

SOMMAIRE

I - Définitions de l'activité	page 2
II - Pratique scolaire	page 2
III - Démarche d'apprentissage	page 3
IV - Déroulement d'une unité pédagogique	page 3
V - Approche pédagogique	page 5
VI - La démarche de création	page 9
Annexes	page 10

LA GYMNASTIQUE ACROBATIQUE (ou ACROSPORT)

I - Définitions de l'activité

- **Définition 1 :**

Tony Froissart in «Enseigner l'Acrosport en milieu scolaire, au club» Actio1997.
« *Activité collective de production de formes en groupe dans la perspective de créer une composition basée sur les effets visuels ; architecture de la forme, simultanée, complémentarité afin d'être vu et apprécié et de produire un étonnement.* »

- **Définition 2 :**

Odile et Thierry Roig-Pons.

« *Activité gymnique et d'expression basée sur la construction à plusieurs de relations corporelles équilibrées et esthétiques impliquant différents rôles pour les élèves : porteur, voltigeur et joker.* »

II - Pratique scolaire

Apprendre en faisant de la gymnastique acrobatique, ou acrosport c'est

- accepter de perdre ses propres repères spatiaux et temporels par la construction, à plusieurs, de relations corporelles et d'expression, et
- maîtriser son équilibre en réalisant des actions gymniques par la production d'un enchaînement de figures acrobatiques et d'éléments chorégraphiques,
 - de + en + aériennes (*voler*)
 - de + en + manuelles (*se renverser*)
 - de + en + renversées (*se renverser*)
 - de + en + tournées(*tourner*)

Il s'agit de gérer

la contradiction « déséquilibre / équilibre »

*pour passer de situations habituelles de terrien
à des situations inhabituelles de gymnaste/acrobate*

*en produisant un enchaînement
de figures acrobatiques statiques et dynamiques*

impliquant les rôles de porteur et de voltigeur.

III - Démarche d'apprentissage

1 - Situations de mise en activité : situations permettant de (re)connaître le milieu pour faire émerger les représentations des élèves

2 - Situations de référence : situations permettant une observation plus fine des conduites typiques des élèves dans l'activité pour situer le niveau des élèves et pour déterminer l'apprentissage décisif qui permettra à l'élève de progresser

3 - Situations d'apprentissage : situations permettant à l'élève de construire des savoirs fondamentaux en termes de capacités, connaissances et attitudes

4 - Situations de référence : situations permettant, par l'observation des élèves, de faire le bilan des apprentissages

IV - Déroulement d'une unité pédagogique

On peut définir 4 étapes pour organiser l'unité d'apprentissage de 10 à 15 séances de 1h minimum. L'objectif de chaque étape est défini même si le contenu varie selon plusieurs critères : niveau des élèves, degré de difficulté,...

Étape 1 : construire les règles de sécurité de l'activité (2 à 4 séances)

Contenu :

- ✓ Proposer des situations simples à 2 ou 3 en changeant de partenaire (de poids ou de taille différents).
- ✓ Varier la difficulté des situations. Le degré de difficulté est fonction de :
 - Nombre d'appuis au sol (4 pattes plus stable que debout)
 - Le nombre de voltigeurs
 - La hauteur du/des voltigeurs
 - La position du porteur ou du voltigeur (renversé plus difficile que debout...)
Ceci doit être identifié par les élèves (en classe) afin qu'ils cherchent eux-mêmes à augmenter la difficulté et la qualité de leurs productions.
- ✓ Amener les élèves à créer des figures propres à leur groupe.
- ✓ Montrer à chaque séance au moins 2 figures enchaînées. Ce moment doit être rapide mais il est important pour conserver le sens de l'activité. Cela peut prendre la forme de 2 groupes de 2 ou 3 en même temps....
- ✓ Les figures proposées peuvent être dessinées en classe (schémas simplifiés) pour mémorisation.

