



Un cycle d'acrosport illustré

Equipe EPS 1° degré du Puy de Dôme
Année 2005

Objectif de l'équipe E.P.S. 1° degré du Puy De Dôme:

- Réaliser, à partir d'une expérimentation, un document pédagogique destiné à des enseignants non spécialistes, pour guider la mise en place d'un cycle d'acrosport.

Objectifs d'apprentissage développés dans ce cycle :

- **Compétences spécifiques :** *"concevoir et réaliser des actions à visée artistique, esthétique ou expressive"*
 - Réaliser des actions "acrobatiques" mettant en jeu l'équilibre. : piloter son corps dans l'espace et conquérir des postures renversées, élevées, avec des appuis de plus en plus manuels.
 - Exprimer corporellement, en groupe, des images, des états : reproduire des formes
 - S'exprimer en suivant différents types de rythmes, sur des supports variés.
- **Compétences générales :** *être capable de...*
 - Oser se produire devant un groupe.
 - Maîtriser la prise de risque.
 - Élaborer, observer, évaluer.
 - S'intégrer dans un projet collectif, coopérer, acquérir des comportements citoyens.

Contenu du document :

- **Une fiche de présentation** du cycle et découpage des séances.
- **Le compte rendu** des séances réalisées avec le thème de chaque séance, les différentes situations proposées, les commentaires, les outils (fiches, grilles...) utilisés.
- **Le bilan** du cycle et les propositions d'autres pistes à explorer.

Les conditions :

- Classe de 27 élèves de CM2.
- cycle de 12 séances d'une heure (de janvier à Pâques 2005) pris en charge par l'équipe EPS 1° degré du PDD. avec un animateur unique pour toutes les séances, des observateurs/secrétaires, un caméraman.
- Salle de gymnastique sportive avec un praticable (condition non obligatoire, quelques tapis suffisent).

Découpage du cycle :

| Séances 1, 2 | Séances 3/4/5 | Séances 6/7/8 | Séances 9/10/11/12 |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><u>Objectif :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Entrée dans l'activité. | <p><u>Objectif :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Construire des outils pour la création. | <p><u>Objectifs :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Construire des outils pour la création (suite). | <p><u>Objectifs :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Produire une création en musique. • La montrer aux autres. |
| <p><u>Forme de travail :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Individuel ou en duo. • Créations. | <p><u>Forme de travail :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • En trio. • Créations. | <p><u>Forme de travail :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Groupes imposés, reproduire un enchaînement imposé en musique. | <p><u>Forme de travail :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Travail autonome en groupe (groupe par affinité). • Création "guidée". |
| <p><u>Contenu :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Mise en place des habitudes de travail : 1-échauffement avec travail de composition chorégraphique, 2-travail d'éléments gymniques, 3-travail de création. | <p><u>Contenu :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Travail des déplacements dans un espace orienté. • Travail de la rotation avant. • Travail d'observation et d'évaluation des productions. | <p><u>Contenu :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestion du travail en groupes (autonomie, prise d'initiative, respect des autres). • Travail sur la reproduction de consignes (les formes, les déplacements, les éléments techniques), • Travail en musique. | <p><u>Contenu :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Création libre à partir d'un canevas commun à respecter strictement. • Rythme de travail identique pour tous les groupes. |
| <p><u>Notions abordées :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Différenciation porteur-porté, acteur-spectateur. • Mise en place de règles de sécurité. | <p><u>Notions abordées :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Occupation d'une scène par rapport au public. • "Placement de dos" en gym. • Observation en fonction de critères simples. | <p><u>Notions abordées :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Persévérance, écoute (de la musique, des autres...), • Mise en place de règles pour la préparation et la présentation d'un spectacle. | <p><u>Notions abordées :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Apports techniques, artistiques et chorégraphiques individualisés. |

