

F.I.L ACROSPORT



Volmar 2018

S.Dalphrase / F.Fersing

Présentation du stage

jeudi matin : pratique entre adultes

Vivre les situations d'apprentissage proposées aux élèves

jeudi après-midi : théorie

Retour sur la pratique

Réflexion autour des nouveaux programmes (quelle évaluation pour quel projet EPS)

Mutualisation de SA qui fonctionnent

Choix de SA pour vendredi matin avec élèves

vendredi matin :

8h – 10h30 : Mise en œuvre des SA avec élèves

10h30 – 12h : formalisation des SA « qui marchent » / questions diverses / bilan du stage

Enjeux d'apprentissages CA 3 : acrosport		Mobiliser les capacités expressives du corps pour imaginer composer et interpréter une séquence artistique ou acrobatique. GYMNASTE	Participer activement, au sein d'un groupe, à l'élaboration et à la formalisation d'un projet artistique. COMPOSITEUR	Apprécier des prestations en utilisant différents supports d'observation et d'analyse. JUGE/OBSERVATEUR
Domaines du socle	Compétences générales			
Des langages pour penser et communiquer	Développer sa motricité et apprendre à s'exprimer avec son corps	Enrichir le répertoire de formes corporelles pour assumer différents rôles (porteur, voltigeur/aide et pareur) et assurer des liaisons gymniques et chorégraphiques.	S'approprier un vocabulaire varié, précis, pour argumenter un avis, s'exprimer des formes corporelles.	
Les méthodes et outils pour apprendre	S'approprier seul ou à plusieurs par la pratique, les méthodes et outils pour apprendre	Choisir, parmi une variété de formes corporelles stabilisées (pyramides, figures dynamiques et liaisons), les plus pertinentes pour servir un projet collectif	S'approprier les règles de composition et choisir les plus pertinentes pour servir le projet. Planifier les étapes de la création du projet.	Mettre en relation des images avec d'autres outils de repérage pour construire un avis sur une prestation
La formation de la personne et du citoyen	Partager des règles, assumer des rôles et des responsabilités	Accepter de se produire devant autrui Harmoniser ses actions à celles des partenaires.	S'engager dans une création collective.	S'approprier les codes esthétiques des productions gymniques
Les systèmes naturels et les systèmes techniques	Apprendre à entretenir sa santé par une activité physique régulière	Adapter sa pratique à ses possibilités et à celles du groupe pour assurer sa sécurité et celle d'autrui	Connaitre les principes de sécurité et les mettre en œuvre dans la composition.	Savoir juger du respect des postures et attitudes sécuritaires.
Les représentations du monde et l'activité humaine	S'approprier une culture physique sportive et artistique pour construire progressivement un regard lucide sur le monde contemporain	Éprouver des expériences artistiques.	S'approprier les principes fondamentaux d'une démarche de création artistique	Apprécier une prestation au regard d'œuvres ou de performances de référence

Une séquence en ACROSPORT

Les 3 rôles (à aborder à chaque leçon !) en lien avec les 3 AFC :

Le gymnaste (porteur voltigeur aide parade)

Le compositeur (création enchainement)

Le juge / observateur

Mais alors c'est quoi la différence avec le cirque ou la danse ?

Notion de performance :

codifiée en gym et en acrosport, absente en danse, subjective et plurielle en cirque.

Finalité :

Gym / Acrosport : obtenir le plus de points

Danse : émouvoir

Arts du Cirque : faire rire / faire « wahou »

Gestuelle :

Gym / Acrosport : codifiée

Danse : réinterprétée

Arts du cirque : amplifiée / détournée

Acrosport et utilisation de la vidéo

Avantages :

- Permettre aux élèves de corriger et de comprendre la notion d'alignement segmentaire
- Permettre aux élèves de vérifier les effets visuels (unisson, cascade, quinconce)
- Aide à la composition en général
- Peut être une étape avant passage devant les autres pour ceux à qui cela pose problème (se montrer)
- Logiciel acro'tice : permet un travail autonome mais limite la création de pyramides originales