Etape 2 : construire les figures afin de les enchaîner (4 à 5 séances)

Contenu :

- Rechercher des figures de plus en plus élaborées
- Construire le cadre de la production : nombre de personnes, nombre de figures, niveau de difficulté, présentation vestimentaire, musique ...
- Evaluer avec les élèves la difficulté des figures proposées et la complexité des enchaînements
- Rechercher l'originalité (humour, esthétique, spectaculaire...)
- Insister sur la correction de la présentation : cheveux attachés, on ne redescend pas son pull, on stabilise 5 secondes la figure, on regarde le public et le jury...
- Schématiser sur papier les productions

Etape 3 : stabiliser la maîtrise de la production (2 à 3 séances)

Contenu :

- Mettre en valeur chacun selon ses qualités,
- Répéter les enchaînements afin de bien les mémoriser
- Mettre au point la mise en scène
- L'enseignant aide, conseille, rappelle les consignes.

Etape 4 : Présenter la prestation chorégraphique face à un public (2 à 3 séances)

Remarques :

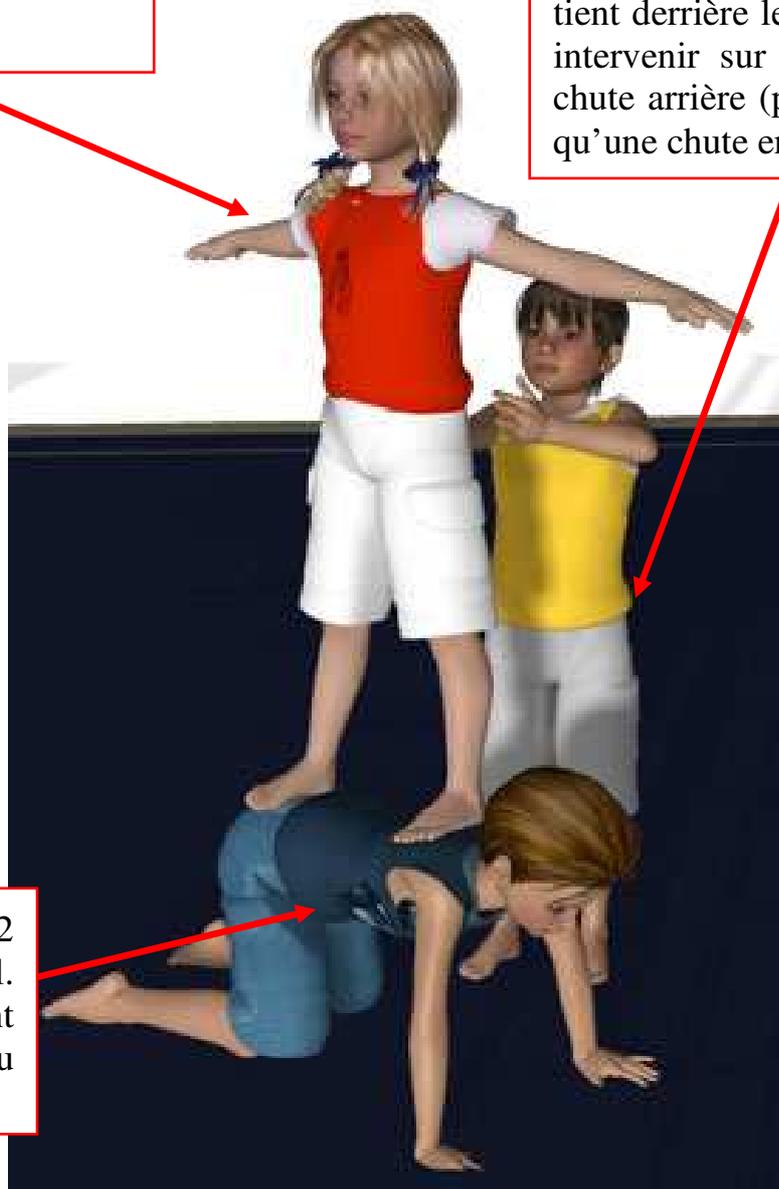
- Tous les groupes n'ont pas nécessairement le même nombre de participants
- Si les groupes sont trop importants la cohésion du groupe est plus difficile à réaliser, or c'est une composante essentielle de l'activité.
- Cohésion du groupe ne signifie pas nécessairement qu'ils font la même chose en même temps (unisson) mais qu'ils s'inscrivent dans un ensemble cohérent.
- Les productions peuvent avoir un titre et être accompagnées de musique ou de costumes....
- *Attention, un tableau à 5 peut être constitué d'une figure à 5 bien sûr, mais aussi de 2 figures (une à 2, et l'autre à 3, etc).*

V - Approche pédagogique

Les trois rôles dans l'activité

Voltigeur : il n'a pas plus de 2 points de contact avec le sol. Il doit s'assurer de prendre des appuis sécurisés sur le porteur, c'est-à-dire sur les épaules, les genoux et le bassin.