Séance 1

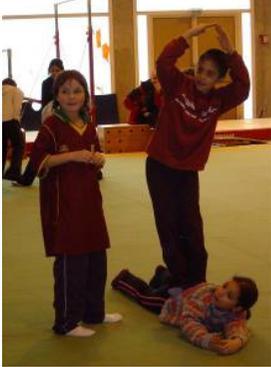
| OBJECTIFS | SITUATIONS | CONSIGNES | VARIABLES | REMARQUES |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> • Accueil, • Définition de l'acrosport | | On va apprendre à faire des enchaînements de gym. en musique, avec des acrobaties à plusieurs... |  | Autre définition...: "activité acrobatique, esthétique et de coopération dans laquelle on recherche le spectaculaire et l'harmonieux. C'est une activité de production de formes corporelles, vue et jugée selon un code d'évaluation pré-établi" (Danse, acrosport, gymnastique rythmique. C. Catteau, AM. Havage. Ed. revue EPS) |
| <p>1) <i>Mise en action</i></p> <p>(mise en route du système cardio-pulmonaire)</p> <ul style="list-style-type: none"> • découverte de la posture statique | <p>Déplacement dans l'espace, au signal, on devient une statue.</p>  | <p>3 sec. sans déséquilibre</p> <p>1 position différente à chaque fois</p> | <p>Donner des contraintes pour réaliser la statue : en annonçant le nombre d'appuis au sol 4 pattes, 1 pied, 2 pieds + 1 main, la tête + 1 main + 1 pied...</p> | <p>L'immobilité est difficile à réaliser quand les déplacements sont rapides.</p> <p>L'espace est souvent mal exploité</p> |
| <p><i>Mise en action</i> (renforcement musculaire)</p> <ul style="list-style-type: none"> • découverte du gainage • être à l'écoute de l'autre | <p>Par 2 : 5 sauts verticaux face à face</p>  | <p>Sauter comme des ressorts en même temps que son partenaire</p> | <p>Voltes ($\frac{1}{4}$, $\frac{1}{2}$, $\frac{3}{4}$, 1 tour complet...)</p> | <p><i>Principes d'action à découvrir :</i></p> <p>Être "tonique" ("mou") pour pouvoir rebondir.</p> <p>Gainage : contraction abdos + dorsaux + fessiers...</p> <p>Prendre des repères visuels pour rester équilibré quand on tourne</p> |
| <p><i>Mise en action</i> (étirement musculaire)</p> <ul style="list-style-type: none"> • découverte du déséquilibre • coopérer • allonger une posture, s'étirer | <p>Par 2 : étirer les épaules, les jambes</p>  | <p>Un élève se laisse étirer et reste passif, l'autre, actif, l'étire. L'actif est à l'écoute de son partenaire pour ne pas lui faire mal.</p> |  | <p><i>Principes d'action à découvrir :</i></p> <p>Faire confiance à un partenaire</p> <p>Accepter le déséquilibre</p> <p style="text-align: right;">"mise en action" = 20 minutes</p> |

| OBJECTIFS | SITUATIONS | CONSIGNES | VARIABLES | REMARQUES |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>2) Travail d'éléments gymniques :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Coopérer pour réaliser un élément gymnique • Accepter le contact | <p>Par 2 : roulade avant (Un en boule au sol, l'autre roule autour de lui)</p>  | <p>Le "porteur" : avoir des appuis larges pour être "solide"</p> <p>L'acrobate (le porté) : contrôler sa vitesse, enrouler tête et haut du dos</p> | <p>Le partenaire devient obstacle en adaptant sa hauteur, on roule par dessus lui, puis par dessus plusieurs.</p> <p>Partir les pieds sur le dos du porteur et mains au sol, puis rouler</p> | <p><i>Principes d'action à découvrir:</i></p> <p>j'augmente la difficulté quand je réussis tout en maîtrisant ma sécurité et celle de l'autre.</p> <p>Pour avoir le dos rond : menton collé à la poitrine</p> <p>15 minutes</p> |
| <p>3) Activité de création.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Découverte des notions de porteur, porté, pareur, "chorégraphe" • Verbalisation des principes de sécurité • Premier répertoire de postures en vue d'élaborer un fichier d'évaluation • Accepter d'être regardé | <p>Travail par groupes.</p> <p>Un porteur (le socle), un porté (la statue), un sculpteur (S) qui est aussi pareur.</p> <p>Chaque S installe son socle puis sa statue qui doit rester immobile le temps que tous les S regardent l'ensemble des statues.</p> <p>Puis on change de rôle.</p>  | <p>Socle très solide</p> <p>Immobilité des statues</p>  | <p>Toute la classe répète les figures repérées par les sculpteurs.</p> <p>Photos des statues par l'enseignant</p> | <p><i>Principes de sécurité :</i></p> <p>Socle : appuis au sol larges et bas, tonicité</p> <p>Statue : monter léger et tonique, descendre doucement sans sauter (être comme un chat).</p> <p><i>Principes d'action à découvrir:</i></p> <p>Comment faire pour être immobile ?</p> <p>Quels critères choisir pour retenir certaines figures ? (Difficulté, originalité, maîtrise)</p> <p>15 minutes</p> |

