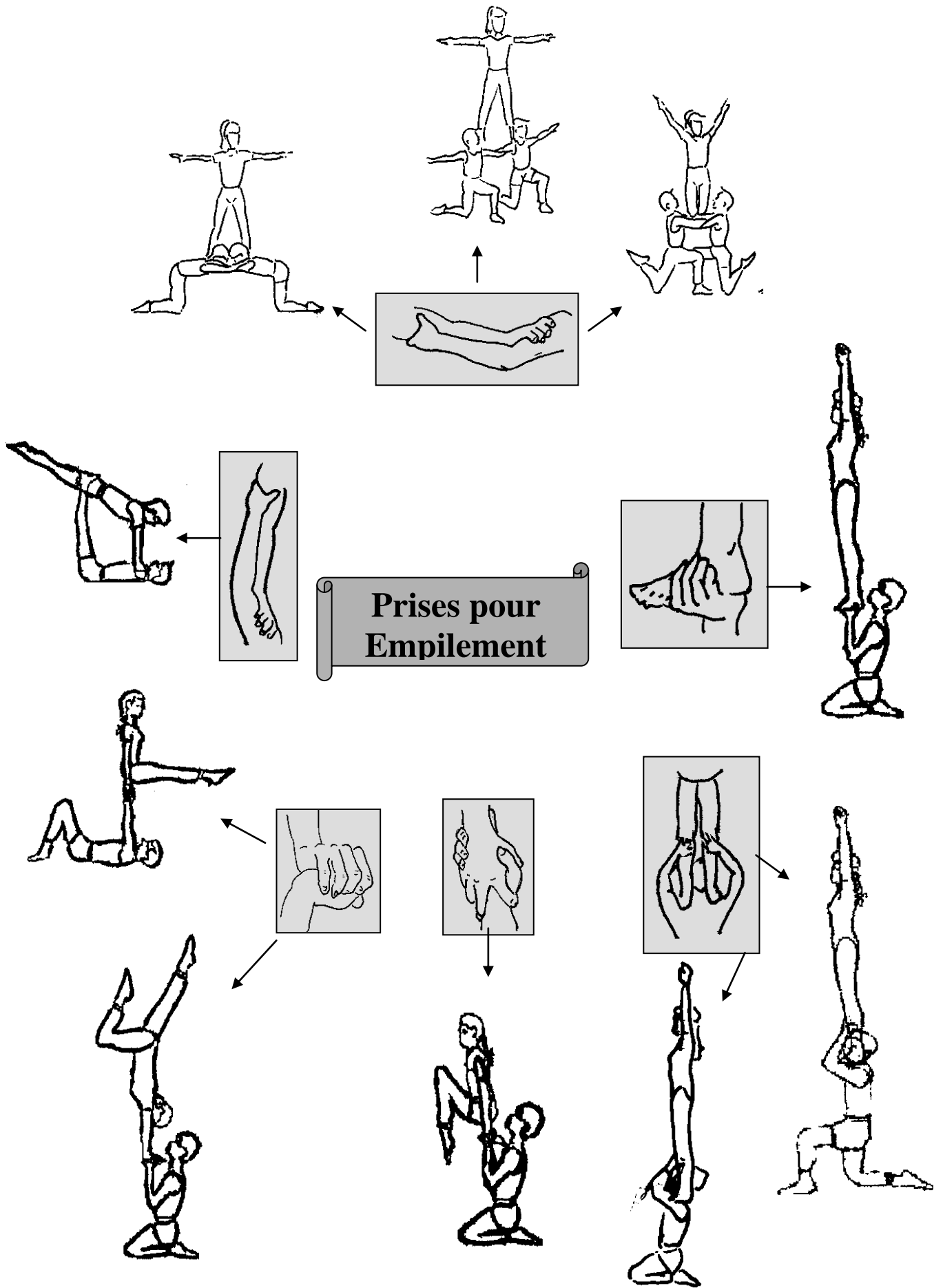


Lancer - Rattraper



Compensation





L'aide et la parade

L'aide

« concours que l'on prête à qui ne peut faire seul quelque chose »

participation extérieure qui s'ajoute à l'action proposée, elle doit intervenir à bon escient pour :

- palier à un manque de force, de vitesse, de repères ...
- faire sentir une posture
- permettre la réalisation d'un élément

il s'agit donc :

- de connaître précisément le savoir - faire considéré, l'action d'aide à réaliser, son rôle et le moment pour la faire.
- de posséder les ressources (physiques et attentionnelles) nécessaires à la réalisation de la parade en toute sécurité pour soi - même et pour l'autre.



