

2010 2011

# Acro gym en maternelle



**EQUIPE EPS 41**

## DEFINITION :

Activité de construction collective d'éléments acrobatiques (pyramides) enchaînés, statiques ou dynamiques, et de productions de formes esthétiques destinées à être vues et jugées (activité de représentation à caractère spectaculaire esthétique et ludique)

## ACROGYM - GYM ACROBATIQUE— ACROSPORT

### INTERET

Activité ludique avec tâches différenciées s'adaptant au profil de chacun

### PROBLEMES FONDAMENTAUX

Prendre des risques.  
Maîtriser la sécurité.  
Gérer les différents rôles.

### ENJEUX DE FORMATION

Favoriser l'accès à une éducation posturale.  
Développer l'autonomie et la responsabilité.  
Mener un projet collectif.  
Présenter sa prestation devant les autres.

**L'élève metteur en scène :** En équipe, il conçoit, propose et met en scène une création en composant différents choix. Il prépare l'espace scénique (Matériel, orientation par rapport au public).

**L'élève artiste:** Il développe une motricité expressive pour assurer un rôle dans la prestation .

**L'élève spectateur :** Il porte un jugement critique sur une création à l'aide de critères simples. Il doit se mettre en condition de recevoir ce qui est proposé (être concentré).

## Les enjeux de formation

### Sur le plan affectif: *attitudes*

- Contrôler ses émotions, maîtriser son appréhension
- Accepter d'être regardé et de se mettre en scène devant les autres.
- S'impliquer et coopérer avec d'autres pour progresser : créer ensemble un projet artistique en instaurant des rapports de respect, d'écoute et de confiance.
- Développer la coopération, la responsabilité vis à vis de l'autre

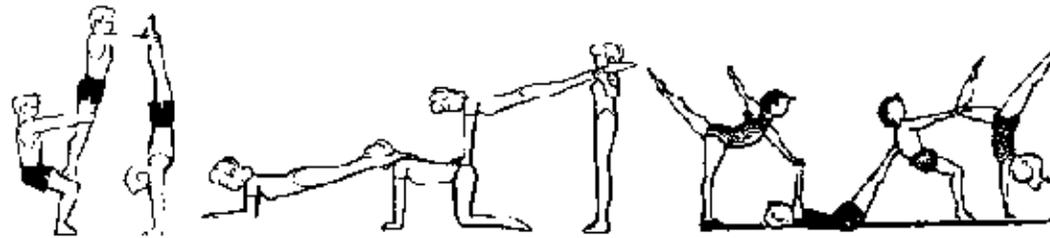
### Sur le plan moteur: *capacités*

- Renforcer la tonicité musculaire, la souplesse articulaire
- Donner les bases d'une bonne éducation posturale
  - - Maîtriser et reproduire de nouvelles compétences dans les disciplines d'équilibre, d'acrobatie et jeu d'acteur en gérant de nouveaux repères et les notions de temps, d'espace et d'énergie.
- Prendre des risques contrôlés.

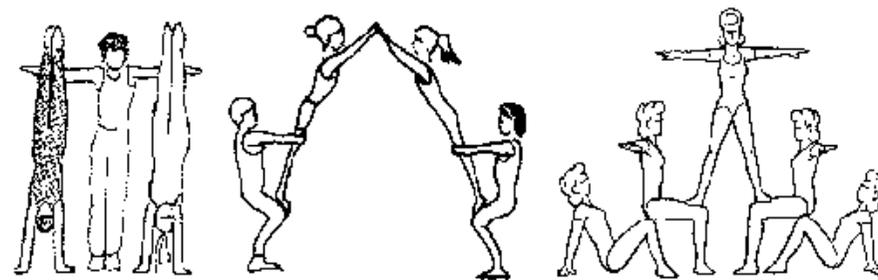
### Sur le plan cognitif: *connaissances*

- Prendre conscience de l'image de son corps
- Mobiliser son imaginaire au service d'un projet expressif.
- Mémoriser pour reproduire son projet.
- S'approprier un critère d'observation dans l'optique de pouvoir juger.
- Appréhender de façon responsable la notion de risque et de sécurité
- Connaître le vocabulaire spécifique de l'activité (familles, ...) et intégrer les règles de sécurité.
- Connaître les différents rôles (artiste, preneur, metteur en scène, spectateur).
- Acquérir des principes d'action transférables dans la vie quotidienne

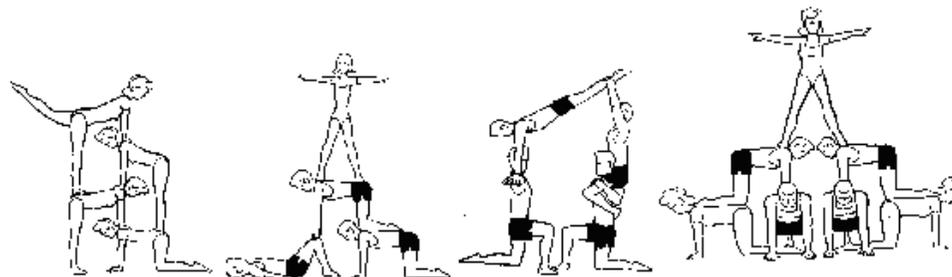
# Les différents types de figures



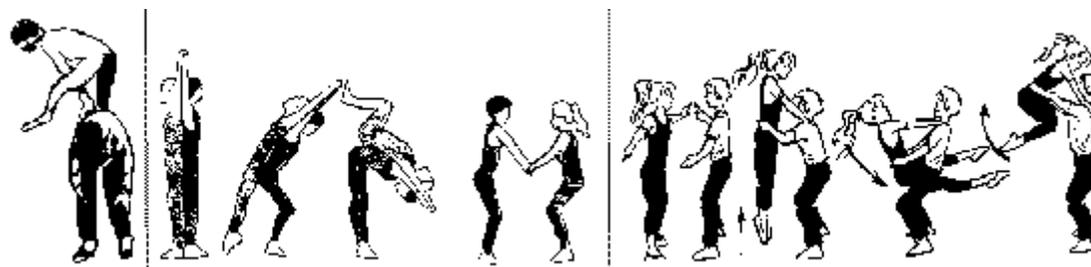
Les figures en chaînes



Les figures en miroir ou symétriques



Les figures en pyramides



Les figures dynamiques

## LIENS INTERDISCIPLINAIRES

- *Maîtrise de la langue:*

- oral: reformulation des consignes, participation à l'élaboration du projet, atelier langage en amont ou en aval dans la classe à partir des posters, images, ... présentées en amont ou des photos, dessins, films, répertoire de statues des élèves réalisées en EP (lexique spécifique relatif à l'activité, au corps humain, à l'espace), difficultés rencontrées, solutions trouvées, conseils à apporter

- écrit: dictée à l'adulte (règles d'or, règles d'action, compte rendu de séances, sensations...), légende de photos, albums en relation avec le cirque, fiches d'observation

- *Mathématiques:* Structuration de l'espace (vocabulaire topologique), tableau à double entrée, numération

- *Education artistique:*

- \* Arts visuels: - observation et analyses de productions des élèves ou d'artistes connus (point de départ ou aboutissement) cf Calder, Léger, Haring, Giacometti...

- sculptures en terre, pâte à modeler, grillage (ossatures recouvertes papier journal enduit de colle à papier, peinture), perles de bois ...

- dessins (différents outils: fusain, peinture...)

- \* Musique: écoute, recherche, créations de musique adaptées à la pratique de l'acro

- *Découverte du monde:* lexique des parties du corps, mouvements corporels, limites articulaires, prise de conscience des leviers et balances

- *Devenir élève:* respecter les autres, s'organiser avec eux pour construire un projet collectif, observer avec des critiques constructives, rester concentré

- *TUIC:* pyramides à photographier, à créer à partir d'un site...

## Lien avec le socle commun

### Pilier 1 : Maîtrise de la langue S'exprimer clairement à l'oral en utilisant un vocabulaire approprié

*Capacités:* - rendre compte d'un travail individuel ou collectif - adapter sa prise de parole (attitude et niveau de langue) à la situation de communication (lieu, destinataire, effet recherché)

*Connaissances:* dire ce que l'on sait sur une activité, nommer les actions à réaliser, utiliser un vocabulaire juste et précis, exprimer ses appréhensions, son ressenti, se poser des questions sur les façons de s'y prendre, communiquer avec les autres pour élaborer un jeu, donner son avis sur l'action d'un camarade etc...

### Pilier 3 : Les principaux éléments de mathématiques

*Capacités:* - communiquer (écrit-oral) avec un langage mathématique adapté - se représenter son environnement proche, s'y repérer, s'y déplacer de façon adaptée - appliquer les règles élémentaires de sécurité pour prévenir les risques d'accident domestique - observer et décrire pour mener des investigations - donner sa position, celle d'un objet; décrire son déplacement

### Pilier 5 : La culture humaniste

*Connaissances:* distinguer certaines grandes catégories de la création artistique; fournir une définition très simple de différents métiers artistiques

*Capacités:* - s'exprimer par la danse - reconnaître des œuvres musicales ou visuelles préalablement étudiées

### Pilier 6 : Les compétences sociales et civiques Vivre en société

*Connaissances:* - connaître les règles de la vie collective - savoir ce qui est interdit et ce qui est permis

*Capacités:* - respecter les règles (vie collective, communication) - communiquer et travailler en équipe (savoir écouter, faire valoir son point de vue, négocier, accomplir sa tâche selon les règles établies en groupe - savoir reconnaître et nommer ses émotions, ses impressions

*Attitudes :* respecter les autres (contribution nécessaire de chacun), sens de la responsabilité par rapport aux autres

### Pilier 7 : L'autonomie et l'initiative

**Autonomie:** *Connaissances:* connaître ses propres points forts et faiblesses

*Capacités:* - s'appuyer sur des méthodes de travail (écouter, se concentrer, mémoriser, faire un projet d'action) - savoir s'autoévaluer - respecter des consignes - raisonner avec logique et rigueur (identifier un problème et mettre au point une démarche de résolution ; mettre en relation les acquis des différentes disciplines et les mobiliser dans des situations variées ; identifier, expliquer, rectifier une erreur ; mettre à l'essai plusieurs pistes de solution - développer sa persévérance - échanger, questionner, justifier un point de vue - s'engager dans un projet collectif - avoir une bonne maîtrise de son corps - appliquer des règles élémentaires d'hygiène - se représenter son environnement proche, s'y repérer, s'y déplacer

*Attitudes:* motivation, confiance en soi, désir de réussir, progresser (exploiter ses facultés intellectuelles et physiques ; s'impliquer)

**Initiative :** concevoir, mettre en œuvre et réaliser des projets individuels ou collectifs

*Capacités:* - apprendre à passer des idées aux actes ( définir une démarche adaptée au projet ; consulter des personnes-ressources ; prendre des décisions avec l'avis des autres, échanger, représenter le groupe ) - déterminer les tâches à accomplir, établir des priorités.

# CONTENUS SECURITAIRES: élément clé

(cf images 20 commandements et tableau règles d'or)

## **Caractéristiques des élèves :**

période privilégiée pour l'apprentissage de nouveaux gestes moteurs (amélioration des capacités d'adresse, de coordination et de vitesse) mais laxité articulaire et peu développée; manque de tonicité au niveau du corps et difficultés à soutenir des efforts importants. D'où essentiel de faire intégrer aux élèves des contenus sécuritaires afin de préserver leur intégrité physique.

*EPS (programmes 2008): - contribution à la santé en permettant aux élèves de mieux connaître leur corps  
- éducation à la sécurité par des prises de risque contrôlées*

## **Principes généraux:**

- Tenir compte du poids et de la taille de chacun (binômes élaborés à partir des caractéristiques générales des élèves :tonicité, morphologie, etc...
- Changer les rôles (Les élèves doivent tous être, tour à tour, porteur et voltigeur. Intégrer petit à petit un pareur en fonction des besoins)
- Connaître les prises manuelles: cf p 40 Acrosport C.Huot– Monéta et M.Socié
- Communiquer entre porteur, pareur et voltigeur
- Varier les contacts
- Faire une démonstration de toutes (ou partie) des pyramides, afin de vérifier et de faire corriger, par les élèves, la bonne exécution.
- Connaître et respecter les points d'appuis interdits: vertèbres dorsales et cervicales)
- Ne porter ni bijoux, ni de chaussures (se mettre nu pieds)
- Avoir les cheveux attachés
- Protéger sa tête et ses cervicales

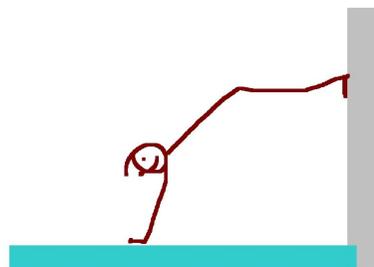
## TRAVAIL SUR L'EDUCATION POSTURALE

(cf 1ère situation en EP; peut également être fait en classe en amont ou en aval avec des playmobils, poupées articulées, en chiffon, en pâte à modeler...):

- Alignement segmentaire (corps gainé, tonique).
- Dos droit pour soulever ou porter: ce sont les cuisses qui travaillent.
- Bassin en rétroversion, abdominaux et fesses contractés : GAINAGE.
- Bassin et épaules comme points d'appuis, jamais le milieu du dos.
- Pieds en ouverture sur le porteur pour augmenter la surface d'appuis (notion d'appuis sur l'autre).
- Notion d'équilibre (augmenter le polygone de sustentation avec le centre de gravité au milieu).
- Equilibre du porteur et du voltigeur créé par le déséquilibre simultané des partenaires dans des directions opposées
- Fixer son regard devant soi.