Pareur : il a les mains libres, afin de pouvoir intervenir le plus rapidement possible, si le voltigeur venait à perdre l'équilibre. En général, il se tient derrière le voltigeur pour intervenir sur une éventuelle chute arrière (plus dangereuse qu'une chute en avant).



Porteur : il a au moins 2 points de contact avec le sol. Plusieurs porteurs peuvent agir ensemble pour un ou plusieurs voltigeurs.

La sécurité en images



- Le voltigeur ne doit pas descendre de son porteur en sautant. Cela occasionnerait des pressions dangereuses sur le porteur.



- Le voltigeur doit s'aider du pareur pour monter sur le porteur.

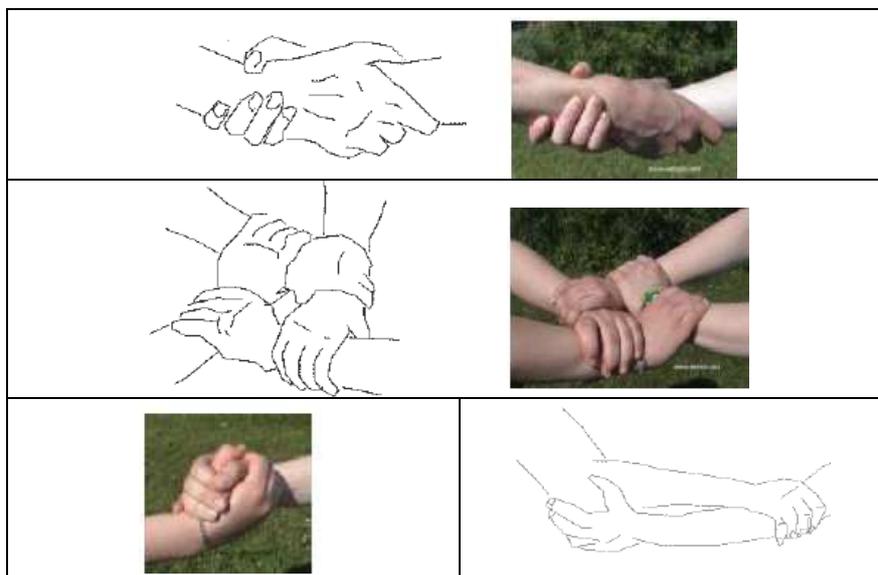


- Le voltigeur lâche la main du pareur lorsqu'il a trouvé son point d'équilibre.

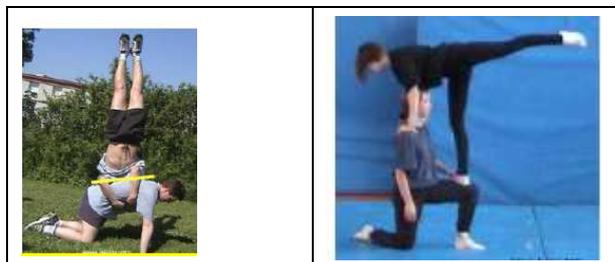
- Le pareur reste proche du voltigeur, prêt à intervenir.



Rechercher la solidité dans les prises.



Toujours avoir le dos plat.



S'assurer de prendre des appuis solides, sans faire mal au porteur.

Milieu du dos du partenaire	Milieu de la cuisse du partenaire	Genoux pliés	Bassin	Epaules
				
NON	NON	OUI	OUI	OUI

Les règles de sécurité sont à imposer en début d'activité et doivent être affichées sur le lieu de pratique. D'autres règles peuvent être élaborées avec les élèves pour répondre à leurs besoins.