La parade

« action, manière d'empêcher un événement fâcheux de se produire »

Le but de la parade est d'éviter l'accident.

Il s'agit donc afin d'être prêt :

- de connaître les sources potentielles du danger (lâcher des prises, manque de rotation ou de vitesse ...)
- de repérer les signes précurseurs de la mise en danger (barre au bout des doigts, tête qui se redresse, déséquilibres divers ...) ---> nécessité d'anticipation
- de savoir où se placer, quand et comment faire pour assurer l'intégrité physique de l'élève ou du camarade (le retenir à partir des ceintures scapulaire et pelvienne, assurer la fin de la rotation ...)
- de posséder les ressources (physiques et attentionnelles) nécessaires à la réalisation de la parade en toute sécurité pour soi - même et pour l'autre.

*L'aide et la parade s'apprennent, et nécessitent un entraînement préalable. Elles participent à la sécurité, tout comme les règles à respecter dans un gymnase (ne pas monter à plusieurs sur un appareil gymnique, remettre les tapis en place, vérifier les distances entre les différents matériels ...)
elles nécessitent un contrat d'action entre pareur et exécutant*

Apprendre à parer

1 - établir les obstacles à franchir : *coordonner la course avec l'impulsion; lutter contre l'avancer des épaules; conserver la vitesse de rotation ...*

2 - déterminer les risques encourus : *chute sur le dos, sur la tête ...*

3 - expliquer le comment et le pourquoi de la méthode d'intervention : *regarder où se fait la pose de pieds après le sursaut, en déduire où se fera la pose de mains et venir se baisser pour prendre le bras droit vers l'épaule avec son bras gauche et le bas du dos avec son bras droit pour favoriser :*

- une quiétude affective
- une aide mécanique de soutien du corps et d'aide au redressement
- une compensation à la dépense énergétique
- un soutien au système informationnel avec
 - une augmentation du temps d'exécution du mouvement favorisant la prise d'informations
 - un apport d'informations d'ordre tactile

4 - parer ou aider avec l'élève en apprentissage

5 - laisser l'élève parer ou aider en restant en soutien et en vérifiant l'installation d'une confiance mutuelle gym - pareur

6 - laisser l'élève parer ou aider seul en restant à distance pour vérifier la stabilisation de son apprentissage

7 - laisser l'élève parer ou aider seul.

• dans tous les cas la parade ou l'aide reste sous la responsabilité de l'enseignant même si celle-ci est assurée par un élève

« La programmation des APSA

Le projet pédagogique doit présenter une programmation exigeante, équilibrée et suffisamment diversifiée pour permettre aux filles comme aux garçons de réussir et d'acquérir une culture commune.

Pour construire les compétences propres, méthodologiques et sociales du programme et assurer la diversité de l'offre de formation, huit groupes d'activités doivent être programmés. »

Compétences attendues en Acrosport :

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 2 des 3 rôles : voltigeur, porteur, aide.

Observer et apprécier les prestations à partir de critères simples.

Niveau 2 : concevoir et présenter un enchaînement maîtrisé d'au moins 5 figures acrobatiques statiques ou dynamiques, montées et démontées de façon active et sécurisée, où le voltigeur sera au moins une fois en situation de verticale renversée.

Juger les prestations à partir d'un code construit en commun.

BO septembre 2008.

Programmer l'acrosport c'est construire et répartir les apprentissages en activité gymnique sur le cursus scolaire et sur les bases d'une **programmation de type concentrique** qui procédera à un approfondissement des apprentissages de la 6ème à la terminale.

D'une base large au départ d'éléments et de pyramides par actions gymniques, l'élève progresse vers une spécialisation, un approfondissement de certaines de ces actions, à son initiative et/ou à celle de l'enseignant.

Exemples :

- d'un enchaînement gymnique sur plusieurs appareils à un enchaînement sur un appareil.
- D'un enchaînement de 12 éléments de valeur B à un enchaînement à 6 éléments de valeur D
- D'une pyramide à 2 avec 4 appuis à une pyramide à 4 avec 2 appuis.