Prendre conscience du gainage du corps (cf p35– 36 « Acrosport » C.Huot– Monéta et M.Socié)

Mains au sol : monter les pieds contre un mur ou sur un obstacle solide. Se maintenir quelques secondes et redescendre lentement (sans se laisser tomber) - travailler dos creux , dos rond, dos plat et comparer



# LES RÔLES SOCIAUX

se faire confiance mutuellement

## Apprendre à être pareur

Montage, équilibrage, démontage ( savoir ce que vont réaliser les gymnastes): donner le départ, aider et diriger  
Etre placé près des exécutants (plutôt en arrière) et prévoir le point de chute (anticiper)  
Aider à la réception  
Vérifier le respect des règles de sécurité  
Ne jamais être spectateur mais avoir un rôle actif tout le temps

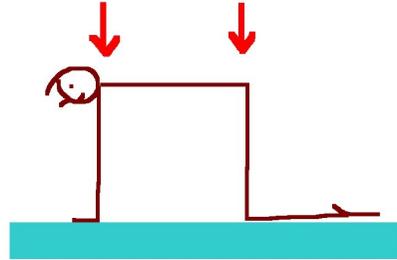
## Apprendre à être observateur

Apprécier la prestation à partir de critères définis

## Apprendre à être chorégraphe

Créer ou reproduire des postures et construire leur enchaînement.

Apprendre une première position de porteur: surface d'appui pour le partenaire (Privilégier parfois le portage en boule plutôt qu'à 4 pattes pour d'éventuels problèmes de tonicité en cycle 1)



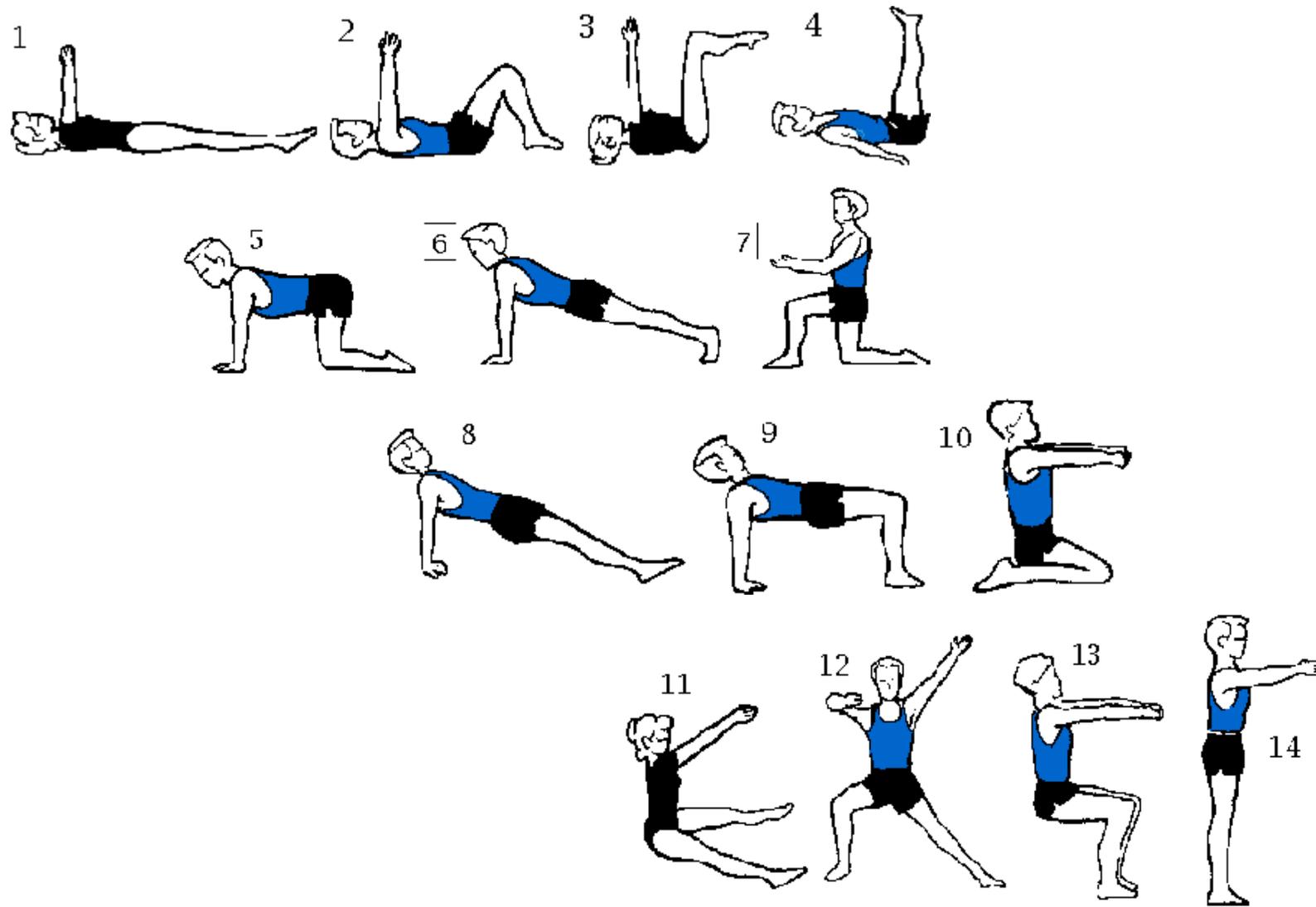
Le porteur ci dessus doit avoir une base solide et large:

- avoir les mains bien à plat (attention de ne pas mettre les pouces en opposition)
- avoir des appuis larges et stables : bras bien tendus et écartés de la largeur de ses épaules; genoux écartés de la largeur des pieds
- avoir le dos plat( pour soulever et porter), les cuisses bien verticales (ce sont elles qui travaillent le plus), la tête haute, le regard placé entre les mains
- aligner ses segments (mains/épaules; genoux/hanches)
- diriger le montage ( rester tonique des bras, jambes et dos) et participer au démontage de la figure
- prévenir le voltigeur en cas de déséquilibre ou douleur (communication)
- éviter de porter trop longtemps (10 à 15 secondes)
- rester immobile quand le voltigeur descend .
- connaître les prises de main adaptées (main/main; main/poignet; parties fixes/parties fixes)

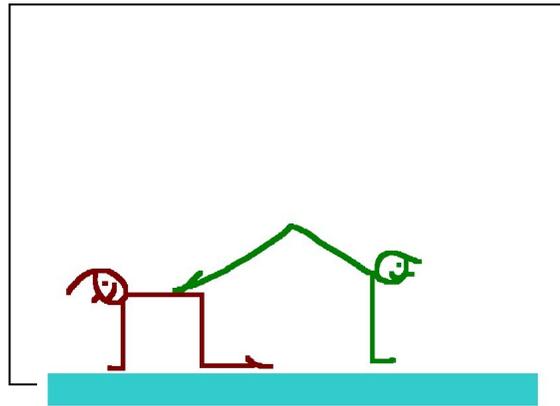
**Préservation de l'intégrité physique**

**Stabilité de la base de la figure**

Pour créer une figure le porteur a le choix entre plusieurs positions, de la position allongée, la plus facile, à la position debout, la plus difficile.



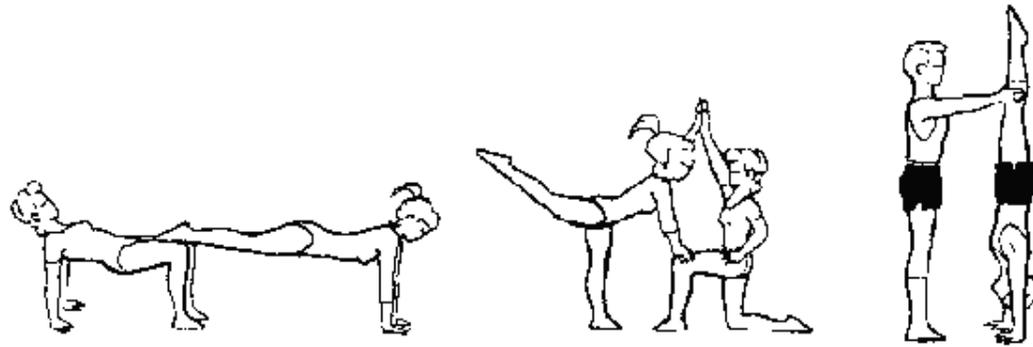
## Apprendre une première position de voltigeur (prend ses appuis sur le porteur)



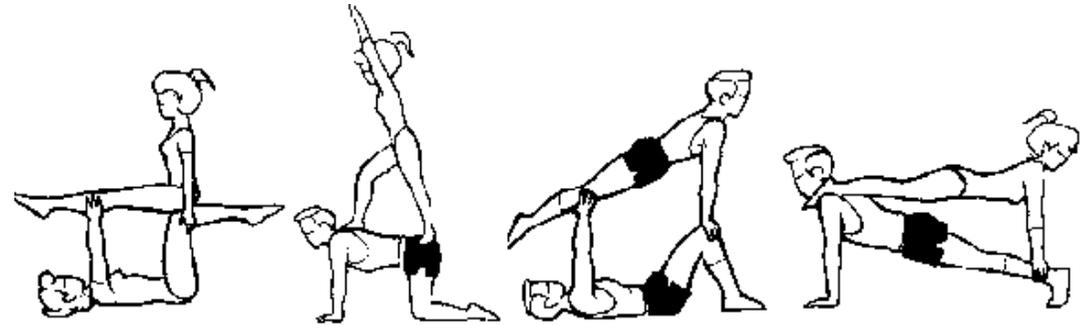
Le voltigeur a, lui aussi, des contraintes. Il doit:

- se faire le plus léger possible et se faire aider pour alléger sa charge sur le porteur
- s'assurer que la base de la figure est stable et sécuritaire
- se placer près de l'axe du porteur pour monter en délicatesse (souplesse d'un chat) puis s'écarter petit à petit
- s'appuyer sur le porteur aux endroits autorisés (bassin, genoux pliés et épaules mais pas milieu de dos ou de cuisses): commencer par l'arrière pour aller vers les épaules
- monter doucement en respectant son porteur (si celui-ci dit qu'il a mal, la pyramide cesse immédiatement)
- communiquer avec le ou les porteurs et l'aide (prévenir en cas de déséquilibre )
- fixer des points de repères extérieurs
- démonter la pyramide dans le sens inverse de la montée
- prévoir son lieu de réception en accord avec le porteur, ne pas sauter brusquement pour descendre; travailler

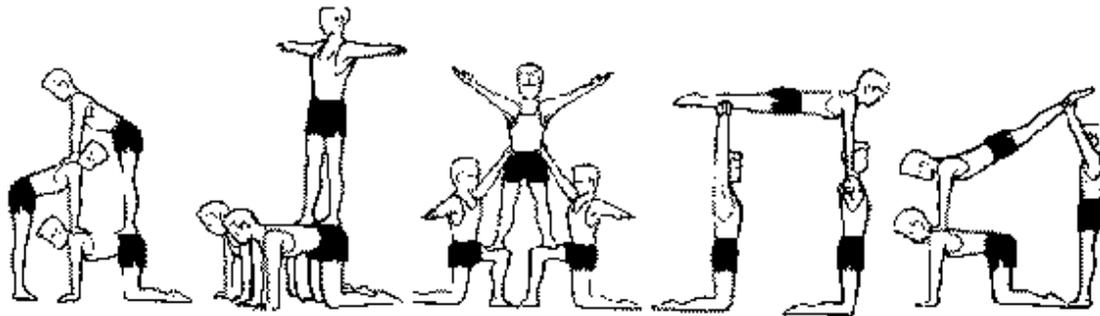
**Préservation de l'intégrité physique    Assurance d'une figure stable et sécuritaire à la base**



Le voltigeur a des appuis au sol : les mains ou les pieds



Le voltigeur n'a aucun appui au sol



Le voltigeur est en appui sur 2 porteurs

# Principes pour faire et défaire une pyramide

(Procédure illustrée par un exemple)

## 1. Etape préparatoire : moment important et lent.

Le porteur offre une base solide et large, les bras et les cuisses verticaux, le dos bien plat, la tête haute dans l'alignement.

Le voltigeur se place au mieux pour se préparer à situer son pied sur le haut de la fesse et faire l'ascension par la force des jambes.

## 2. Etape constructive : moment d'action rapide.

Le porteur aide la montée en restant tonique des bras, des jambes et du dos.

Le voltigeur se propulse en haut avec les jambes et l'aide des bras pour s'équilibrer dans l'appui successif des deux pieds.

## 3. Etape d'équilibration : moment esthétique.

Le voltigeur cale ses pieds de chaque côté du haut des fesses du porteur et se redresse totalement vers le haut, puis fixe son bassin en rétroversion. Il immobilise ses bras dans la posture choisie. Le porteur contrôle la verticalité des cuisses et la tonicité (gainage) du dos pour soutenir la charge et aider l'équilibre.

## 4. Etape de démontage : moment à risque.

Avant de quitter la pyramide, le voltigeur doit bien repérer la position des mollets, chevilles, pieds du porteur. Le porteur doit faire preuve d'une tonicité importante afin de permettre le démontage. Un signal du porteur commande la sortie du voltigeur. L'aide d'un partenaire est parfois utile pour orienter et accompagner la sortie.



# La séance d'acrogym

## **Environnement matériel:**

Enfants pieds nus, échauffés, sur dojo ou tapis pour chaque séance (espace protégé, suffisant entre chaque groupe + appareil photo et/ou caméra, affichage spécifique (salle de motricité et salle de classe)

## **Déroulement de la séance:**

### *Echauffement:*

en musique avec des petites variantes; dirigé par l'enseignant puis progressivement élève meneur.

- généralisé avec activation cardio pulmonaire puis de plus en plus spécifique et ludique avec exercices de gainage, d'équilibre, de déplacements segmentaires, de placements de dos ou portés, obligeant les élèves à s'entraider

- exercice de mise en condition articulaire et m musculaire

### *Corps de la séance:*

- travail des figures: situation problème à résoudre– reproduction de figures– défi– créations collectives originales...