Séance 2

| OBJECTIFS | SITUATIONS | CONSIGNES | VARIABLES | REMARQUES |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Entrer dans l'activité (avoir des attitudes "gymniques", occuper tout l'espace) Mise en action (+ cardio.) Enrichir le vocabulaire moteur</p> | <p>Élèves en colonnes</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Trouver différentes façons de se déplacer 2) Se déplacer en utilisant les sauts de la séance 1 3) Saut de biche  | <ol style="list-style-type: none"> 1) Traverser l'espace des tapis en vous déplaçant selon mes consignes : marcher, sauter, courir, ramper... (on revient au point de départ par les côtés sans gêner et en se reposant) 2) Appel 2 pieds, réception sur 2 pieds. Corps gainé en l'air = corps tendu des doigts aux pointes de pieds... 3) Appel 2 pieds, réception 1 pied. | <p>Même exercice par 2, (les deux partenaires doivent faire la même chose en même temps)</p>  | <ul style="list-style-type: none"> • Plusieurs passages nécessaires pour obtenir des déplacements de qualité (reproductibilité des passages, correction des attitudes, concentration et synchronisation si par 2...) • Saut de biche : pose des problèmes de coordination • 10 minutes |
| <p>Mise en action (renforcement musculaire)</p> | <p>Le jeu des déménageurs : par 4,</p> <ul style="list-style-type: none"> • 2 porteurs (les déménageurs), • 1 porté (le meuble), • 1 observateur (le propriétaire) | <p>Transporter le meuble d'une maison à une autre, en le portant à 2, avec précautions (transporter au ralenti). Le propriétaire veille au bon déroulement du transport et du dépôt.</p> | <p>Imposer des formes au meuble : planche, chaise, table...</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Trouver de bonnes prises de mains • Être tonique pour porter • Porter avec les jambes • Conserver les courbures naturelles de la colonne vertébrale |

| OBJECTIFS | SITUATIONS | CONSIGNES | VARIABLES | REMARQUES |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Mise en action (étirements) prendre conscience de la différence : contraction relâchement</p> <p>Entrer dans l'activité (coopérer, faire confiance à l'autre)</p> | <p>Par 2 : étirements épaules, jambes</p>  | <p>Idem séance 1 (passif, actif).</p> <p>Placement dos : celui qui aide renseigne celui qui s'étire sur la position de son dos Jambe d'appui tendue.</p> | <p>Étirement jambes à l'aide du mur ou de la poutre.</p> <p>Étirer aussi les adducteurs.</p>  | <ul style="list-style-type: none"> • Se relâcher (passif = mou) • Se "planter" dans le sol (comme un arbre) pour limiter les déséquilibres • Faire confiance à son partenaire • Proposer 2 partenaires de même taille facilite le travail <p>5 minutes</p> |
| <p>Coopérer pour réaliser un élément gymnique Accepter le "contact rapproché" de l'autre</p>  | <p>Par 2 : roulade avant. Un élève est l'obstacle, l'autre roule par dessus</p>  | <p>2 niveaux : pour ceux qui maîtrisent l'exercice de la séance 1 (les "A"), le réaliser avec l'obstacle plus haut et une réception maîtrisée (se relever sans les mains) Pour les autres (B) : faire le départ les pieds sur le dos de son camarade roulé en boule et monter les fesses, plier les bras, rentrer le menton dans la poitrine.</p> | <p>Pour les "A" : mettre 2 "obstacles" côte à côte</p> <p>B : faire travailler par 3 pour avoir un pareur qui incite à la bonne position (qui peut aussi aider à se relever sans poser les mains au sol) Introduire un "évaluateur de la prestation".</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Roulade avant : poser les 2 mains au sol rentrer le menton vers la poitrine, poser la nuque au sol, rester grouper, se relever sans les mains • Nécessité d'être tonique pour rester groupé et se relever sans les mains • Le porteur (obstacle) doit être lui aussi tonique. <p>10 minutes</p> |

| | | | | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Enrichir le répertoire de postures en duo</p> <p>Observer, reproduire une figure</p> <p>Verbaliser les principes de sécurité, les écrire</p> | <p>Exercice des statues avec un groupe d'observateurs et un temps limité</p>  | <p>2 groupes ensemble : un groupe travaille (G1) un groupe observe (G2).</p> <p>Dans le G1, le socle se met en place selon ma consigne et le sculpteur place sa statue (temps limité) Le chef d'œuvre doit rester immobile 5 secondes puis le G2 reproduit. Inverser ensuite</p> | <p>Demander au sculpteur de s'intégrer à sa composition</p> <p>Découper le temps à l'aide de la musique</p>  | <p>Verbalisation après la situation :</p> <p>Énoncer les règles de sécurité pour le porteur et le porté, les écrire sur une feuille* qui sera affichée à chaque séance</p> <p>Classer les "statues" par difficulté (en fonction de la position du socle)**</p> <p>Difficulté de montrer</p> <p>Difficulté de reproduire</p> <p>10 minutes</p> |
| <p>Développer la créativité, l'écoute</p> <p>Mettre en action les principes de sécurité</p> | <p>Représenter une figure évocatrice. Les S viennent tirer au sort une figure à illustrer. Les autres S doivent deviner ce que représente la statue</p> | <p>Même dispositif que l'exercice précédent 2 X 3</p> <p>Les S viennent tirer au sort une figure à illustrer. L'autre groupe doit deviner ce que représente la statue, puis on change</p> <p>Respecter les consignes de sécurité évoquées avant</p> | <p>On passe dans les 3 rôles : sculpteur, statue et socle</p>  | <p>Définir l'orientation de la scène (où sont placés les spectateurs) à partir du moment où la prestation est regardée.</p> <p>Importance de la créativité et de la maîtrise des postures dans l'activité quand la difficulté des figures est minime.</p> <p>10 minutes</p> |

STATUES À RÉALISER :

| | | |
|----------------------------|-----------------------|-------------------------------------|
| LA STATUE DE LA LIBERTE | UN DOMPTEUR DE FAUVES | UNE BALANCOIRE |
| UN SURFEUR SUR UNE VAGUE | UN AVION | UN VAISSEAU SPATIAL |
| UN CAVALIER SUR SON CHEVAL | UN PONT | UNE MONTAGNE |
| UNE LETTRE DE L'ALPHABET | UN COEUR | UNE PERSONNE QUI FAIT DE L'ESCALADE |

* : LES RÈGLES DE SÉCURITÉ ÉNONCÉES PAR LES ÉLÈVES:

- Le socle (porteur) :
 - est tonique
 - prend des appuis au sol LARGES ET STABLES
- La statue (porté) :
 - Doit monter sur le porteur en se faisant léger (comme un chat)
 - Doit prendre appui sur des zones solides, les épaules et/ou le bassin
 - NE JAMAIS PRENDRE APPUI SUR LA COLONNE VERTEBRALE
 - Le sculpteur : est responsable de la statue qu'il compose
- Règles générales :
 - JE FAIS ATTENTION À MA SECURITE
 - JE FAIS ATTENTION À LA SECURITE DES AUTRES

** : CLASSEMENT DES STATUES PAR DIFFICULTE

- (de Facile) 1 : le socle (porteur) est allongé au sol
2 : position en "boule"
3 : à 4 pattes (4 appuis)
4 : assis (les fesses + les pieds)
5 : à genoux (2 appuis)
(à difficile) 6 : debout (2 appuis)