A partir des **capacités générales** exigées par l'activité gymnique :

1. établir une liste des capacités sollicitées,
2. faire des choix en fonction de la spécificité de l'établissement,
3. repérer et lister les tâches gymniques qui permettent la sollicitation de ces capacités,
4. classer pour hiérarchiser ces tâches par familles gymniques.

Pour chacune de ces tâches

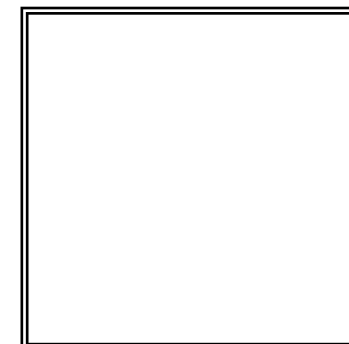
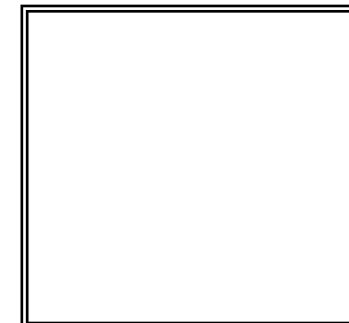
1. considérer le (s) problème (s) posé (s) aux élèves
2. envisager des niveaux de réponses probables.
3. construire des situations leur permettant de dépasser leurs difficultés.

PROPOSITION de CONTENUS par NIVEAU de CLASSE

ACROSPORT N3

Enchaînement gymnique collectif de 8 éléments. 6 de ces éléments dont 1 acrobatie seront pris en compte dans l'évaluation de la difficulté.

EXIGENCES	1			2			3			4			5			6			7			8																																																	
	Entrée Liaison en renversement dynamique									Duo en miroir									Liaison simultanée rotation avant ou arrière									quatuor									Liaison éléments aériens									Duo ou trio dynamique									Liaison en cascade en rotation arrière ou avant (inverse au N° 3)									Fin quatuor statique							
FIGURES																																																																							
exécution	R	VR	E	R	VR	E	R	VR	E	R	VR	E	R	VR	E	R	VR	E	R	VR	E	R	VR	E	R	VR	E	R	VR	E	R	VR	E																																						
	1	0,5	0	0,75	0,5	0	1	0,5	0	0,75	0,5	0	1	0,5	0	1	0,5	0	1	0,5	0	0,75	0,5	0	0,75	0,5	0	0,75	0,5	0	0,75	0,5	0																																						
G1																																																																							
G2																																																																							
G3																																																																							
G4																																																																							



	Nom des gymnastes	Diff. /9	Exé/ 7	Val. artist. Originalité/2	Jugement /2	Total/20
G1						
G2						
G3						
G4						

Critères de validité d'une pyramide statique : respect de la forme ; maintien 2'' ; maîtrise de l'équilibre du montage et du démontage.

Chaque participant devra passer par les rôles de porteur et voltigeur. 2 pt seront ôtés à la note finale pour chaque exigence manquante.

Valeur des difficultés : A : 0,25 ; B : 0,5 ; C : 1 et D : 1,5pt

































		A	B	C	D
1	Entrée Liaison en renversement dynamique	 roue	 ATR roulade AV	 Rondade st vertical	 saut de mains
2	Duo en miroir				
3	Liaison simultanée rotation avant ou arrière	 Roulade av. groupée	 Roulade av Jbe tendues écart ou serrées	 <i>Roulade à deux</i>	 Roulade Ange
4	Trio				
5	Eléments aériens		 saut avec 1/2 tour		 Salto Arrière
6	Duo ou trio dynamique				
7	Liaison en cascade en rotation arrière ou avant (inverse au N° 3)	 Roulade AR groupée	 Roul. AR Jb Td Ec	 Roul. AR Jb Td Jte	 Roul. AR à l'ATR
8	Fin quatuor statique				

Schéma des figures	1				2				3				4				5				6				7				8				9				exigences		
																													Temps	Renversement	Nbr Fig Acro								
VAL. et Exig	G1																																						
	G2																																						
	G3																																						
	G4																																						
	G5																																						
EXECUTION																													excé :										
																													/8										
	G1																																						
	G2																																						
	G3																																						
	G4																																						
G5																																							

	Nom des gymnastes	Ench. /8	Encht coef de 0,7 à 1	Total Dif X coef	Exé /8	Jugt /4	Total /20
G1							
G2							
G3							
G4							
G5							