Inconvénients :

- Perte de temps => peut diminuer le temps moteur
- Fragilité du matériel

Les outils :

PC avec webcam et VLC décalé



Tablettes (+acro'tice)

SA : découverte ou révision des principes de sécurité

Objectif	AFC 1 : Agir en sécurité : « mettre en place les placements de base... » « prendre des appuis stables sur le porteur »
But élève	Réaliser un duo qui répond au mieux à ce que demande le prof
Organisation	Élèves par groupe de 2 ou 3, chaque groupe dans son espace délimité.
Consignes	<p>1) debout, face à face, chacun retiens l'autre pour qu'il ne tombe pas en arrière (compensation de masse), trouver la prise la plus solide.</p> <p>2) Debout, face à face, sans compensation de masse, trouver la prise la plus solide pour pouvoir éventuellement soulever quelqu'un sans se faire mal. Comment placer son dos pour soulever une personne assise ?</p> <p>3) Un élève à 4 pattes, l'autre doit monter debout sur son dos sachant que le porteur doit avoir le dos plat, le voltigeur ne doit pas prendre appui au milieu du dos. (quand une erreur est détectée, questionner les autres élèves). Où monter en premier ? Pourquoi ?</p> <p>4) Exécuter à nouveau la pyramide en montant et descendant « comme un chat »</p> <p>5) Un porteur avec au moins un genou au sol, un voltigeur assis sur ses épaules : quelle posture la plus efficace pour le porteur ? Pourquoi ? Comment fait le voltigeur pour grimper ? Comment être le plus stable possible ?</p> <p>6) le voltigeur doit être renversé : où se place le porteur ? Pourquoi ? Quelle prise ?</p>
C. réalisation	<p>1) Si un groupe trouve la prise « main poignet », montrer aux autres.</p> <p>2) Montrer et faire faire à chaque groupe la prise en « carré ». Puis soulever un camarade assis sur le carré en plaçant le bassin en retro (image du cow boy)</p> <p>3) Faire formuler : côté jambe plus solide car pas d'articulation. Alignement segmentaire : épaules au dessus des mains, fesses au dessus des genoux.</p> <p>4) Monter en se faisant léger, descendre sans sauter.</p> <p>5) Un genou au sol un genou devant car élargi la base d'appui. Évite de pencher en avant ou en arrière. Le voltigeur doit fixer ses jambes (crochette le dos du porteur), reste bien droit pour que son corps soit au dessus de la base d'appui du porteur.</p> <p>6) Côté dos, pour empêcher la chute et ne pas gêner monter et descente, un pied devant l'autre car doit être stable dans ce sens, prise entre genou et cheville.</p>
C. réussite	Élèves trouvent par eux-mêmes.
Variables	Donner les critères de réalisation ou les faire émerger selon acquis des élèves.