- Pour tous les rôles :
 - Retirer les bijoux, les montres et les lunettes...
 - Etre pieds nus.
 - Avoir une tenue vestimentaire adaptée.
- Voltigeur :
 - S'assurer de ne pas faire mal à un partenaire
 - Avoir le dos droit, le ventre et les fesses serrées (contractés).
 - Etre tonique, « dur », gainé.
 - Prendre des appuis sur les épaules, les genoux, ou le bassin du porteur.
- Porteur :
 - Utiliser des appuis larges (écartés pour la stabilité) et toniques.
 - Pour porter à plusieurs, utiliser des prises sécurisées
 - Communiquer en cas de difficulté
- Pareur :
 - Parer en aidant au montage et démontage
 - Accompagner le voltigeur.

VI - La démarche de création

Il convient de mettre en évidence l'essentiel de l'activité des élèves et du professeur, en termes de verbes d'action, au regard des liens entre enseigner/apprendre, non sous forme linéaire, mais dans un système de forme hélicoïdal.

Les élèves / gymnastes	Le temps :	Le professeur / chorégraphe
<ul style="list-style-type: none"> • Etre disponible • Oser agir • Réaliser 	<ul style="list-style-type: none"> • de la mise en disponibilité <i>(se mettre en activité gymnique)</i> 	Mettre en situation globale pour faire émerger les représentations ✓ Figures à 2, 3, 4, ... avec porteur/voltigeur/ pareur
<ul style="list-style-type: none"> • Explorer • Chercher • Imaginer • Diversifier 	<ul style="list-style-type: none"> • de l'exploration du foisonnement <i>(mettre en mots mettre en corps les constructions collectives)</i> 	Mettre en situation d'exploration motrice individuelle ✓ Figures à 2, 3, 4, ... avec porteur/voltigeur/ pareur
<ul style="list-style-type: none"> • Transformer • Ressentir • Intérioriser • Nuancer • Epurer 	<ul style="list-style-type: none"> • de la transformation <i>(trouver les actions gymniques adaptées au rôle de chacun)</i> 	Mettre en situation de partage ✓ Figures à 2, 3, 4, ... avec porteur/voltigeur/ pareur
<ul style="list-style-type: none"> • Composer • Choisir • Ajuster • Enchaîner 	<ul style="list-style-type: none"> • de la composition <i>(écrire l'enchaînement chorégraphique)</i> 	Mettre en situation de composition pour se coordonner à plusieurs ✓ Figures à 2, 3, 4, ... avec porteur/voltigeur/ pareur
<ul style="list-style-type: none"> • Préciser • Accentuer • Affiner 	<ul style="list-style-type: none"> • de la répétition <i>(mémoriser)</i> 	Mettre en situation de répétition et prendre plaisir à se produire ensemble ✓ par un ou plusieurs duos, trios, ... avec un groupe d'observateurs
<ul style="list-style-type: none"> • Présenter • Interpréter • Communiquer 	<ul style="list-style-type: none"> • de l'interprétation <i>(émouvoir, faire vibrer)</i> 	Mettre en situation de prestation physique devant des spectateurs ✓ par duo, trio, ... devant des spectateurs

REMARQUES :

L'apprentissage en gymnastique acrobatique nécessite de développer chez les élèves les compétences relatives aux rôles de « acrobate », de « spectateur », de « chorégraphe ». Il s'avère donc nécessaire au sein de chaque séance et au cours de l'unité d'apprentissage d'organiser des moments pendant lesquels les élèves seront amenés à jouer ces différents rôles. Les temps de verbalisation et d'échanges prennent ici toute leur importance.