Valeur des difficultés : A : 0,4 ;B :0,6 ;C :0,8 et D :1pt
Coef 1 : 3D-2C / **coef 0,9** : 1D-2C-2B / **coef 0,8** : 1C-2B-2A / **coef 0,7** : 1B-4A
Exécution : Tc : niveau technique sur 0,4.
T : tenue du corps sur 0,2.
E : équilibre des éléments et des déplacements sur 0,2.
A : amplitude de la réalisation sur 0,2
Chute ; -1 point

Niveau d'enchaînement /8 points

Niveau 1 : 0 à 2 points. L'élève reconstitue son équilibre par une attitude ou une action globale et avec difficulté non investie dans une action gymnique finalisée. Pas de coordination d'action, il y a discontinuité entre les éléments. L'ensemble de l'enchaînement se fait sur place et les élèves ne se regardent qu'entre eux.

Niveau 2 : 2 à 4 points L'attention commence à être portée sur la façon de réussir. La coordination d'action se fait par une phase de ré-équilibration avec un temps d'arrêt. Les éléments sont reliés entre eux par quelques pas courus. La surface du praticable n'est utilisée que partiellement, les gymnastes commencent à se détacher du regard.






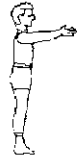

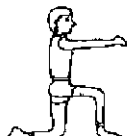
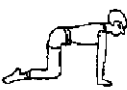



Niveau 3 : 4 à 6 points Les éléments sont réalisés avec une recherche d'amplitude. Les coordinations se font par transition courte et dynamique. L'ensemble de la surface du praticable est utilisée, la production est orientée pour les spectateurs et le jury.

Niveau 4 : 6 à 8 points Coordination par anticipation d'action. Les élèves maîtrisent suffisamment leurs éléments pour porter leur attention sur la présentation du mouvement. La surface du praticable est utilisée pour les besoins de la construction de l'enchaînement.

Code de référence UNSS 2004

Difficultés		A = 0.20	B = 0.30	C = 0.40	D = 0.50
Duo V	1				
Duo V	2				
Duo E	3				
Duo ATR	4				
Duo DYN	5				
Trio V	6				
Trio V	7				
Trio E	8				
Trio ATR	9				
Trio DYN	10				
Qua. V+E	11				
Qua. ATR	12				

Fiche de construction de pyramide

V oltigeur ou P orteur					
					
					
					
					
					
					
					

- E. Berthiller - 2004.