Séance 3

| OBJECTIFS | SITUATIONS | CONSIGNES | VARIABLES | REMARQUES |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Entrer dans l'activité</p> <ul style="list-style-type: none"> • travailler à plusieurs, • avoir des attitudes "gym" • enrichir ses connaissances sur les formes de déplacement • travailler en musique <p>Mise en action (plutôt axée sur le développement cardio-vasculaire)</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Se déplacer à 2 simultanément, alternativement, en cascade. • Se déplacer en sautant, marchant, tournant. • Déplacement en enchaînant 1 marche +1 saut +1 tour  | <p>Par 2. des vagues de 3 groupes partent en même temps</p> <p>Traverser l'espace en se déplaçant selon les consignes : marcher, sauter, courir, ramper... (on revient au point de départ par les côtés sans gêner et en se reposant)</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Travail en musique • Varier les déplacements : au sol, à 4 pattes, debout, avant et arrière... • Varier les sauts (impulsion 1 pied, 2 pieds, réception 1 pied, 2 pieds...) • Varier la qualité du mouvement : dur, mou, tonique... | <ul style="list-style-type: none"> • Le déplacement choisi doit être reproductible donc nécessité de se concerter et de se concentrer. <p style="text-align: right;">10 minutes</p> |
| <p>Mise en action (plutôt axée sur les étirements)</p> | <p>Par 2 ; étirements épaules, jambes, dos</p>  | <p>Épaules : les 2 élèves travaillent en même temps. Insister sur placement dos. Jambes : idem séance 2 Dos : enroulement vertébral (pieds derrière la tête et à partir de la position assis en tailleur)</p> | <p>Étirement jambes à l'aide du mur Étirer aussi les adducteurs</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Se relâcher (passif) • Avoir l'intention de se "planter" dans le sol pour limiter les déséquilibres • Faire confiance à son partenaire <p style="text-align: right;">5 minutes</p> |
| <p>Mise en action (plutôt axée sur le renforcement musculaire)</p> <p>Entrée dans l'activité</p> | <p>Faire la brouette</p>  | <p>Par 2, 1 élève à 4 pattes, son camarade lui prend les jambes. Se déplacer sur le praticable.</p> | <p>Pour les meilleurs, passer de la brouette à la roulade (le porteur soulève les jambes, l'élève "brouette" rentre la tête et plie les bras)</p> | <ul style="list-style-type: none"> • La « brouette » doit être tonique pour avancer • Sécurité pour le porteur : garder toujours le dos vertical et pousser sur les jambes pour soulever la brouette. • Tenir les jambes de son camarade aux genoux <p style="text-align: right;">5 minutes</p> |

| OBJECTIFS | SITUATIONS | CONSIGNES | VARIABLES | REMARQUES |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Coopérer pour réaliser un élément gymnique</p> <p>Être capable d'observer un élément simple selon des critères annoncés, remplir une grille. (1)</p> | <p>Roulade avant (avec observateur)</p>  | <p>Par 3 : 2 élèves réalisent, le 3^e observe et remplit sa grille.</p> <p>Niveau 1 : roulade avant, pieds sur le "socle bas"</p> <p>Niveau 2 : idem mais "socle à 4 pattes"</p> <p>Niveau 3 : roulade avant avec "socle = obstacle"</p> | | <ul style="list-style-type: none"> • Critères de réussite : <ol style="list-style-type: none"> 1. poser les 2 mains au sol 2. bien positionner ses appuis sur le socle 3. poser la nuque au sol 4. se relever sans les mains • Nécessité d'être tonique • Grille d'observation nominative à prévoir <p style="text-align: right;">15 minutes</p> |
| <p>Agir ensemble pour réaliser un projet collectif</p> <p>Imposer un déplacement en plus de la posture acrobatique,</p> <p>Montrer sa production</p> <p>Évaluer selon des critères simples. (2)</p> | <p>Par 3 : inventer un mini enchaînement comprenant une entrée en scène, le montage de la posture, la posture maintenue 3 secondes, le démontage, la fin immobile.</p>  | <ul style="list-style-type: none"> • Travail de la posture statique: tous les groupes recherchent ce qu'ils vont faire pendant 5 minutes. • puis par 2, les groupes se montrent leur prestation. Celui qui regarde doit renseigner l'autre sur sa réalisation (consignes respectées ou pas) • Le travail de la posture prend en compte le montage, le temps d'immobilisation et le démontage. | <ul style="list-style-type: none"> • Le choix de la musique • Faire dessiner ou écrire l'enchaînement réalisé en classe.  | <ul style="list-style-type: none"> • Pour mettre au point l'enchaînement : concertation, respect des autres, de la sécurité, travailler lentement, nombreuses répétitions • Pour les observateurs : concentration, respect, oser exprimer son impression. • Mixité imposée pour la constitution des groupes <p style="text-align: right;">20 minutes</p> |