SA : découverte ou révision des principes de sécurité

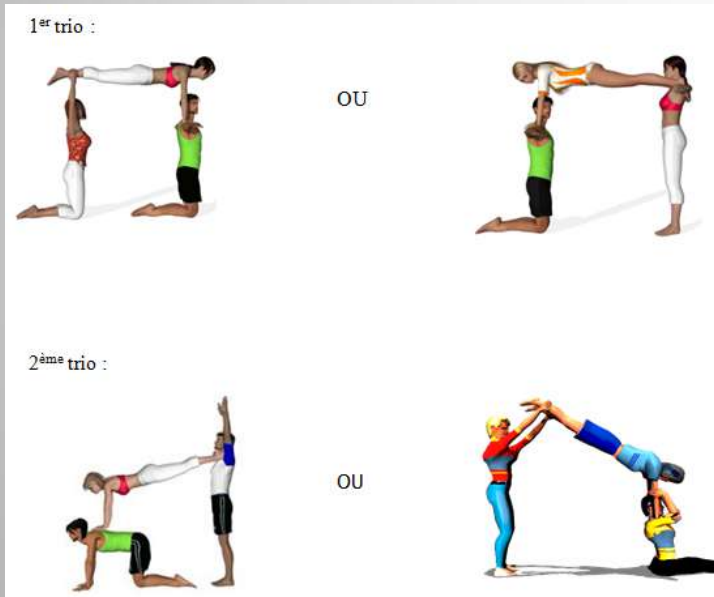
Duos sur commande



Objectif	AFC 1 Réinvestir les principes de sécurité et d'efficacité AFC 3 : apprécier différents « niveaux de difficulté »
But élève	Trouver une figure à partir des consignes du prof, la réaliser correctement (montage, tenu, démontage)
Organisation	Élèves par 2 ou 3, chaque groupe dans son espace. 2 minutes de réflexion et d'essai par groupe, puis chaque groupe montre et on classe les duos du + difficile au + facile.
Consignes	<ol style="list-style-type: none">1) le porteur est à 4 pattes2) le voltigeur à la tête en bas3) le duo est en miroir4) la figure comporte 4 appuis au sol5) vous devez trouver une figure à compensation de masse (chacun permet à l'autre de rester en équilibre, si un des 2 tombe, l'autre aussi)6) le porteur a le dos en contact avec le sol.
C. réalisation	Cf règles de sécurité énoncées SA précédente faire formuler pourquoi c'est plus difficile ou plus facile.
C. réussite	Trouver un duo original (ne pas copier), qui est tenu 3 secondes et qui respecte toutes les règles de sécurité apprises.
Variables	Inaptés : classement au tableau des duos, vérifient respect sécurité, donnent des idées.

SA : mini enchaînement

Mini enchaînement trios gainage



trios gainage adultes.mp4

Objectif	AFC 1 Contracter les muscles pour verrouiller les articulations (gainage) AFC 2 : Rechercher des éléments chorégraphiques originaux, esthétiques (effets visuels)
But élève	Concevoir et présenter un mini enchaînement de 2 trios.
Organisation	Groupes de 3 ou 4, sélectionner 2 des 4 duos, puis concevoir un mini enchaînement.
Consignes	Entrée cascade, 1er trio, transition libre, 2ème trio, sortie/fin unisson.
C. réalisation	Pour les « effets », donner un signal sonore ou visuel. Pour les trios, positionner d'abord ses mains au bon endroit (voltigeur) puis le porteur le soulève en gardant le dos droit, le voltigeur doit se concentrer sur « je suis un bâton ».
C. réussite	Imposés respectés, trios tenus 3sec.
Variables	+ facile : cadrer encore plus : imposer le type d'élément à réaliser sur les effets : exemple : entrée cascade élément gymnique, sortie/fin unisson élément chorégraphiques 4 temps. + difficile : <ul style="list-style-type: none"> – imposer cascade, quinconce et unisson à placer n'importe où dans le mini enchaînement. – Réaliser 3 trios – réaliser des trios plus complexes.