- observation des propositions des camarades pour validation et commentaires

### *Retour au calme:*

Étirements (avec ou sans musique) et bilan

**Echauffement:** en musique avec des petites variantes; dirigé par l'enseignant puis progressivement élève meneur.

- d'abord généralisé avec *activation cardio pulmonaire* puis de plus en plus spécifique et ludique avec exercices de *gainage, d'équilibre*, de déplacements segmentaires, de placements de dos ou portés, obligeant les élèves à s'entraider : déplacements variés dans l'espace de la salle (aléatoire ou dans des organisations particulières type « 1-2-3 soleil » « pose photo » ou « Jacques a dit »):

- . modes de déplacement (marches, courses, quadrupédies genoux mains, pieds mains, ventre en haut (araignée) sautillés comme un lapin, une grenouille; pas de géants, imitation d'animaux: crabe sur le côté, ventre au sol... )
- . direction (avant, arrière, côté )
- . vitesse

ARRET musique: différents ordres donnés sous forme « Jacques a dit par exemple »

- exercices d'équilibre: stop en statue figée 3 secondes . seul: « statue » imaginée ou imposée avec contraintes
  - . caché derrière quelqu'un: « cache-cache »
  - . accrochés par 2 ou plus: « accroche »
  - . « 1-2-3 surprise »: 1 de ses situations choisie par l'enseignant

- exercice de mobilisations des articulations avec ou sans déplacement en miroir avec l'enseignant puis au fur et à mesure avec des enfants (ordre des pieds à la tête à respecter)

. en position assise et debout: chevilles (bien distinguer pointes de pieds tendues et fléchies), genoux (bien distinguer jambes tendues et fléchies), bassin, poignets et mains, coude, épaules et cou.

- prise de conscience des états de tonicité musculaire:

- éducation posturale: gainage du corps (seul: 4 pattes, le long du mur; à 2: cf schéma)

. Jeu des 4 zones: déplacement d'une zone à l'autre en respectant les contraintes avec des arrêts imposée dans chaque zone

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

- jeux de contact à 2:

. faire glisser le partenaire (statue dure ou poupée de chiffon) sur un coussin ou une couverture posé sur le parquet, en le tirant, en le poussant par contact des mains du dos ou des épaules

. faire la bête à deux têtes avec différents partenaires, explorer les différents déplacements vus précédemment.

Cf fiche n° 1: exemples d'exercices d'échauffement

**Conduites typiques (cf tableau équipe EPS 41 stage 2009)**

# PROJET DE L'UNITE D'APPRENTISSAGE

**COMPETENCE SPECIFIQUE :** Programmes 2008 :

- adapter ses déplacements à des environnements ou contraintes variés ;
- coopérer et s'opposer individuellement ou collectivement ; accepter les contraintes collectives ;
- s'exprimer sur un rythme musical ou non, avec un engin ou non ; exprimer des sentiments et des émotions par le geste et le déplacement ;
- se repérer et se déplacer dans l'espace ;

**COMPETENCE ATTENDUE :** Construire, réaliser et présenter collectivement un enchaînement de 2 à 3 figures acrobatiques (duos et trios), montées et démontées de façon sécurisée, liées entre elles par des éléments gymniques ou esthétiques.

## PHASE DE DECOUVERTE

Pour entrer dans l'activité  
Cf exo d'échauffement par

- « Jacques a dit » ou « 1 2 3 soleil » (déplacements variés)
- les statues en musique
- cache cache
- accroche
- les déménageurs
- la bête à 2 têtes
- le chat perché

**PHASE D'APPRENTISSAGE** à partir des besoins évalués sur la situation de référence: statues (3 sec) à partir de photos

Objectifs: - aider au contact - trouver et améliorer son équilibre

**PHASE DE BILAN**

### Les objectifs moteurs et méthodologiques :

- . **moteurs (CAPACITES):** produire une grande diversité de déplacements, de positions pour passer d'une juxtaposition de figures à un enchaînement de figures construit en fonction des compétences de chacun ( maîtrise des déplacements et des placements).
- . **méthodologiques (CONNAISSANCES ET ATTITUDES)**
  - \***niveau cognitif:** nommer les différentes parties de son corps, le lexique spatial, connaître la terminologie de l'activité (porteur, voltigeur, pareur, observateur, pyramide, ), intégrer les règles de sécurité ; s'approprier un critère d'observation dans l'optique de pouvoir juger.
  - \***niveau socio affectif:** fixer son attention, accepter le contact physique et l'observation d'autrui pour être jugé, doser le risque, contrôler ses émotions, accepter des exigences motrices (répétitions), communiquer pour construire et réaliser en synergie avec les autres

- les acrobates: choix de 2 ou 3 postures (maintien 3 sec) à

## LIEN AVEC LE SOCLE COMMUN : Pilier 1 (fin de CE1)

*Compétence 1:* connaissances lexicales spécifiques; capacités d'expression orales, de lecture et d'écriture; attitudes pour le dialogue et le débat

*Cptce 3 :* situation d'objets par rapport à soi ou à un autre objet, position et description de son déplacement; repérage dans l'espace et dans son environnement proche, déplacement adapté; utilisation de carte, de plan

*Cptce 5:* lecture et utilisation de tableaux, photographies ...

*Cptce 6:* formation à la santé, la sécurité, la citoyenneté (capacités: respect des règles, travail en équipe; attitudes de responsabilité, solidarité)

*Cptce 7 :* autonomie( connaître ses propres points forts et faiblesses ; capacités à mettre en relation les acquis des différentes disciplines et les mobiliser dans des situations variées ; développer sa persévérance) ; Attitudes( motivation, confiance en soi, désir de réussir et de progresser; volonté de se prendre en charge personnellement ; d'exploiter ses facultés intellectuelles et physiques ; mettre à l'essai plusieurs pistes de solution)

## PROGRESSION DE L'UNITE

### Leçon n°1 :

- Objectifs :
- Au niveau moteur : Faire émerger par les élèves, de façon ludique, les principes relatifs à la sécurité active et passive
  - Au niveau méthodologique : Savoir aider ses camarades et accepter d'être observé.

### Leçon n°2 :

- Objectifs :
- Au niveau moteur : . Rappeler aux élèves les principes relatifs à la sécurité active et passive.  
. Inventer des duos simples en respectant les contraintes données.
  - Au niveau méthodologique : Savoir parer ses camarades et repérer des critères d'observation simples.

### Leçon n°3 :

- Objectifs :
- Au niveau moteur : . Idem leçon 2 +Retravailler les duos choisis.
  - Au niveau méthodologique : Savoir parer ses camarades.

### Leçon n°4 :

- Objectifs :
- Au niveau moteur : : . Idem leçon 2 et 3 + Construire les duos proposés.  
. Enchaîner deux duos choisis en anticipant leur montage et leur démontage.
  - Au niveau méthodologique : S'approprier des critères d'observation simples.

### Leçon n°5 :

- Objectifs :
- Au niveau moteur : . Savoir répartir le poids de son corps lors de la montée sur les porteurs.  
. Construire les trios proposés et en choisir un.  
. Travailler sur le montage et le démontage des figures.
  - Au niveau méthodologique : Intégrer son rôle d'aide ou de pareur.

### Leçon n° 6 :

- Objectifs :
- Au niveau moteur : . Concevoir une chorégraphie avec deux duos et un trio choisis en les enchaînant avec des liaisons esthétiques ou gymniques.  
. Travailler sur l'espace, le rythme et la synchronisation.
  - Au niveau méthodologique : Savoir juger une prestation. S'organiser collectivement pour construire la chorégraphie.

### Leçon n°7 :

- Objectifs :
- Au niveau moteur : Retravailler son enchaînement.
  - Au niveau méthodologique : Se concentrer afin de présenter sa chorégraphie.

### Leçon n°8 :

- Objectifs :
- Au niveau moteur : Présenter sa chorégraphie devant toute la classe.
  - Au niveau méthodologique : Se concentrer pendant sa prestation et savoir juger à partir de critères précis.

## PHASE DE DECOUVERTE: 1 à 4 séances

**Objectifs :** phase d'exploration pour élargir le répertoire moteur, les équilibres et développer la créativité

\* **au niveau moteur (CAPACITES) :** - élargir le vocabulaire gestuel - expérimenter des renversements, des maintiens  
- contrôler ses actions pour réaliser des déplacements complexes - dissocier les différentes parties de son corps  
- découvrir les 4 verbes fondamentaux: porter - s'équilibrer - grimper - parer

\* **au niveau cognitif (CONNAISSANCES) :** - intégrer les règles de sécurité - connaître les rôles sociaux  
- résoudre des problèmes - apprécier intuitivement - mettre en œuvre sa pensée créatrice  
- prendre des repères dans l'espace - utiliser le vocabulaire permettant de décrire des positions

\* **au niveau relationnel( ATTITUDES) :** - accepter l'autre, son contact physique, son observation - l'écouter, l'aider (coopérer)

### **Ce que l'enseignant doit faire :**

. **Mise en place (matériel et organisation spatiale):** mettre en situation à partir de divers appuis au sol en jouant sur le nombre (mains, pieds, fesses, genoux, dos, tête, coudes), recherches et essais individuels puis en duos

- **Outils** (fiches d'observation, plans, schémas...): -fiches exemples de pyramides (photos, dessins, maquettes)

- appareil photo pour garder en mémoire un réservoir de trouvailles à partir du fourmillement d'idées

. **Variables :** enrichir les réponses en faisant comme (observation ), en faisant autrement (appuis variés), en faisant collectivement (à 2, à 3)

**Organisation des groupes d'élèves:** Partager la classe en binômes ou trinômes en fonction des situations problèmes; prévoir toujours des observateurs

### **OUTILS D'OBSERVATION OU D'ÉVALUATION :**

- grilles d'observation élèves et enseignant critériées

•  
- Prévoir un appareil photo et éventuellement un caméscope pour pouvoir revenir avec les élèves sur les stratégies mises en place lors de la séance

**Lien avec le socle commun cf pages introductives**

## JEUX DE DEPLACEMENTS avec arrêts musicaux

- Les élèves se déplacent selon différentes variantes (appuis divers, modes de déplacement, direction, vitesse) dans la salle pendant qu'une musique défile. A l'arrêt de la musique, chacun s'arrête selon des consignes particulières: « Jacques a dit » ou « 1 2 3 soleil »
- Favoriser les observations en décalant les temps de posture (2 groupes par ex), en prévoir des traces (descriptions, dessins, photos, films...) Après avoir divisé la classe en deux, la première moitié commence le jeu pendant que l'autre moitié observe les placements et l'originalité des postures prises (seul ou à plusieurs selon les jeux)

### \* Les statues en musique

- Seul puis à plusieurs (socles et statues)
- . Arrêt en posture au choix ou avec contraintes (dites: 1 main et 1 pied au sol, les fesses en l'air, allongé... ou montrées: photos, dessins, modèles élèves ou ombres projetées) et en la stabilisant au moins pendant 3 secondes.

### \* Cache cache

- en groupe classe
- . Arrêt en cachette derrière un camarade ou un objet de la salle

### \* Accroche

- en groupe classe
- . Arrêt accroché à un copain (diverses parties du corps - plusieurs camarades - nombre et nature des appuis au sol imposés)

### \* Le Chat perché

- 2 par 2, l'un représentant le perchoir (le chat, porteur) et l'autre la souris (le voltigeur).
- en groupe classe, par 2
- . Arrêt en posture au choix ou avec contraintes pour le chat. Ensuite, la souris se hisse sur le chat, équilibrée et expressive.
- . Inversement posture imposée à la souris. Puis rôles inversés pour que les deux élèves soient observés en tant que porteur et voltigeur.

- \* 1 2 3 4 surprise: 1 des 4 situations ci dessus au choix du meneur de jeu

### \* Les déménageurs

- en classe entière, par groupes de 4
- . Déplacer un camarade d'un lieu à l'autre sans le faire tomber

## REPRISE DES DEPLACEMENTS sous forme ludique en binôme

### \* La bête à 2 têtes

- en groupe classe, défi par 2
- . Traversée la plus grande distance possible à 2 enfants qui se chevauchent, se portent, se traînent... (1 seul transportant )

# Situation n° 1 : contenus sécuritaires

## Objectifs :

au niveau moteur : gagner le corps (éducation posturale pour garder son intégrité physique)

au niveau méthodologique: - Faire émerger par les élèves, de façon ludique, les principes relatifs à la sécurité active et passive -Savoir aider ses camarades et accepter d'être observé.