(1) voir exemple ci-après

(1) Roulade avant

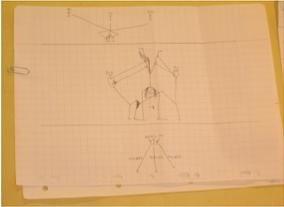
| Critères | 1 (facile) socle bas | 2 (moyen) socle haut | 3 (difficile) socle = obstacle |
|-------------------------------------------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------------------|
| 1) poser les 2 mains au sol près du socle | | | |
| 2) prendre appui sur le socle, jambes toniques | | | |
| 3) rentrer le menton sur la poitrine | | | |
| 4) se relever sans l'aide des mains | | | |

(2) Enchaînement acrosport

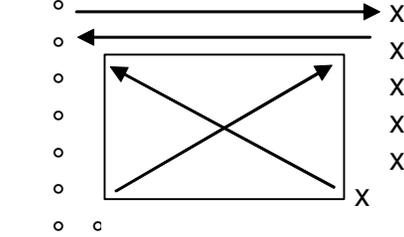
| Acteurs | | Spectateurs | |
|-----------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| ENTREE EN SCENE | | On voit quand le spectacle commence Oui <input type="radio"/> Non <input type="radio"/> | |
| POSTURE | Montage | Ils savent ce qu'ils ont à faire Oui <input type="radio"/> Non <input type="radio"/> | |
| | Maintien | Ils restent 3 secondes immobiles Oui <input type="radio"/> Non <input type="radio"/> | |
| | Démontage | Ils savent ce qu'ils ont à faire Oui <input type="radio"/> Non <input type="radio"/> | |
| FIN | | On voit que le spectacle est fini Oui <input type="radio"/> Non <input type="radio"/> | |

Séance 4 (Séance d'une heure et demie)

| OBJECTIFS | SITUATIONS | CONSIGNES | VARIABLES | REMARQUES |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Mise en action</p> <p>Entrée dans l'activité</p> <p>Enrichir son "vocabulaire" dans l'activité (les formes de déplacements en groupes)</p> | <p>Reprise de la situation de la séance précédente avec forme d'occupation de l'espace différente (travail en miroir)</p> <p style="text-align: center;">Déplacements Sauts Tours ...en musique</p>  | <p>Travail par 2 : un élève en face de l'autre. 3 groupes partent en même temps (4 vagues de 3 groupes)</p> <p>L'élève 1 choisit une forme de déplacement, l'élève 2, en face l'imité.</p> <p>Se croiser au milieu de l'espace Réfléchir à ce qu'on va faire avant de partir</p> <p>Trouver des formes de déplacements simples pouvant être reproduites par son camarade</p> | <p>Induire des "formes" par des musiques différentes, des consignes verbales,...</p> <p>Travailler sur les diagonales, en cercle, en miroirs, "au ralenti" ou décalé dans le temps, Baliser l'espace pour faciliter l'exercice</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Toutes ces formes de déplacements pourront ensuite être utilisés dans les compositions des élèves. • Le déplacement choisi doit être reproductible donc nécessité de codifier son geste et d'adopter un "rythme" • Inciter à épurer les mouvements et faire de nombreux passages <p style="text-align: right;">15 minutes</p> |
| <p>Mise en action (plutôt axée sur les étirements)</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Le "culbuto"  <ul style="list-style-type: none"> • Enrouler le dos | <ul style="list-style-type: none"> • Position de départ : assis en tailleur, se tenir les pieds, tomber côté puis dos puis remonter par l'autre côté • Assis en tailleur se pencher vers l'avant, en se relâchant. | | <p>Le culbuto n'est pas un exercice d'étirement...</p> <p>Pour obtenir un relâchement, maintenir les positions d'étirement au moins 10 secondes.</p> <p>Demander d'expirer longuement.</p> <p style="text-align: right;">5 minutes</p> |