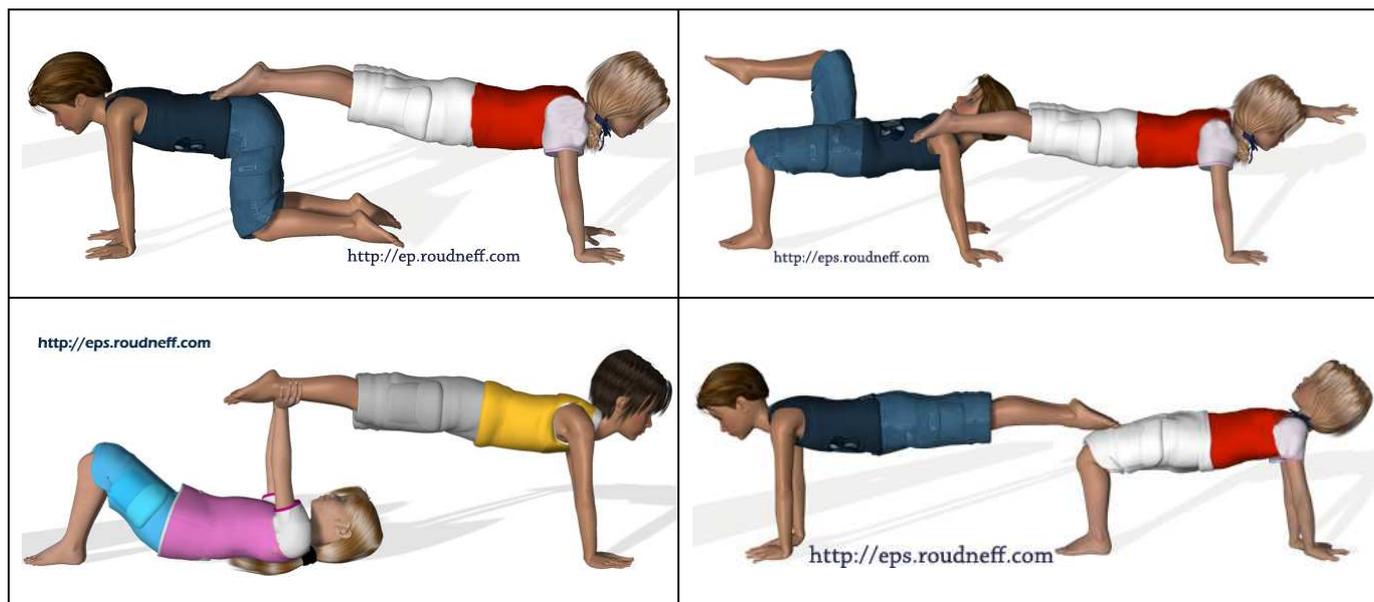
La rencontre avec des productions chorégraphiques sous forme de dessins, de photographies, de films est alors indispensable pour développer l'aspect artistique des productions et l'approche sensible de la création.