DOCUMENT :

LIEU : salle avec tapis

## DESCRIPTION DE LA SITUATION

**But :**

- apprendre une première position de porteur, de voltigeur (réaliser une figure représentée)
- comprendre la notion de porteur et de voltigeur (observer, se repartir les rôles )
- stabiliser les équilibres

**Organisation / consignes :** « Vous devez reproduire les 3 situations présentées et dire ce que vous ressentez ».

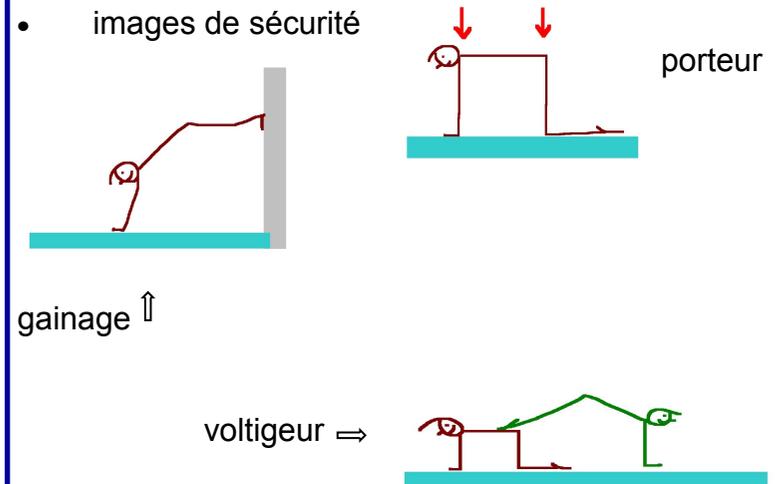
**-Rôle des adultes:** sécurité , respect des consignes

**CRITÈRES DE RÉUSSITE :** validation par le camarade des points incontournables– photo– sensations de « muscles durs qui résistent »

**VARIABLES:** énonciation du message (oral, avec image, photo, ges-

## Organisation matérielle :

- images de sécurité



**Contenus d'enseignement :** omniprésentes à chaque séance

**Connaissances :** *Mathématiques* - Se repérer et se déplacer dans l'espace: se situer et situer les personnes les unes par rapport aux autres, par rapport à d'autres repères ou par rapport à soi (verbalisations) :

**Capacités :** - avoir une bonne maîtrise de son corps  
- communiquer et travailler en équipe - prendre la parole en public - appliquer les règles élémentaires de sécurité - passer des idées aux actes

**Attitudes:** S'exprimer à l'oral en s'adaptant à la situation et à son interlocuteur

**Savoir communiquer des informations**

**Affirmer son autonomie**

**Coopérer pour réaliser un projet**

## Comportements observables :

**Niveau 1 :** manque de gainage

*Porteur :* écarts des bras et genoux trop aléatoires, dos parfois creux, base instable

*Voltigeur :* placement des appuis hasardeux, aucune réflexion sur la sortie

**Niveau 2 :** meilleure tonicité générale

*Porteur :* dos plat, appuis solides; participation au démontage

*Voltigeur :* prévision du lieu de réception, bon alignement segmentaire

# Situation n° 2 : situation de référence : les statues

## Objectifs :

**au niveau moteur :** - découvrir de nouveaux appuis et équilibres seul puis sur le corps d'un partenaire, en déplacement et en immobilité - s'équilibrer (entre le poids donné et le poids reçu) - utiliser les modes d'action acquis antérieurement pour des actions collectives plus complexes

**au niveau méthodologique:** - aider ses camarades et accepter d'être observé. - inscrire son action avec celle des autres - respecter des règles - intégrer les principes relatifs à la sécurité active et passive.

**DOCUMENT :** : annexe 3: photos

**LIEU :** salle avec tapis

## DESCRIPTION DE LA SITUATION

**But :** - réaliser seul puis à plusieurs des statues équilibrées et originales (puis étirées: le plus grand possible, dur et tonique)

**Organisation / consignes :** « Vous choisissez une photo pour reproduire la statue qui est dessus pendant au moins 3 sec» seul puis à plusieurs

**Rôle des adultes:** fait respecter les règles de sécurité et les règles de fonctionnement, aide au choix des pyramides, rectifie les postures inadaptées ou dangereuses, valide le travail réalisé

**CRITÈRES DE RÉUSSITE :** 4 postures différentes maîtrisées pendant au moins 3 secondes ( 2 seules puis à 2, à plusieurs); respect des contraintes validées par les élèves à tour de rôle

**VARIABLES:** énonciation du message (oral, avec image, photo, geste...), formes d'équilibre imposées (sur 1 pied, les 2 mains au sol, 1 main et les fesses...). différentes parties du corps, nombres d'appuis, largeur des surfaces d'appuis, objet socle, temps imparti, nombre de voltigeurs et pareurs  
Référents visuels des statues: reproductions des autres; Images de départ:

## Organisation matérielle :

- salle avec tapis, lecteur CD, tenue adaptée et pieds nus
- Reproductions des pyramides, des œuvres d'artistes
- Affichage règles de sécurité

## Comportements observables :

**Niveau 1 :** problèmes de placements

*Porteur :* instabilité de la base, manque de gainage

*Voltigeur :* éloigné de l'axe du porteur pour monter

*Pareur:* ne se sent pas concerné

**Niveau 2 :** bonne communication entre les partenaires

*Porteur :* bonne stabilité dans la durée

*Voltigeur :* bon placement près de l'axe du porteur pour monter en souplesse, bons appuis

*Pareur:* attentif., aide au montage et au démontage, à la réception

**Contenus d'enseignement : cf situation 2 bis**

# Séance n° 2 bis : cache cache ; accroche

## Objectifs :

**au niveau moteur :** - découvrir de nouveaux appuis et équilibres seul puis sur le corps d'un partenaire, en déplacement et en immobilité - s'équilibrer (entre le poids donné et le poids reçu) - utiliser les modes d'action acquis antérieurement pour des actions collectives plus complexes

**au niveau méthodologique:** - savoir aider ses camarades et accepter d'être observé. - inscrire son action avec celle des autres - respecter des règles - réagir à des consignes verbales

**DOCUMENT :** : annexe 1

**LIEU :** salle avec tapis

## DESCRIPTION DE LA SITUATION

**But :** s'équilibrer seul puis à plusieurs - réaliser à plusieurs des statues équilibrées et originales

- **Organisation / consignes :**

*Cache cache:* « A l'arrêt de la musique, cachez vous en position de statue derrière un camarade ou un objet »

*Accroche:* « A l'arrêt de la musique, accrochez vous à un camarade en position de statue. »

-**Rôle des adultes:** fait respecter les règles de sécurité et les règles de fonctionnement

**CRITÈRES DE RÉUSSITE :**

**VARIABLES:** différentes parties du corps, nombres d'appuis, largeur des surfaces d'appuis, temps imparti, nombre de gymnastes

## Organisation matérielle :

- salle avec tapis, lecteur CD, tenue adaptée et pieds nus
- Reproductions des pyramides, des œuvres d'artistes

## Comportements observables :

**Niveau 1 :** manque de stabilité dans le temps

**Niveau 2 :** bonne communication entre les partenaires, tenue durable de la statue

## Contenus d'enseignement :

**Connaissances :** - Se repérer et se déplacer dans l'espace: se situer et situer les personnes les unes par rapport aux autres, par rapport à d'autres repères ou par rapport à soi (verbalisations)

**Capacités :** - décrire un parcours

## Attitudes:

S'exprimer à l'oral en s'adaptant à la situation et à son interlocuteur

Savoir communiquer des informations

Affirmer son autonomie

# Situation n° 3 : le meuble et les déménageurs

## Objectifs :

au niveau moteur : - augmenter la solidité de ses appuis - porter en sécurité - gagner son corps

au niveau méthodologique: - imaginer une solution pour porter en toute sécurité et sans peiner

LIEU : salle avec tapis

## DESCRIPTION DE LA SITUATION

**But :** Déplacer un camarade d'un lieu à l'autre sans le faire tomber

**Organisation / consignes :** en classe entière, par groupes de 4  
« A 2 (les déménageurs), transporter un 3ème camarade (le meuble) sans le lâcher, ni le déformer, le tirer, le rouler ».

Changer les rôles; transporter des tapis tout mous, fauteuils à accoudoirs...

.Réfléchir à quels endroits les prises ont été le plus efficaces, quelles sensations doit avoir la statue pour être facilement transportable, comparer les 2 types de statues (dures et molles)

**Rôle des adultes:** fait respecter les règles de sécurité et les règles de fonctionnement, vérifier les saisies, guide les élèves

## CRITÈRES DE RÉUSSITE :

Porteurs: réussir à transporter sans faire tomber en tenant solidement et avec précaution

Portés: se durcir pour faciliter le transport

**VARIABLES:** différentes parties du corps, saisies imposées

## Organisation matérielle :

- salle avec tapis, tenue adaptée (vêtements qui ne craignent rien, prêts du corps) et pieds nus

## Comportements observables :

**Niveau 1 :** mauvaise conscience du risque

*Porteurs :* non coordonnés

*Voltigeur :* manque de gainage

**Niveau 2 :** bonne communication entre les partenaires

*Porteurs :* **prises adéquates**

*Voltigeur :* bonne stabilité dans la durée

# Situation n° 4 : la bête à 2 têtes

## Objectifs :

au niveau moteur : - augmenter la solidité de ses appuis - porter en sécurité - gagner son corps  
au niveau méthodologique: - imaginer une solution pour porter en toute sécurité et sans peiner - se répartir les rôles et tenir un rôle défini (porteur, porté) - collaborer -argumenter, critiquer

LIEU : salle avec tapis

## DESCRIPTION DE LA SITUATION

**But** : traverser la plus grande distance possible à 2 enfants qui se chevauchent, se portent, se traînent... (1 seul transportant )

- **Organisation / consignes** : en classe entière, par groupes de 2  
« Traverser le tapis à 2 en se transportant en allant le plus loin possible.

Première étape: les porteurs sont en place.

Deuxième étape: les voltigeurs s'installent

Troisième étape: les bêtes se déplacent...jusqu'à la chute.»

Changer les rôles

.Observateurs: Réfléchir à quels binômes ont été le plus efficaces, pourquoi -**Rôle**

**des adultes**: fait respecter les règles de sécurité et les règles de fonctionnement; encourage les exploits

**CRITÈRES DE RÉUSSITE** : figures stables; consignes et règles de sécurité respectées

**VARIABLES**: par 3 ou 4: la chenille (enfants reliés pieds mains) ou le mille pattes (pieds sur épaules du suivant)



## Organisation matérielle :

- salle avec tapis en longueur , tenue adaptée (vêtements qui ne craignent rien, prêts du corps) et pieds nus

## Comportements observables :

**Niveau 1** : mauvaise prise en compte des idées des autres

*Porteur s*: non coordonnés

*Voltigeur* : manque de gainage

**Niveau 2** : bonne communication entre les partenaires

*Porteurs* : mouvement anticipé et stable

*Voltigeur* : bonne stabilité dans la durée

# Situation n° 5 : le chat perché

## Objectifs :

au niveau moteur : - augmenter la solidité de ses appuis - porter en sécurité - gagner son corps - grimper  
au niveau méthodologique: - prendre conscience des risques (pour soi, pour autrui) et les maîtriser - imaginer une solution pour porter et être porté en toute sécurité et sans peiner

LIEU : salle avec tapis

## DESCRIPTION DE LA SITUATION

**But** : réaliser une pyramide à 2 ou à 3

**Organisation / consignes** : en classe entière, par groupes de 2

-Déplacements en musique ; au 1er arrêt, l'un représentant le perchoir (le chat, porteur) et l'autre la souris (le voltigeur).

et à la coupure, arrêt en posture au choix ou avec contraintes pour le chat. Ensuite, la souris se hisse sur le chat, équilibrée et expressive.

. Inversement posture imposée à la souris. Puis rôles inversés pour que les deux élèves soient observés en tant que porteur et voltigeur.

-**Rôle des adultes**: fait respecter les règles de sécurité et les règles de fonctionnement

### CRITÈRES DE RÉUSSITE :

**VARIABLES: Défi des acrobates** .A 3 (taille similaire: un porteur, 1 voltigeur et 1 pareur), imaginer un équilibre à 4 pattes

Changer les rôles, proposer d'autres positions: - pour le porteur: assis, à genoux, un pied au sol, allongé sur le dos...

- pour le voltigeur: allongé sur le ventre, en équilibre sur les mains...

.Réfléchir aux zones du corps solides pour le voltigeur, à la manière dont on descend

. Présenter l'acrobatie préférée aux autres

**Loup dans sa tanière**: compte jusqu'à 5 pour attraper les moutons qui doivent se percher le plus rapidement possible pour ne pas être pris

## Organisation matérielle :

salle avec tapis, tenue adaptée (vêtements qui ne craignent rien, prêts du corps) et pieds nus

## Comportements observables :

### Niveau 1 :

*Porteur* : instable

*Voltigeur* : mal équilibré

**Niveau 2** : bonne communication entre les partenaires

*Porteurs* : solides sur leurs appuis

*Voltigeur* : montée précise et dynamique, bonne stabi-

## PHASE D'APPRENTISSAGE: 6 à 8 séances

**Objectifs :** transformer les 1ères trouvailles en développant la création, en recherchant l'inédit

**au niveau moteur :** - développer différents équilibres - varier les appuis - équilibrer le poids donnée et celui reçu - prendre des risques mesurés - garder une position en contact avec des camarades - réussir des porter - ajuster ses mouvements à ceux de ses partenaires - reproduire ou créer des figures adaptées à ses possibilités

**au niveau méthodologique :** - écouter l'autre et prendre confiance en lui - prendre des repères dans l'espace  
- utiliser le vocabulaire permettant de décrire des positions - choisir des musiques adaptées  
- prendre en compte les spectateurs - exercer son jugement critique - connaître les critères acrobatiques et esthétiques

### Ce que l'enseignant doit faire :

#### Mise en place (matériel et organisation spatiale):

-

**Outils :** supports (fiches d'observation des élèves; images, photos, planches, dessins ou posters représentant des postures ; affichages mémoires ou autres traces réalisées en classe...)

**Variables :** élèves dans chaque groupe (nombre, hétérogénéité), musique ou non, enchaînement des pyramides, passation des consignes

**Organisation des groupes d'élèves:** toujours en 2 groupes (1 acteur 1 observateur au moment de l'évaluation), sinon travail en trio la plupart du temps

**Rôle des adultes :** - faire respecter les règles de sécurité et les consignes -réguler les déplacements - s'assurer que chaque élève est présent, participe véritablement (sinon remanier les trios) et connaît son rôle -- photographe, filmer les élèves, noter ou enregistrer leurs réactions  
- favoriser les échanges entre les élèves - aider matériellement

**Bilan et évaluation :** formatives en cours et fin de séance, bilans en grand groupe à la fin de chaque séance, fiches de travail, film

### OUTILS D'OBSERVATION OU D'ÉVALUATION :

- Appareil photo, caméscope
- Grilles d'observations :
  - respect des exigences (sécurité, consignes particulières)
  - comportement dans le groupe: prise de parole, d'initiative, régulation des camarades, leader, suiveur..
  - organisation des déplacements
  - repérage de son corps et de celui des autres dans l'espace
  - prise de risques contrôlés
  - dessins ou commentaires proposés ou spontanés en fin de séance, sur un atelier langage spécifique, durant l'accueil pour se remémorer la séance, la décrire, légendier des photos...