LES POSITIONS

VOLTIGEUR

PORTEUR

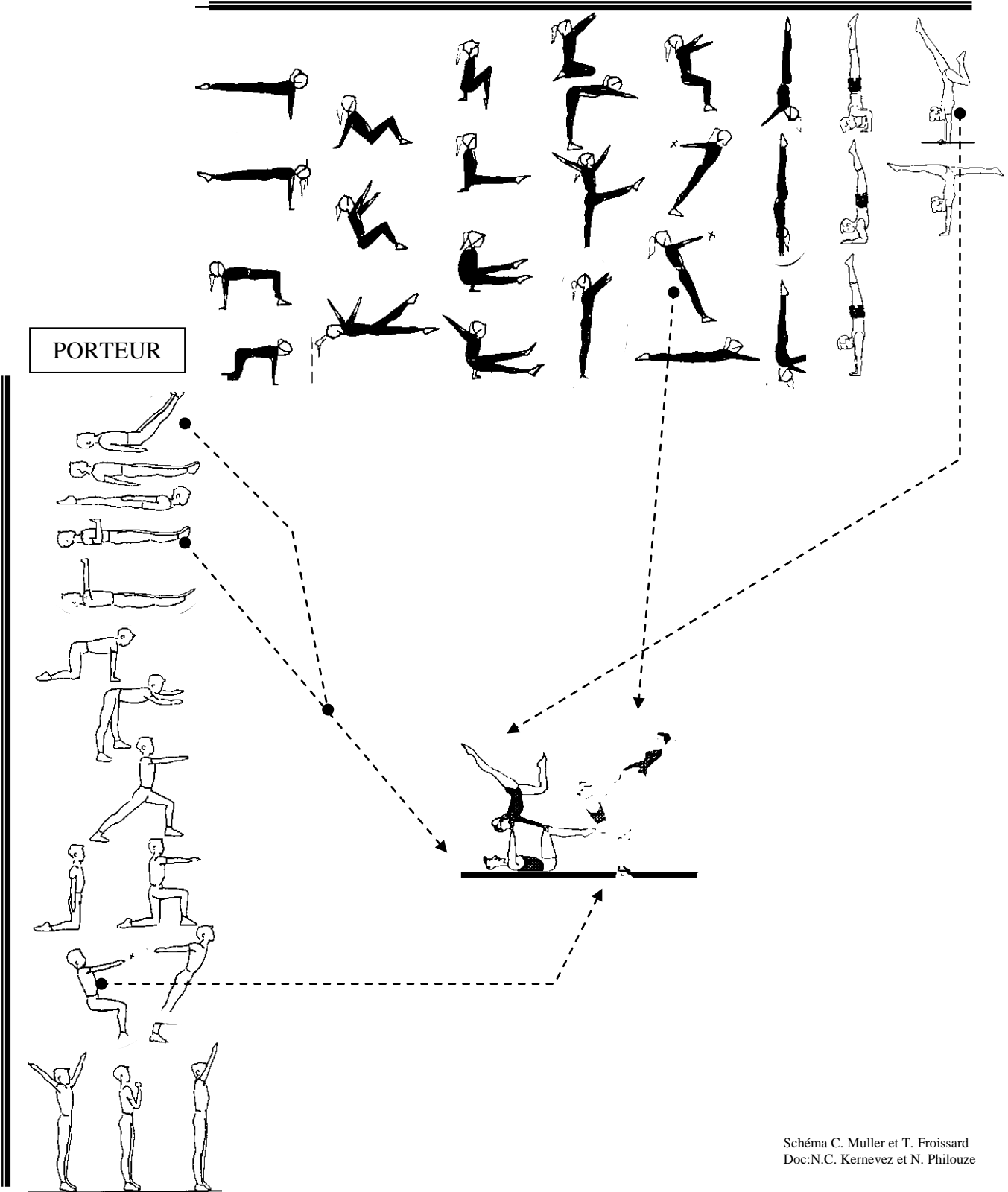


Schéma C. Muller et T. Froissard
Doc: N.C. Kernevez et N. Philouze

Création - reconnaissance de figures :

- **Le défi** : un groupe donne une figure à monter par un autre groupe.
- **les copieurs**: un groupe exécute une figure l'autre doit l'exécuter ensuite.
- **l'Alphabet**: écrire un mot de moins de 5 lettres en majuscules
- **Le tirage au sort**: je tire une figure au sort et je la réalise.
- **Le puzzle**: un groupe prend au sol et de manière décomposée les postures d'une figure donnée l'autre groupe devra reconstituer la figure.
- **Le jeu de l'oie**: équipes de 2 ou 3, chacune à leur tour les équipes jettent le dé et exécutent la figure de la case sur laquelle elles sont « tombées » pour valider le score. La première équipe arrivée à la fin du parcours a gagnée.
- **Les porteurs musicaux** : Les porteurs se dissocient des voltigeurs au top tous les voltigeurs doivent se repositionner sur un porteur. L'arbitre enlève à chaque tour un porteur, le voltigeur qui reste sans porteur est éliminé. Le vainqueur est le dernier voltigeur en « piste »

La synchronisation :

- **Le miroir** :deux groupes face à face exécutent une figure en même temps
- **Le robot**: un groupe exécute une figure ou ensemble de figures l'autre groupe doit suivre.

Equilibre des charges :

- **Le déménageur**: un groupe prend des postures de voltigeur dans un coin du gymnase, l'autre groupe transporte et regroupe les voltigeurs par catégorie dans l'autre coin du gymnase. (cette situation peut se faire sous forme de relais).
- **Le paresseux**: le voltigeur escalade et désescalade le porteur le plus lentement possible.
- **J'en rajoute un**: par équipe de 3 à 6 exécuter une pyramide avec le moins d'appuis au sol possible.

JEU DE L'OIECROBATE

DEPART

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

ARRIVEE

- E. Berthiller -

Règle du jeu :
 par équipe de 3
 Chaque équipe jette le dé à tour de rôle, et avance d'autant de case qu'il y a de point sur le dé.
 Pour que le déplacement soit validé il est nécessaire que l'équipe réalise la figure ou tienne la pyramide 2 secondes sans tomber.
 Cases 6 et 18: score validé sans exécuter de figure.
 Case 12: Reculer de 2 cases
 Case 24 : retour à la case départ.