SA : mini enchaînements

Mini enchaînement duos
et trios

Complexification de la SA
précédente

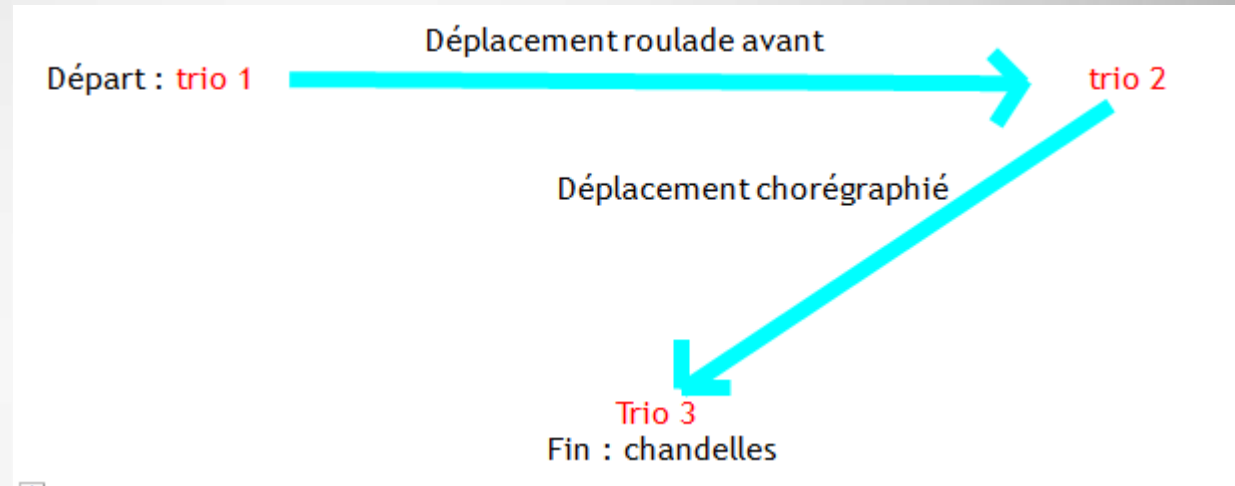


Objectif	« Choisir en fonction des ressources / coordonner ses actions avec celles des autres »
But élève	A partir du mini enchaînement de la semaine dernière, intégrer 2 duos.
Organisation	Groupes de la semaine précédente.
Consignes	Intégrer au mini enchaînement de la semaine passée 2 duos parmi les 4 proposés.
C. réalisation	Cf mini enchaînement trio gainage
C. réussite	Composition : pas de déplacements en marchant, toutes les pyramides sont tenus 3 secondes
Variables	Cf mini enchaînement trio gainage

Lors de la restitution,
chaque groupe à quelque
chose à observer

SA mini enchaînement (rôle d'aide):

3 trios à 3 endroits



Objectif	AFC 1 Accompagner et équilibrer le montage/démontage d'une figure et AFC 2 et 3
But élève	Augmenter la difficulté des trios en utilisant une aide
Organisation	Par groupe de 4, réaliser l'enchaînement schématisé ci dessus en créant des trios difficile (aide extérieure nécessaire)
Consignes	Cf schéma. Pour l'aide : laisser tâtonner les élèves puis les aider à trouver où et comment doit intervenir l'aide.
C. réalisation	Pour l'aide : repérer où est la difficulté au montage pour trouver où intervenir.
C. réussite	Trio tenu 3 secondes.
Variables	+ facile : donner les solutions en faisant démontrer / proposer des trios