**Lien avec le socle commun :** Idem phase de découverte

## ACCEPTER L'AUTRE ET AIDER AU CONTACT

**Principes:** maintenir un contact physique pour s'approprier de nouvelles habiletés motrices (portés)

**Complexification:** des jeux de miroir aux tunnels; du porteur au sol au porteur debout

\* Jeux d'échauffement :

- réaliser des mouvements en miroir (en même temps, décalé, inversé)
- cache cache
- accroche: contacts physiques avec différentes parties du corps: dos, face accroupi, en déplacement, avec un objet intercalé

\* Le contact :

- chat perché: porté
- invention de tunnels, ponts, abris... avec x appuis au sol; différentes façons de passer dessous
- transport au sol du camarade: brouette, poupées de chiffon..
- postures en contact: à 2 pieds, dos à dos, autre partie du corps commune
- création d'un abécédaire

## TROUVER ET AMELIORER SON EQUILIBRE

**Principes:** porter loin son regard devant, tendre les bras

**Complexification:** augmenter la hauteur des supports, diminuer la largeur et le nombre d'appuis, les rendre plus instables, ajouter des partenaires, tenir plus longtemps, se déplacer, enchaîner les actions, utiliser du matériel pour des postures plus complexes

\* Statues de l'échauffement

\* Exercices d'équilibre à 2:

- sur bancs puis poutres : - porter sur le dos, en brouette - se croiser - passer par dessus son partenaire agenouillé, entre ses jambes....
- Combats de coq en restant gainé sur 2 pieds puis 1; saute moutons; funambules, échasses...
- Accrochés dos à dos, se lever, s'asseoir, sauter sur place, en côté, réaliser une course
- Montée et descente en se tenant face à face par les mains pieds contre pieds, tenant chacun 1 jambe de l'autre en face
- Cavaliers au foulard: Portés par 2 avec foulard à décrocher sur les autres montures

\* Jeux de marelles variés

## AVOIR DES APPUIS PLUS PERFORMANTS

**Principes:** maîtriser son corps dans de nouvelles postures de plus en plus périlleuses

**Complexification:** variété et taille de la surface des appuis

## DEVELOPPER DES APPUIS VARIES

- \* Acrochaise

- \* La clé de voute: Réaliser une figure stable, symétrique et étirée en s'appuyant sur l'autre

## DIMINUER DE PLUS EN PLUS SES APPUIS

- \* Bête à 2 têtes (échauffement)

- \* Mille pattes

- \* L'aviron

- \* Les unijambistes

- \* Le rouleau compresseur

## S'INITIER AU JEU D'ACTEUR

**Principes:** réaliser une entrée et une sortie (avec un salut), communiquer dans son numéro avec le public, adapter ses déplacements à la prestation, coordonner ses mouvements en musique (éléments de liaisons gymniques) et occuper l'espace scénique

# Situation n° 6 : voltigeur, porteur et pareur

**Objectifs :** au niveau moteur : - s'approprier de nouvelles habiletés - rechercher la précision dans les créations, améliorer les enchaînements - Répéter pour mémoriser / anticiper.  
· au niveau méthodologique : collaborer à l'élaboration d'un plan d'action, participer à son exécution et en évaluer la réalisation - Dessiner, schématiser, écrire, enregistrer, photographier, filmer pour mémoriser et transmettre

## DESCRIPTION DE LA SITUATION :

**But :** Pour les acteurs: inventer une figure stabilisée en passant dans les 3 rôles  
Pour les observateurs: vérifier si les critères de réussite sont respectés

**Organisation / consignes :** à 3, inventer une pyramide qui tienne au moins 3 secondes (un porteur, un voltigeur et un pareur)

**CRITÈRES DE RÉUSSITE :** figure stable, chacun passe dans les 3 rôles, silence pendant la réalisation

**RÔLE DE L'ENSEIGNANT:** respect règles sécurité + fonctionnement: rotation dans les 3 rôles, aide aux échanges verbaux, hiérarchise propositions

**VARIABLES:** - tenir plus ou moins longtemps

- réaliser des postures différenciées: type d'appuis (réduits en taille et nombre), volumes, contrastes, amplitudes avec des contraintes particulières:

. porteur à genoux, 4 pattes, sur le dos, sur le ventre, assis, debout

. voltigeur pied(s) au sol, main(s) sur le porteur ou main(s) au sol, pied(s) sur le porteur

. Portés sans appuis au sol pour le voltigeur

- augmenter la hauteur des figures

- augmenter le nombre de participants

. Elèves modèles: soleils et élèves ombres: copieurs

• Portés sans appuis au sol pour le voltigeur

- augmenter la hauteur des figures, le nombre de participants

## Organisation matérielle :

- tapis + éventuellement petit matériel (cerceau, cordes, bâtons, rubans, chapeaux...)
- Enfants pieds nus, tenue adaptée

## Comportements observables :

**Niveau 1 :** tenue de la posture courte, manque de gainage, corps « déformé »

*Porteur :* écarts des bras et genoux trop aléatoires, dos parfois creux, base instable

*Voltigeur :* placement des appuis hasardeux, aucune réflexion sur la sortie, regard trop aléatoire

*Pareur :* difficultés à se placer

**Niveau 2 :** meilleure tonicité générale; bonne communication entre tous

*Porteur :* dos plat, appuis bas, larges et solides; participation au démontage

*Voltigeur :* prévision du lieu de réception, délicatesse dans la montée, appuis aux endroits autorisés)

*Pareur :* adapté aux figures de ses camarades

## Contenus d'enseignement :

omniprésentes à chaque séance

**Connaissances :** cf S1

**Attitudes:**

**Capacités :**

- S'exprimer en amont avant l'action pour échanger sur ses

**Maths:** représenter une position par le dessin

stratégies

- Contrôler ses prises de parole

- Construire la notion de règle, en tester réellement les limites, en vérifier l'utilité

# Situation n° 7 : jeux de contact

## Objectifs :

au niveau moteur : - entrer au contact avec ses camarades pour adopter une posture identique ou complémentaire  
- gagner le corps (éducation posturale pour garder son intégrité physique)

au niveau méthodologique: - savoir aider ses camarades et accepter d'être observé. - se situer les uns par rapport aux autres

DOCUMENT :

LIEU : salle avec tapis

## DESCRIPTION DE LA SITUATION

**But :** accepter l'autre et aider au contact

**Organisation / consignes :**

*Transport:*(cf déménageurs situation n°3) « Vous devez transporter votre camarade pour vous rendre à l'endroit indiqué le plus vite possible sans chute (en brouette, à 4 pattes, sur le dos..) » poupées de chiffon..

*Défi de postures en contact:* chercher toutes les positions stables possibles, les partenaires restant en contact par les 2 pieds, dos à dos ou toute autre partie du corps commune, reproduction des mouvements de son partenaire en miroirs

*Poupées molles ou statues dures :* élèves se laissant manipuler et devant rester dans la position où l'a placé son partenaire

*Abécédaires:* réaliser à plusieurs corps des lettres, chiffres, formes géométriques

**Rôle des adultes:** respect règles, inventaire saisies et déplacements, guide les élèves

**CRITÈRES DE RÉUSSITE :** respect des règles d'or, du silence pendant la présentation, du temps d'immobilisation; lettres ou formes reconnues

## Organisation matérielle :

- tapis, élèves pieds nus en tenue
- appareil photo numérique
- alphabet modèle
- Images ou photos de postures en contact (éventuellement)

## Comportements observables :

**Niveau 1 :** difficulté à établir un contact , peur de l'observation des autres, mauvaise conscience des risques; pas de prise en compte des autres

**Niveau 2 :** part danger/risque maîtrisée; regard des autres intégré ; échanges critiques fructueux

**Contenus d'enseignement :** cf capacités, connaissances et attitudes citées en Situation n°5 omniprésentes à chaque séance

# Situation n° 8 : Equilibre

## jeux de marelle

### Objectifs :

au niveau moteur : - trouver, améliorer et prolonger son équilibre  
au niveau méthodologique: - se repérer dans l'espace

-travailler la qualité de ses appuis( manuels et plantaires)

DOCUMENT : LIEU : salle avec tapis

### DESCRIPTION DE LA SITUATION

**But :** développer l'impulsion et coordonner ses appuis

**Organisation / consignes :** élèves par groupes de 2 ou 3;  
Jouer à la marelle en respectant les règles de jeu : Cloche pied et pieds parallèles. Impulsion un pied, deux pieds et saut avec rotation.

**Rôle des adultes:** fait respecter les règles de sécurité et les règles de fonctionnement

**CRITÈRES DE RÉUSSITE :** Ne pas marcher sur les tracés de lignes.  
Respecter les règles données.

**VARIABLES:** cloche-pieds, pieds joints, sauts en rotation... marelles variantes à créer avec les élèves; Jeu de coordination sur des rythmes de plus en plus rapides.

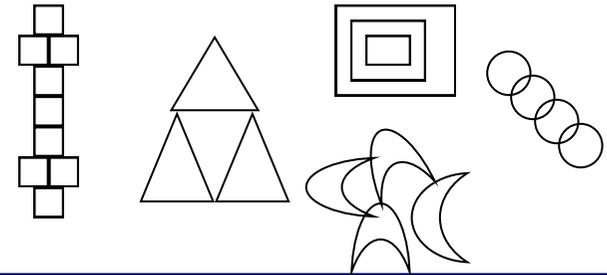
### Contenus d'enseignement :

**Connaissances :** - Se repérer et se déplacer dans l'espace: se situer et situer les personnes les unes par rapport aux autres, par rapport à d'autres repères ou par rapport à soi (verbalisations)

**Capacités :** - décrire un parcours

### Organisation matérielle : palet +

Marelles tracées au sol ou reproduites



### Comportements observables :

**Niveau 1 :**

Équilibre précaire sur un pied- appuis fuyants

**Niveau 2 :**

bonne répartition du poids du corps sur un appui, bon alignement des segments

# Situation n° 8 bis :

## Chats et souris dans le gruyère—Défi tunnel

### Objectifs :

au niveau moteur : trouver et améliorer son équilibre

au niveau méthodologique: - trouver des solutions à plusieurs - rester concentré

DOCUMENT :

LIEU : salle avec tapis

### DESCRIPTION DE LA SITUATION

**But :** Remise en cause de l'équilibre dans les positions prises.

**Organisation / consignes :** groupe partagé en 2;

Le gruyère: ensemble dont chaque élément est en contact avec d'autres (plusieurs appuyés au sol avec les pieds, les mains, le corps) - Chaque corps est un « trou de gruyère ».

Les souris circulent dans les trous de gruyère. Au signal sonore, le chat arrive, tout le monde s'immobilise pendant 3 secondes.

**Rôle des adultes:** fait respecter les règles de sécurité et les règles de fonctionnement

**CRITÈRES DE RÉUSSITE :** Les souris gagnent un point chaque fois qu'elles franchissent un trou de gruyère.

**VARIABLES:** changer de position quand le chat s'éloigne; évoluer en musique pour ajustement des déplacements et évolutions des souris. Interdiction au groupe du « gruyère » de prendre deux fois la même position.

### Organisation matérielle :

- Tapis et enfants en tenue adaptée
- musique

### Comportements observables :

#### Niveau 1 :

Tenue équilibre du groupe porteur précaire et courte, manque de concertations pour rééquilibres

**Niveau 2 :** coordination des actions efficace

# Situation n° 8 ter :

## Les pyramides d'Egypte

### Objectifs :

au niveau moteur : trouver et améliorer son équilibre - découvrir des positions possibles dans une relation à l'autre  
au niveau méthodologique: - avoir confiance aux autres

LIEU : salle avec tapis

### DESCRIPTION DE LA SITUATION

**But :** Créer des postures à plusieurs en anticipant leur montage et leur démontage.

**Organisation / consignes :**

**Rôle des adultes:** fait respecter les règles de sécurité et les règles de fonctionnement

**CRITÈRES DE RÉUSSITE :** posture gardée au moins 3 sec sans bouger

**VARIABLES:**

- les greffes: équilibre collectif (largeur, hauteur et longueur): au moins 4 personnes installées en 1er , les autres se greffent ensuite (portées ou en contrepoids)

### Organisation matérielle :

- Tapis, tenue, musique, photos, dessins ou films

### Comportements observables :

**Niveau 1 :** manque de confiance en soi

*Porteurs:* appuis trop étriqués, pas de signaux pour les voltigeurs

*Voltigeur:* équilibre précaire sur un pied, porteur plus ou moins piétiné, manque de légèreté dans la montée

**Niveau 2 :** bonne synchronisation du duo porteur/porté

*Porteur:* soutien contrôlé

*Voltigeur:* montée ou greffe en douceur, tenue tonique,

Contenus d'enseignement : cf S6

# Situation n° 9 : Développer des appuis variés

## Acrochaises

**Objectifs :** au niveau moteur : - rechercher des appuis originaux et variés  
au niveau méthodologique: -

**DOCUMENT :** : annexe 1

**LIEU :** salle avec tapis

**Organisation matérielle :** 1 chaise par élève (adaptée à sa taille)

### DESCRIPTION DE LA SITUATION

**But :** chercher toutes les manières de réaliser une statue avec sa chaise en prenant de moins en moins d'appuis  
**Organisation / consignes :** Monter en équilibre sur sa chaise et rechercher des appuis originaux et variés.