Annexes

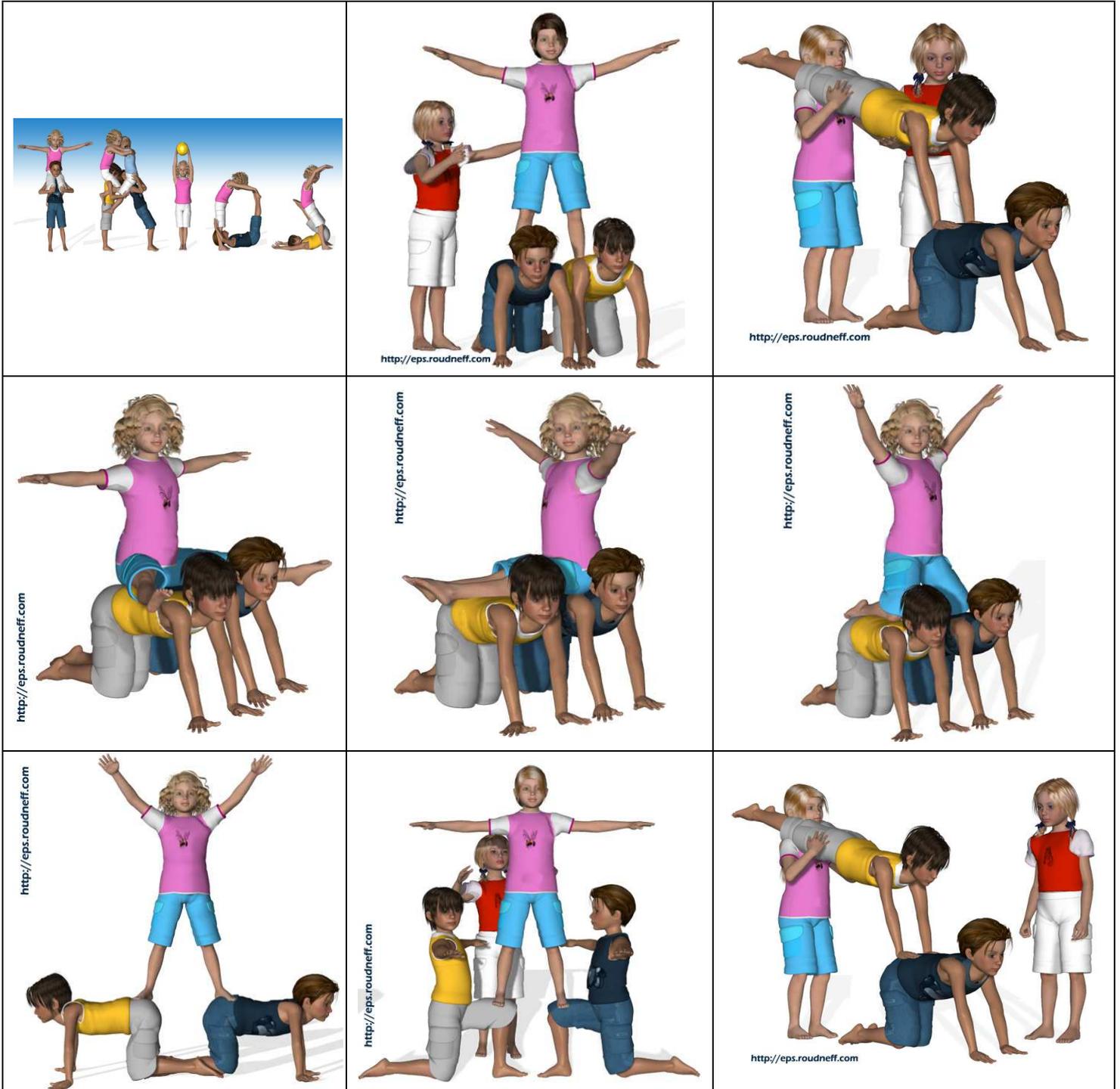
Figures à 2

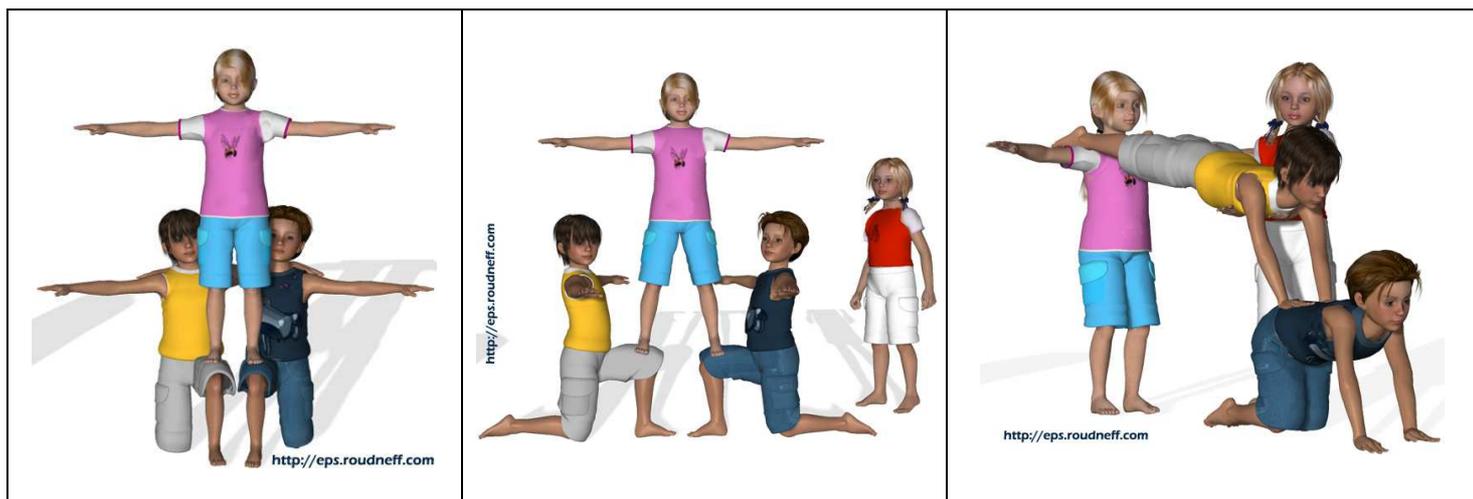






Figures à 3





Figures à 4 et à 5