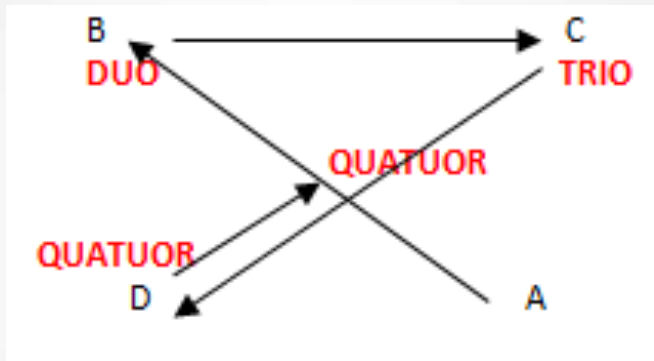
SA choix adaptés

5 quatuors à la suite

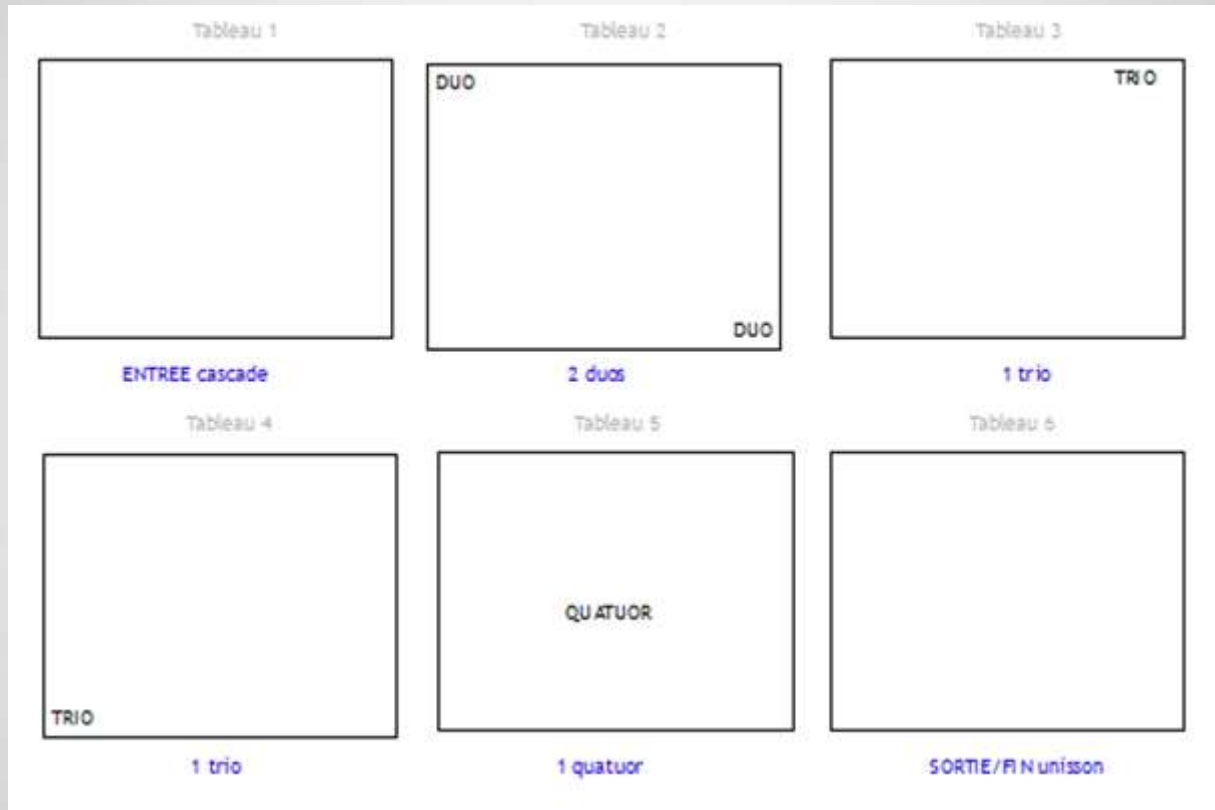
Objectif	AFC 1 adapter sa pratique à celle du groupe
But élève	Réaliser 5 quatuors à la suite
Organisation	Groupes de 4 ou 5, quand un groupe présente ses quatuors, un élève les note au tableau, l'enseignant fait la même chose sur une feuille à partir de 2 critères par quatuors (cf tableau ci dessous)
Consignes	Choisir 5 quatuors parmi tous ceux qui sont proposés, répéter et mémoriser pour montrer aux autres : 15 à 25 minutes.
C. réalisation	Si groupe de 5, se servir du 5ème élève comme aide (cf SP 6). répéter l'ensemble 2 à 3 fois pour mémoriser.
C. réussite	Note sur 10.
Variables	Imposer les quatuors. Demander une entrée et une sortie.

	Quatuor 1	Quatuor 2	Quatuor 3	Quatuor 4	Quatuor 5
Montage / démontage / 1					
Tenu 3" / 1					

SA mini enchaînement

Objectif	AFC 1,2 et 3 : enchaîner les différentes figures statiques et dynamiques avec des éléments de liaison gymniques ou chorégraphiques »
But élève	Créer un enchaînement qui respecte les imposés
Organisation	Élèves par groupe de 4, 15 minutes de travail puis montrer aux autres groupes.
Consignes	 <p>A démarre seul par une série d'éléments jusqu' à B pour réaliser 1 DUO A et B rejoignent C pour 1 TRIO DYNAMIQUE A B et C rejoignent D pour 1 QUATUOR, puis retour au centre des 4 pour 1 QUATUOR Déplacements obligatoirement tous à l'unisson, différents à chaque fois</p>
C. réalisation	Choisir des éléments maîtrisés par tous les membres du groupe. Se donner un signal visuel ou sonore pour être « synchro »
C. réussite	Fluidité et synchro de la démonstration
Variables	+ difficile : 2ème passage, A et D inverse leurs rôles . + facile : déplacements pas forcément à l'unisson mais quinconce ou cascade