**Rôle des adultes:** fait respecter les règles de sécurité et les règles de fonctionnement

### CRITÈRES DE RÉUSSITE :

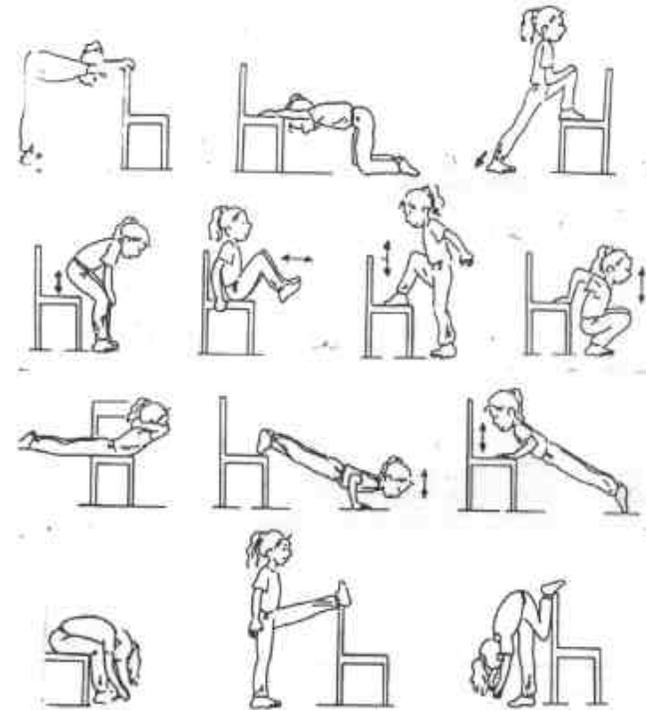
**VARIABLES:** par 2, reproduire les positions trouvées, un enfant remplaçant la chaise et devenant porteur

### Comportements observables :

**Niveau 1 :** Équilibre précaire sur un pied

**Niveau 2 :** bon équilibre avec gainage de qualité

### PROPOSITIONS



# Situation n° 9 bis : Développer des appuis variés

## La clé de voute

### Objectifs :

au niveau moteur : créer un équilibre à 2

au niveau méthodologique: - coopérer avec un ou plusieurs camarades

- respecter des règles de vie collective

DOCUMENT : : LIEU : salle avec tapis

### DESCRIPTION DE LA SITUATION

**But :** s'équilibrer à 2 en diminuant au fur et à mesure ses surfaces d'appui  
Réaliser une figure stable, symétrique et étirée en s'appuyant sur l'autre

**Organisation / consignes :** élèves par 2

Le 1er se déséquilibre et le 2ème trouve une posture stable pour éviter la chute du 1er

**Rôle des adultes:** fait respecter les règles de sécurité et les règles de fonctionnement

**CRITÈRES DE RÉUSSITE :** montrer 5 postures maîtrisées et stables durant 3 sec chacune minimum

**VARIABLES:** les 2 élèves se déséquilibrent simultanément; points d'appuis variables; largeur de la base au sol; enchaînement des postures; travail à 3

### Organisation matérielle :

- Salle avec tapis par binôme

### Comportements observables :

**Niveau 1 :**

Équilibre précaire du binôme, manque de coordination entre les partenaires

**Niveau 2 :**

Bonne coopération, équilibres et déséquilibres adaptés au niveau de chacun

### Contenus d'enseignement :

**Connaissances :** - Se repérer et se déplacer dans l'espace: se situer et situer les personnes les unes par rapport aux autres, par rapport à d'autres repères ou par rapport à soi (verbalisations)

# Situation n° 9 ter : Développer des appuis variés

## Les acrobates rigolos

### Objectifs :

au niveau moteur : développer des appuis variés  
au niveau méthodologique: -travailler en coopération: échanger ses idées

LIEU : salle avec tapis

### DESCRIPTION DE LA SITUATION

But : **TROUVER SON EQUILIBRE A DEUX**

**JEUX DE BALANCES** : Par 2, face à face, pointes de pieds contre pointes de pieds, prise mutuelle mains/poignets. Se laisser doucement aller en arrière jusqu'à l'extension des bras.

**L'ASCENSEUR** : Dos à dos, pieds écartés, descendre ensemble et remonter à l'aide des mains.

**Variante** : même chose avec un ballon placé entre les deux enfants.

**PROUE FACIALE** : Par 2, face à face, prise mixte des mains et des poignets. Le porteur est à genoux assis sur ses talons. Le voltigeur se met debout sur les cuisses du porteur. Les pieds sont parallèles aux cuisses. Il monte comme sur un escalier. Le porteur s'incline alors doucement en arrière jusqu'à avoir les bras tendus. Le voltigeur s'incline aussi. En position finale, ils sont tous les 2, bras tendus et sont en équilibre.

**Variante** : le voltigeur tourne le dos au porteur.

**Rôle des adultes**: fait respecter les règles de sécurité et les règles de fonctionnement

### Organisation matérielle :

- 

### Comportements observables :

#### Niveau 1 :

Équilibre précaire sur un pied, faible tonus

#### Niveau 2 : bons alignements segmentaires

*Porteurs* : immobiles, bassin en rétroversion

*Voltigeurs*: bien équilibrés, pieds en ouverture

# Situation n° 10 : Diminuer de plus en plus ses appuis

**Les monstres: la bête à 2 têtes, les chenilles multiples, le 8 pattes...**

**Les pingouins**

**Les unijambistes**

**Objectifs :** au niveau moteur : - diminuer de plus en plus ses appuis  
au niveau méthodologique: - développer l'imaginaire -travailler en coopération

## DESCRIPTION DE LA SITUATION

**But :** - inventer des bêtes monstrueuses (nombre de pattes, têtes, bras visibles aux déplacements originaux  
- se déplacer en groupe en diminuant ses appuis

### Organisation / consignes :

**Le 1000 pattes:** A se met à quatre pattes sur le sol. B vient se coucher à plat ventre sur le dos de A et place ses mains devant lui.

A et B avancent en même temps.



**Les multi têtes:** 3 élèves se placent en file. celui placé au centre se fait porter par les 2 autres en mettant les pieds sur les épaules du 1er ; il y a donc plus de têtes que de pieds.



**L'aviron:** enfants assis au sol jambes écartées l'un derrière l'autre. Chacun saisit les coups de pieds de celui qui le suit. On progresse à l'unisson vers l'avant en déplaçant successivement Les pieds puis les fesses.

**Les pingouins:** Marcher à 2 avec l'un sur les pieds de l'autre face à face.

**Les unijambistes:** En file, chaque enfant lève un pied en fléchissant le genou. Chacun saisit la cheville du précédent. Ils progressent ainsi à petits sauts, sur un pied.



**Le coordo ski:** par 2 l'un derrière l'autre, se déplacer sur la planche de bois en coordonnant les jambes du même côté

**Le rouleau compresseur:** Rouler allongé en tenant les mains de son partenaire.

## Comportements observables :

**Niveau 1 :** mauvaise dissociation segmentaire, coopération difficile, pas d'anticipation

**Niveau 2 :** aisance dans les synchronisations des segments corporels, coopération de qualité

**Organisation matérielle :** Coordo ski

## PHASE DE BILAN

**Objectifs :** construire un projet collectif - choisir et combiner différentes figures d'équilibre à plusieurs pour être jugé  
**au niveau moteur :** - automatiser les figures, les complexifier, les mémoriser et les enchaîner - synchroniser les actions  
- donner une dimension esthétique aux pyramides - maîtriser des enchaînements  
**au niveau affectif :** - contrôler ses émotions pour accepter de se mettre en scène devant les autres et d'être regardé.  
- discuter et échanger avec les autres pour construire le numéro.  
**au niveau cognitif :** - mobiliser son imaginaire au service d'un projet expressif - avoir un regard critique et argumenté.  
- connaître le vocabulaire spécifique de l'activité

### Ce que l'enseignant doit faire :

#### Mise en place (matériel et organisation spatiale)

- Préparer les groupes
- Organiser un espace de regroupement par groupe pour se réunir pour échanger et pour recevoir les consignes + valider les réponses

**Outils :** - 1 support rigide fermé par groupe avec + 1 crayon et 1 gomme

- Affichage avec les consignes de sécurité,

#### Variables :

#### Organisation des groupes d'élèves:

#### Bilan et évaluation

### OUTILS D'OBSERVATION OU D'ÉVALUATION :

- Fiches d'observation:
  - respect du contrat de départ: nombre de figures, d'acrobates, occupation de l'espace (par rapport aux observateurs), rôles sociaux respectés
  - éventuellement en fonction de l'âge et du niveau de pratique: niveau de difficulté et maîtrise des éléments, déplacements, concentration, synchronisation avec la musique, prise de risque, originalité
- Appareil photo numérique

### Lien avec le socle commun : cf projet de l'unité d'apprentissage

#### Pilier 1 : Maîtrise de la langue

**Capacités:** - prendre la parole en groupe - adapter sa prise de parole à la situation de communication - recopier des mots

**Connaissances:** nommer les actions à réaliser, utiliser un vocabulaire juste et précis

#### Pilier 3 : Les principaux éléments de mathématiques

**Capacités:** communiquer, à l'écrit comme à l'oral, en utilisant un langage mathématique adapté ; se repérer dans l'espace (utilisation de carte, de plan )

**Pilier 5 : La culture humaniste** lire et utiliser des tableaux , photographies ...

#### Pilier 6 : Les compétences sociales et civiques Vivre en société

**Capacités:** respect des règles, travail en équipe; attitudes de responsabilité, solidarité, écoute et confiance

#### Pilier 7 : L'autonomie et l'initiative

connaître ses propres points forts et faiblesses ;

**Capacités:** mettre en relation les acquis des différentes disciplines et les mobiliser dans des situations variées ; développer sa persévérance

**Attitudes:** motivation, confiance en soi, désir de réussir et de progresser; volonté de se prendre en charge personnellement ,d'exploiter ses facultés intellectuelles et physiques ; mettre à l'essai plusieurs pistes de solution

# Situation n° 11 : bilan

## Enchaînement des statues situation de référence

### Objectifs :

au niveau moteur - enchaîner à plusieurs des postures maîtrisées en anticipant leur montage et leur démontage.  
au niveau méthodologique: - construire et réaliser un numéro à plusieurs en tenant chacun son rôle

**DOCUMENT :** : annexe 2

**LIEU :** salle avec tapis

### **DESCRIPTION DE LA SITUATION**

**But :** réinvestir ses acquis en acro pour présenter un enchaînement en public

**Organisation / consignes :** chaque duo ou trio se succède et est observé et évalué en concertation

**Rôle des adultes:** fait respecter les règles de sécurité et les règles de fonctionnement

**CRITÈRES DE RÉUSSITE :** 3 ou 4 postures différentes enchaînées en musique

**VARIABLES:** choix des musiques

**Contenus d'enseignement : cf projet UA**

### **Organisation matérielle :**

Fiches d'évaluation:

- \* bon enchaînement des différents éléments (début, déplacements, pyramides, fin)
- \* production originale, esthétique et maîtrisée
- \* attitude et communication dans les 4 rôles: porteur, voltigeur, pareur, observateur
- porteur : immobile, bassin en rétroversion, alignement segmentaire, gainage
- voltigeur: équilibré, montage et démontage contrôlé, tenue 3 sec, bonne prise d'appuis, gainage
- pareur : aide, contrôle montage et démontage et réception
- observateur : critiques constructives

### **Comportements observables :**

**Niveau 1 :** enchaînement discontinu, figures non automatisées, manque de communication entre les *partenaires*

*Voltigeur :* éloigné de l'axe du porteur pour monter

*Porteur :* instabilité de la base, manque de gainage

*Pareur:* pas toujours efficace

**Niveau 2 :** enchaînement produit en continuité, difficulté, aisance et amplitude; bonne combinaison avec la musique; actions synchronisées et relativement périlleuses

*Porteur :* bonne stabilité dans la durée

*Voltigeur :* bon placement près de l'axe du porteur pour monter en souplesse

*Pareur:* aide au montage et au démontage, à la réception

*Observateur:* actif et efficace

## Bibliographie

### \* *Ouvrages*

- **Quatre activités d'EPS pour les 3-12 ans**; C.Catteau, C.Duffau, A.M.Havage, O.Havage; Editions revue EPS, 2002, Pages 42 à 57
- **Vers l'acroport à l'école élémentaire**, J.D.Mace, CRDP de Basse Normandie , 1994
- **Acroport « de l'école aux associations »**;C.Huot-Moneta, M.Socié; Editions revue EPS, 1998
- **Enseigner l'acroport en milieu scolaire, au club** : l'acrobatie à mains nues; T.Froissart Les Cahiers Actio, 1997
- **L'acroport** : une innovation en milieu scolaire; D.Beuzelin,M.Delannet; AEEPS,1988

### \* *Articles: analyses et compte rendus d'expériences*

- C.Moneta, M. Socie
- . « **Combiner Acro et G.R** ».- EPS n° 286, 11/2000.- p. 52-53
- . « **Porter et voltiger** »- EPS n° 274, 11/12/1998.- p.58-59
- P.Guyot, E. Salles- « **Construire des pyramides et jongler** »- EPS n° 255, 1995.- P. 54-55
- T.Gauvin- **Les porters**.- Revue Technique Pédagogique et Scientifique de la Fédération Française de Gymnastique, n° 24, 09/1998.- p. 9-14
- « **Jouer aux acrobates** ». Document revue EPS1 janvier-février 1989 et mai-juin 1995.
- « **Les acrobates experts** »et « **Un défi collectif** » EPS 1 97 « arts du cirque à l'école » de avril-mai 2000

# BIBLIO CPC EPS Val de Marne

## OUVRAGES :

**50 activités avec les arts du cirque CRDP Toulouse 2007** collection 50 activités Sceren  
**Danse Acrosport et Gymnastique Rythmique** C Catteau et A.M Havage édition revue EPS  
**L'acrosport en milieu scolaire**, D. Beuzelin et M Delannet, éditions Association Enseignants EPS.  
**Sous le signe de l'innovation en milieu scolaire : l'acrosport**, FPC Caen M. Delannet.  
**Vers l'acrosport à l'école élémentaire » JD Macé CRDP de Caen.**  
**L'acrosport à l'école**, dossier de formation, équipe départementale EPS du 93.  
**Acrobatie élémentaire et supérieure**, R. Régnier. Editions Vigot.  
**Acrobatik**, Bennie et Gérard Huisman.  
**Acrogym**, Guy van der Marliere. Deel 1.  
**Creating gymnastic pyramids and balances**, JM Foderoc E E Furblur, Leisure press.  
**Enseigner l'acrosport en milieu scolaire, au club**, Tony Froissart, les cahiers ACTIO.  
**Le main à main en milieu scolaire**, bulletin de liaison des enseignants en EPS n 29, CRDP Rouen.  
**Pyramides fixes et mobiles sans engins**, A Sandoz, lycée Buffon.  
**Acrosport de l'Ecole aux associations**, Revue EPS de C Huot-Moneta et M Socié.

## *NOUVELLE PARUTION REVUE EPS :*

« **Danse , acrosport , gymnastique rythmique » Activités artistiques pour les 3-12 ans de C.Catteau et A.M. Havage.**  
« **Gymnastique acrobatique »** De l'école ... aux associations. V.Simon, C.Peridy, E.Mauriceau, C.Lagrange, M.Avisse.  
« **Recherche en Acrosport »**, essai d'écriture des postures caractéristiques, n° 191.

## **ARTICLES :** *Revue EPS 1 :*

« **L'acrosport pour l'EPS »**, Yves Lavigne, n° 41, janvier/février 1989  
« **L'acrobatie à l'école »**, n° 59, septembre/octobre 1992 et n°61, janvier/février 1993.  
« **Jouer aux acrobates » cycle 2 ; « Acrosport avec la classe » cycle 3, « Un modèle d'apprentissage »**, J.D. Macé, n°73, mai/juin 1995.  
« **Acro-Jeux » Cycle 2**, n°95, novembre/décembre 1999.  
« **Les acrobates experts » et « Un défi collectif »**, n°97 Avril Mai 2000 Spécial cirque.  
« **Connaissance de l'activité Acrosport »**, n°103, juin/juillet 2001.  
« **Acro-Jeux »** au cycle 2 Anne Havage n°104 sept/oct 2001.  
« **Acro-Défis »** au cycle 3 Anne Havage n° 106 janvier/ février 2002.  
« **vers les figures acrobatiques »** n° 114 sept/oct 2003.  
« **Des statues aux acrobates »** au cycle 1 n°122 Avril/Mai 2005.  
« **Un module d' apprentissage »** n°138 mai/juillet 2008.  
« **Réaliser une figure à trois »**n°339 nov/dec 2009.

### **Revue EPS :**

« **Acrogym** », G. Van Der Marciere, n°174.

« **EPS à l'école Nationale du cirque** », A. Fratellini, n° 183.

« **Trampoline tumbling acrosport, champ. du monde 86** », P. Blois, n°207.

« **Pour une réhabilitation de la gym** » de G Carlier, n° 216.

« **Acrogym** », n°236.

Dossier « conseillers pédagogiques EPS Val-de-Marne » 2009-2010 21

« **L'acrosport au collège** », B Labeau, n° 243.

« **Acrosport et jonglerie** », P.Guyot / E.Salles n° 255.

« **Acrosport exemple de cycle au collège** », E.Robin n° 267

« **Acrosport et E.P** », MC Kernevez et N. Philouze, n° 265

« **Citoyenneté respect des règles et socialisation** », exemples en ACROSPORT, n° 282  
(page 80-83)

« **Repères techniques et pédagogiques** », C. Huot M. Socié, n° 274

« **ACROGYM** » un cycle en seconde, D. Richaud , n° 276 ( page 28-29-30)

« **Acrosport et Agrés** », Huot Moneta et M Socié, n° 280 ( page 51-52)

« **Combiner Acro et GR** », C. Huot Moneta et Myriam Socié, n°286

### **Revue HYPER :**

« **Compte rendu stage FPC, acrosport au CES Chantilly** » M. Delannet, n° 164,  
publication AE EPS.

### **SITES INTERNET :**

[http : //perso.wanadoo.fr/guy.maconi/cirque](http://perso.wanadoo.fr/guy.maconi/cirque)

[http : //www.ac.dijon.fr/](http://www.ac.dijon.fr/).(voir brevet Acrosport).

[http : //www.eduscol.education.fr](http://www.eduscol.education.fr)

[http : //www.unicaen.fr/](http://www.unicaen.fr/)

[http : //xmouronvalle.multimania.com/acrosport.htm](http://xmouronvalle.multimania.com/acrosport.htm)

[http : //perso.club.internet.fr/bjosep/eps/aps/acrogym](http://perso.club.internet.fr/bjosep/eps/aps/acrogym)

[http : // www.lacabanasse.com/acro](http://www.lacabanasse.com/acro)

[http : // ecole.wanadoo.fr/petit.Moulin.rombas/acrosport](http://ecole.wanadoo.fr/petit.Moulin.rombas/acrosport)

[http : // www..scolagora.com/char/secteur-jaligny/images/acro1.jpg](http://www.scolagora.com/char/secteur-jaligny/images/acro1.jpg)

[http : // www.planetolak.net/acrosport](http://www.planetolak.net/acrosport)

[http : //membres.lycos.fr/patmes/acrosport/pages/acrosgymprimairec3](http://membres.lycos.fr/patmes/acrosport/pages/acrosgymprimairec3)

<http://www.ac-creteil.fr> puis « cliquer 94 » Pôle pédagogique. 1<sup>er</sup> degré EPS Ressources départementales.  
Documentation pédagogique. Une expérience pédagogique acrosport à Boissy en cycle 3.

## Bibliographie sélective de documents en prêt à la médiathèque

« Acrosport » Novembre 2010

### Livres

2000. 96 p.. ISBN 2-86713-206-1, ISSN 0998-4216

Résumé : A travers la lutte, la gymnastique et l'acrosport, les auteurs proposent une véritable démarche didactique, fondée sur la continuité des apprentissages. Cote : 796-4CAT

Macé, Jean-Denis. **VERS L'ACROSPORT A L'ECOLE ELEMENTAIRE**. CAEN : CRDP CAEN, 1994. 58 pages. . ISBN 2-86618-358-4

Résumé : Comment aider les enfants à acquérir des compétences tant transversales que disciplinaires et aider les enseignants à centrer leur démarche pédagogique sur l'enfant. But de l'ouvrage : Susciter chez les enseignants l'envie d'importer l'acrosport dans leur pédagogie. Cote : 796-4MAC

Huot-Monéta, Catherine / Socié, Myriam. **Acrosport**. PARIS : EPS, 1998. 128 p.. De l'école ... aux associations. ISBN 2-86713-172-3, ISSN 0297-5548

Résumé : Les auteurs proposent dans chacun des cycles d'enseignement, une démarche originale qui privilégie l'aspect ludique, le travail collectif, des mises en situations inhabituelles, spectaculaires, requérant acrobatie, souplesse, tonicité, esthétisme. Cote : 796-6HUO

Catteau, Colette / Havage, Anne-Marie. **Danse, acrosport, gymnastique rythmique : activités artistiques pour les 3-12 ans**. PARIS : EPS, 2004. 158 p.. Activité sportive et éducation. ISBN 2-86713-306-8, ISSN 0998-4216

Résumé : Cet ouvrage est une réponse aux besoins des enseignants et leur fournit des situations concrètes et réalistes pour se lancer dans les activités artistiques. Il propose des actions ou des figures corporelles à visée artistique, esthétique ou expressive sur des supports musicaux divers, avec ou sans engin, à travers des situations ludiques. Cote : 796-3CAT

Simon, Valentine / Mauriceau, Eva / Charlier, Carine. **De l'acrosport à la gymnastique acrobatique**. PARIS : Revue EPS, 2009. 256 p.. De l'école ... aux associations. ISBN 978-2-86713-372-5

Résumé : Les objectifs affichés de cet ouvrage sont multiples : comprendre la logique de l'activité grâce à des connaissances historiques et réglementaires, offrir des outils techniques et éducatifs pour la réalisation des pyramides, donner aux enseignants les moyens de construire des cycles. Cote : 796-6SIM

## Périodiques

Acrogym : aborder l'acrogym. **Revue EPS, 07/1996, 260**, 48 et 49 : ISSN 0245-8969      Résumé : Initiation à la gymnastique acrobatique collective.

Lefay, Anne. Acrobates experts. **EPS1 097**, 2000 p.23-24 :

Résumé : Activité acrosport et jonglerie au cycle 3. Objectifs (acquisitions motrices), organisation pédagogique et combinaison de situations. Les différents numéros de cirque pourront être présentés en spectacle.

Simon, Anne. Apprentis équilibristes. **EPS1 097** 2000, p.19-20 :

Résumé : Activité de type gymnique, cycle 2. Présentation d'ateliers reposant sur l'équilibre : le fil de fer, la boule d'équilibre, le rolla-bolla, l'acrosport.

Havage, Anne-Marie. Acro-jeux. **EPS 1, 09/2001, 104**, p.21-22 : ISSN 0245-8977

Résumé : Activité acrosport, cycle 2. Démarche pédagogique, organisation matérielle, mise en oeuvre. Situations proposées.

Havage, Anne-Marie. Acro-défis. **EPS 1, 01/2002, 106**, p.23-24. ISSN 0245-8977

Résumé : Activité acrosport, cycle 3. Porter, soutenir, s'équilibrer, synchroniser doivent être maîtrisés pour évoluer en acrosport. Quatre situations pour approfondir les acquisitions des élèves : Le socle et la statue, La greffe, Les hautes pyramides, Acro-défis.

L'acrosport à l'école. p.12-13.

Résumé : Proposition de démarche pédagogique en acrosport aux cycles 2 et 3. Objectifs et mise en oeuvre.

Equipe EPS 1 du Cantal. Des statues aux acrobates. **EPS 1, 04/2005, 122**, p.15-16. ISSN 0245-8977

Résumé : Activités gymniques, au cycle 1. Fiche présentant un module d'apprentissage en acrosport. Les objectifs pour connaître son corps, contrôler ses déplacements, être attentif à son partenaire, conserver une posture, améliorer son équilibre, varier ou diminuer ses appuis ; les compétences spécifiques et transversales. Bibliographie, schémas.

(La) Classe 164. **(La) Classe (Révigny), 12/2005, 02/2006, 03/2006, 05/2006, 06/2006.**

## Vidéocassette

**Acrosport** [Vidéocassette]. Aix les Bains : France Promo Gym, 2002. 22 min. De la découverte ...à l'initiation

Résumé : Cette cassette met en évidence des principes commune à la pratique de l'acrosport. Présentation de nombreuses pyramides statiques puis dynamiques accompagnées de consignes techniques et pédagogiques.

Cote : 796ACR

# Sitographie

## Documents généraux avec situations d'apprentissage:

- Acrosport au cycle 3 équipe EPS et IUFM 49 - sept 2008  
[http://www3.ac-clermont.fr/ien.vichy/bibli\\_peda/EPS/documents/Fichiers%20PDF/acrosport3.pdf](http://www3.ac-clermont.fr/ien.vichy/bibli_peda/EPS/documents/Fichiers%20PDF/acrosport3.pdf)
- Philippe Joubert, CPC EPC Aix Ouest -activité « cirque » à l'école primaire– 03/09  
Cf tableau : Figures acrosport en duo  
[www.ptk.fr/docu/apsa/Le20%cirque%20a%20l\\_ecole.pdf](http://www.ptk.fr/docu/apsa/Le20%cirque%20a%20l_ecole.pdf)
- Site complet de photos, animations, alphabet acro, outils pédagogiques variés Patrick Messin  
<http://patrick.messin.free.fr/>
- rencontres USEP-IEN Sport et santé 2008 Montluçon Acrosport au cycle 1 D.Berthuet– F.Avedissian  
[http://www3.ac-clermont.fr/montlucon1/IMG/Acrosport\\_C\\_1;pdf](http://www3.ac-clermont.fr/montlucon1/IMG/Acrosport_C_1;pdf)
- Dossier des conseillers pédagogiques EPS Val de Marne 2009 2010—Acrosport Dossier d'accompagnement de l'enseignant  
[http://www.ia94.ac-creteil.fr/eps/resdep/docpeda/acrosport\\_enseignant.pdf](http://www.ia94.ac-creteil.fr/eps/resdep/docpeda/acrosport_enseignant.pdf)
- Généralités  
<http://entrainement-sportif.fr/acrogym-acrosport-figure.htm>
- tableau objectifs + projet 12 séances acro maternelle  
<http://xxi.ac-reims.fr/ec-desbureaux>
- Projet interdisciplinaire avec fiche mère-Démarche de création CPD 38– C.Lapeyre MS- GS (école de Sééz).  
[http://educ73.ac-grenoble.fr/nectar/nectar\\_enseignant/docs\\_pedas/bcu95\\_acrogym\\_creation/index.php](http://educ73.ac-grenoble.fr/nectar/nectar_enseignant/docs_pedas/bcu95_acrogym_creation/index.php)
- Vidéos+ photos  
<http://epee.ouvaton.org/spip.php?article187>
- Doc complet avec photo illustrant chaque éléments de l'index Auteur : Thierry ROIG-PONS  
<http://eps.ac-dijon.fr/acrosport/index.htm>
- Acrosport, cycle 1, module d'apprentissage-  
<http://jean-pierre.rumin.pagesperso-orange.fr/manuelpdfdetail/acrouasituc1manuel.pdf>
- Projet canadien avec livret de l'élève couleurs + fiche éval maître « Pyramides de la petite Egypte »  
<http://www.bandesportive.com/pedago2.html>

## Références musique

- <http://patrick.messin.free/outils/musiques.xls>
- [http://www.ia94.ac-creteil.fr/eps/resdep/docpeda/acrosport\\_enseignant.pdf](http://www.ia94.ac-creteil.fr/eps/resdep/docpeda/acrosport_enseignant.pdf) page 22

# ANNEXES

## Annexe 1

### ACROSPORT ECHAUFFEMENT SPECIFIQUE

amélioration des qualités, des fonctions, des coordinations principalement sollicitées par la pratique de l'acroport).