Une proposition d'évaluation très guidée



Un cadre à faire remplir par les élèves pour préparer leur enchainement final.
Cet exemple est très cadré : pour une classe à profil particulier ou une séquence raccourcie.

Une proposition de grille d'évaluation individuelle en fin de cycle 4

D1 / C4 : Mobiliser des techniques corporelles pour s'exprimer dans des APSA				
AFC 1 : 10 points Mobiliser les capacités expressives du corps pour imaginer composer et interpréter une séquence artistique ou acrobatique. gymnaste	Maitrise insuffisante 10 points	Maitrise fragile 25 points	Maitrise satisfaisante 40 points	Très bonne maitrise 50 points
	0-2 Technique gymnique non acquise Non respect des principes de sécurité	2.5-5 Faible maitrise technique gymnique Respect des principes de sécurité aléatoire	5.5-7 Assez bonne maitrise technique gymnique Respect des principes de sécurité	7.5-10 Maitrise technique gymnique Respect des principes de sécurité
D2 : Coopérer et réaliser des projets				
AFC 2: 6 points Participer activement, au sein d'un groupe, à l'élaboration et à la formalisation d'un projet artistique. compositeur	Maitrise insuffisante 10 points	Maitrise fragile 25 points	Maitrise satisfaisante 40 points	Très bonne maitrise 50 points
	0-1.5 Compositeur absent ou trop discret	2-3 Compositeur actif mais peu participatif	3.5-4.5 Compositeur actif et participatif	5-6 Compositeur actif, participatif et pertinent
D3 : Assumer différents rôles et respecter les règles				
AFC 3 : 4 points Apprécier des prestations en utilisant différents supports d'observation et d'analyse. juge	Maitrise insuffisante 10 points	Maitrise fragile 25 points	Maitrise satisfaisante 40 points	Très bonne maitrise 50 points
	0-1 juge non intéressé et/ou irrespectueux	1.5-2 juge peu attentif	2.5-3 juge attentif	3.5-4 juge attentif et pertinent

La grille est à affiner selon ce qui a été travaillé en fonction du projet de séquence.

exemples :

Si le rôle de juge vous apparaît prioritaire au regard des élèves (projet établissement ou profil de classe spécifique), attribuer plus de points pour l(AFC 3 que l'AFC 2)

Ceci ne donne qu'une note individuelle (pour les besoins de l'attribution des points pour les compétences du DNB), elle peut être ramenée sur 10 (ou sur 12 ou ...) et complétée par une note collective sur 10 (ou sur 8 ou ...)

Possibilité
d'évaluer en
contrôle continu

Une proposition de grille de notation collective

Au regard de l'évaluation proposée, voici une grille possible pour la partie collective de la note :

Note collective de composition /10		
Respect des exigences/5 Un point par tableau (0,5 pour entrée et sortie) Tableau non validée si pyramide non tenue 3 secondes ou montée/démontée sans respect sécurité	Niveau de difficulté des pyramides /3,5 ou 1,5	Qualité des liaisons /1,5 ou 3,5

Les juges peuvent évaluer très facilement cette partie ...

Il peut être intéressant de laisser les élèves choisir soit un projet « acrobatique » (valoriser la difficulté des figures) soit un projet « chorégraphique (valoriser la qualité des liaisons)

Une leçon autour de la composition



Échauffement mise en groupe smp4



Échauffement Éléphant canard mp4



effet.mp4



composition.mp4



Cadre à remplir [GROUPE DE 4](#)
[ELEVES.docx](#)

Cadre à remplir [GROUPE DE 5](#)
[ELEVES.docx](#)