En fonction de la dominante de la séance, l'enseignant choisira des exercices et jeux parmi ceux présentés. Un travail sur des éléments gymniques pourra également être introduit dans les échauffements.

#### ECHAUFFEMENT: GAINAGE

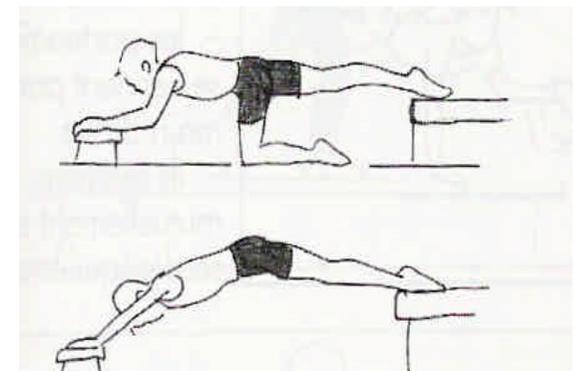
Le chat : dos creux, dos rond alternativement.



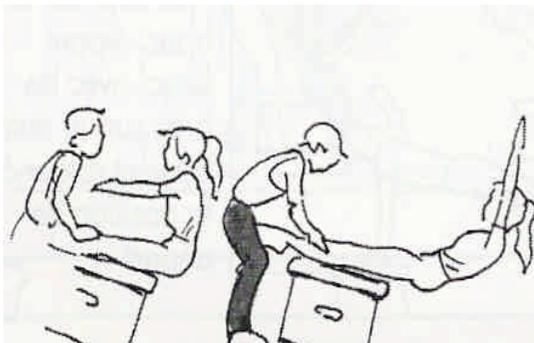
Marcher à 4 pattes avec un objet assez lourd posé dos ou sur le ventre.



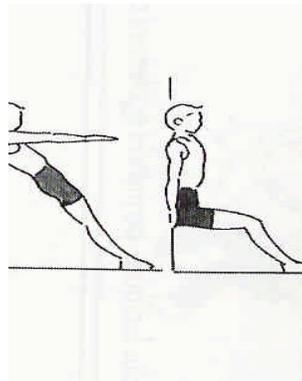
Pieds et épaules surélevés. Maintien en gainage.



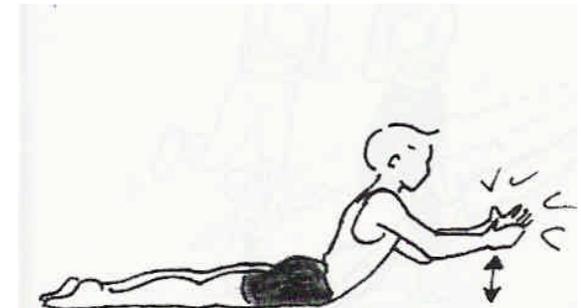
Siège. Maintien en gainage avec aide.



Pieds au mur. Maintien en gainage.



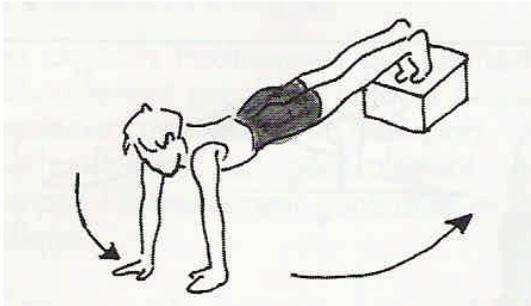
Appui facial : se repousser et taper dans ses mains.



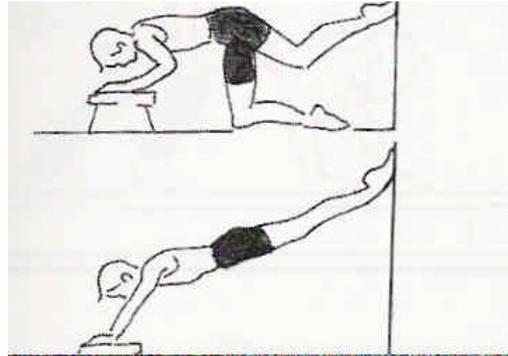
## Annexe 1 bis

### ACROSPORT ECHAUFFEMENT : GAINAGE

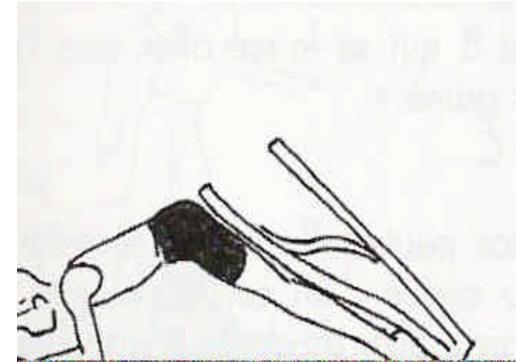
Appui facial, jambes surélevées. Se repousser des 2 bras et tourner autour d'une caissette (par bonds).



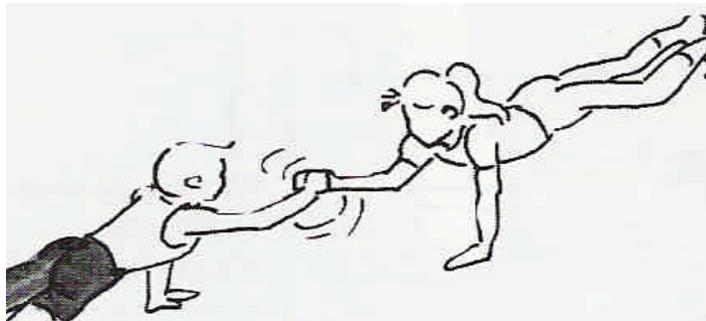
Pointes de pieds retournées contre le mur. Maintien en gainage.



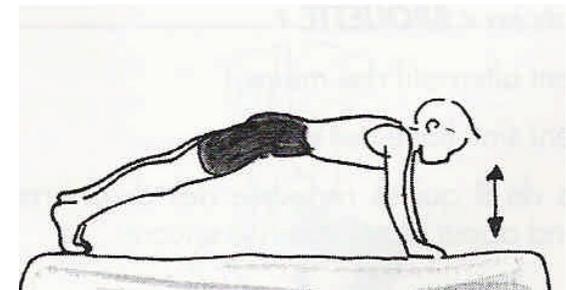
En appui sur les coudes. Maintien en gainage avec poids supplémentaire.



Appui facial bras tendus, 2 partenaires face à face : ils se tiennent par la main droite et essaient mutuellement de se déséquilibrer puis de se priver de leurs appuis.



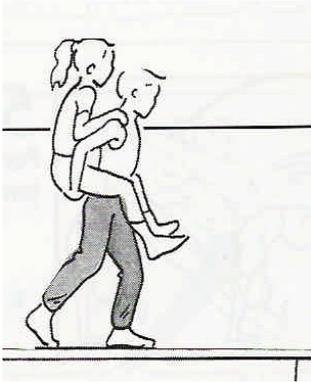
Saut en appui facial sur les bras.



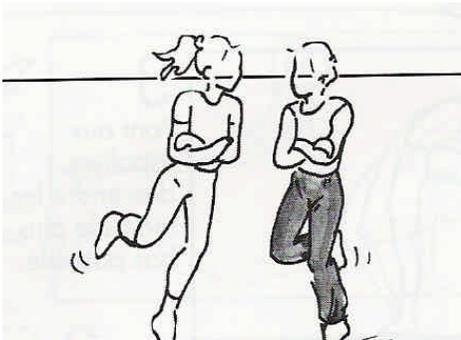
## Annexe 1 Ter

### ACROSPORT ECHAUFFEMENT : EQUILIBRE

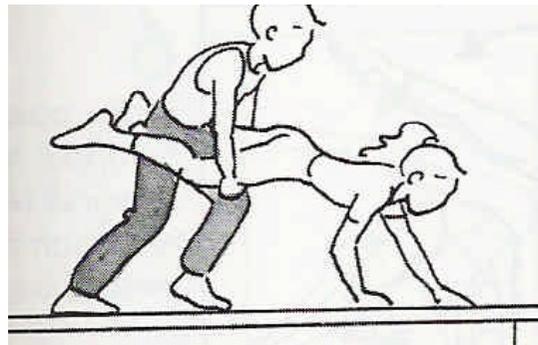
Par 2 se porter à tour de rôle sur son dos.



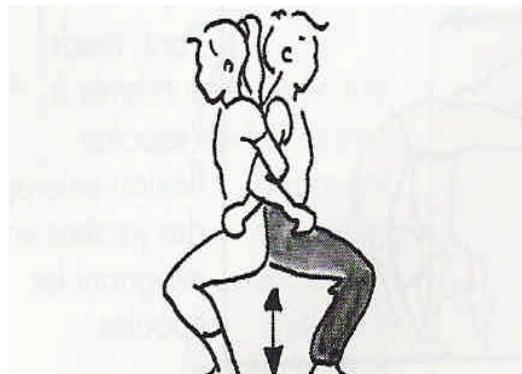
Combat de coqs. Par 2, les bras Croisés en sautant à pieds joints ou sur 1 pied, essayer en même temps de déséquilibrer l'autre.



Par 2 faire la brouette (tenir le partenaire par les genoux).



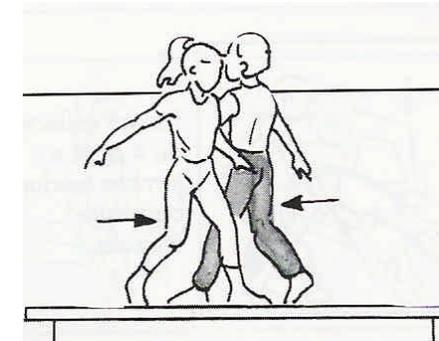
Par 2, dos à dos, se tenir par les bras, se lever puis s'asseoir.



Par 2 face à face, accroupis, bras croisés devant ou derrière le dos, tenter de faire tomber l'autre en le poussant ou l'évitant habilement.



Par 2, se croiser sur un banc, sans mettre pied à terre.



## Annexe 2

# Fiche d'observation d'une pyramide

Prénom observateur(s): ..... Date:

Acrobate(s) :

Prénoms

Rôles

Porteur: Po1, Po2...

Pareur: Pa

Voltigeur: Vo1, Vo2, Vo3...

Observateur: O

	Porteurs						Voltigeurs						Pareur		Observateur	
	Po1		Po2		Po3		Vo1		Vo2		Vo3					
	oui	non	oui	non	oui	non	oui	non	oui	non	oui	non				
<b>Dos plat</b>																
<b>Jambes Solides</b>													oui	non		
Alignement des segments																
<b>Gainage</b>																
<b>Organisation Montage/démontage</b>													oui	non		
<b>Stabilité</b>																
<b>Tête</b>	alignée						redressée									
	oui	non	oui	non	oui	non	oui	non	oui	non	oui	non				
<b>Appuis</b>	larges						en dehors du milieu du dos						Bien placé			
	oui	non	oui	non	oui	non	oui	non	oui	non	oui	non	oui	non		
<b>Esthétisme</b>																
<b>Tenue &gt; 3sec</b>																
<b>Efficacité</b>													oui	non	oui	non
<b>Communication</b>															oui	non

## Annexe 3



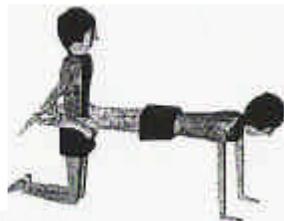
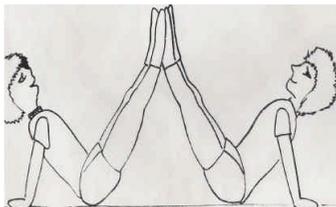
[http://ecole.chanzeaux.free.fr/enfants/2001\\_2002/cm/acrosport/anthocorent.jpg](http://ecole.chanzeaux.free.fr/enfants/2001_2002/cm/acrosport/anthocorent.jpg)  
*Photos CE1*



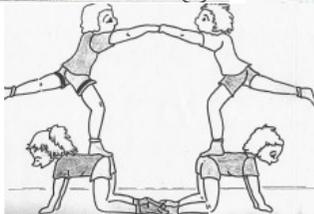
[http://entrainement-sportif.fr/acrosport-1\\_1.jpg](http://entrainement-sportif.fr/acrosport-1_1.jpg)  
*Images statiques et animées, photos*



<http://patrick.messin.free.fr/>  
*Pyramides à 2, 3 ou plus classées par niveau; animations, (montage, démontage, liens) pyramides de symboles*



<http://eppee.ouvaton.org/>  
*Film de chorégraphie*



[http://www3.ac-clermont.fr/montlucon1/IMG/Acrosport\\_C\\_1.pdf](http://www3.ac-clermont.fr/montlucon1/IMG/Acrosport_C_1.pdf)  
*Images et photos par difficultés*

*en annexes*