| OBJECTIFS | SITUATIONS | CONSIGNES | VARIABLES | REMARQUES |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>"Compte rendu" de l'évaluation des rotations avant</p> | <p>Ateliers de rotation avant</p>  | <p>Rotation sur un banc bas Rotation avant par dessus un obstacle Rotation avant à partir d'un plan incliné Rotation avant en recevant une balle</p> | | <p>À partir des observations de la séance précédente, des ateliers sont proposés aux élèves en fonction des problèmes relevés pour réaliser la roulade avant</p> <p style="text-align: right;">15 minutes</p> |
| <p>Agir ensemble pour réaliser un projet collectif</p> <p>Se décentrer de l'acrobatie pour travailler les liaisons.</p> <p style="text-align: center;">Montrer sa production</p>  | <p>Par 3 : inventer un mini enchaînement (suite)</p>   | <ul style="list-style-type: none"> • Mettre l'accent sur la mise au point du début et de la fin. • Se servir de la musique pour prendre des repères (savoir quand il faut commencer, quand il faut faire la figure, compter les 5'' d'immobilité, finir au bon moment...) • 5' de recherche puis on montre à l'autre groupe qui travaille à son tour pendant 5' | <ul style="list-style-type: none"> • Musique • Imposer des contraintes supplémentaires (départ, ou forme de déplacement par exemple) pour faciliter le travail de recherche des élèves • Filmer les prestations pendant les répétitions, les regarder en classe pour corriger des défauts de mise en scène | <p>Baliser l'espace pour laisser à chaque groupe un espace d'évolution. Organiser le temps de recherche pour obtenir un résultat en temps voulu...</p>  <p><u>Règles de mise en scène :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Toujours face au public. • Ne pas parler • Éliminer les gestes parasites (se toucher les cheveux ou les vêtements par exemple) • Se concentrer du début à la fin (même si il y a des incidents...) <p style="text-align: right;">20 minutes</p> |

Séance 5

| OBJECTIFS | SITUATIONS | CONSIGNES | VARIABLES | REMARQUES |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Mise en action</p> <p>Entrée dans une activité de production de formes</p> <p>Enrichir le "vocabulaire"</p> | <p>Déplacements Sauts Tours en musique et en "diagonales"...</p>  | <p>Travail en colonne sur la diagonale du tapis.</p>  <p>Suivre les consignes du maître Gérer son déplacement pour ne pas percuter un autre élève.</p> | <p>Les consignes : marcher en avant en arrière, en suivant le rythme de la musique, complexifier les déplacements, enchaîner plusieurs actions...,</p>  | <p>Règles d'action à découvrir : Je gère l'espace à disposition en prenant des repères (vitesse de mon déplacement, de celui de l'autre, ma trajectoire, celle de l'autre...) Je dois me concentrer pour être tonique, pour respecter les consignes.</p> <p>20 minutes</p> |
| <p>Observer une prestation en fonction de critères objectifs</p> <p>Argumenter ses observations pour élaborer une évaluation commune</p>  | <p>Enchaînement (fin) Temps de préparation court (retour sur les 2 séances précédentes) Montrer aux autres groupes sa prestation. Évaluer la prestation des camarades.</p> | <ul style="list-style-type: none"> Acteurs : éviter les défauts que l'on a constatés chez les autres Les observateurs cherchent à identifier des figures et des déplacements originaux ainsi que les principaux défauts de réalisation. (voir fiche) | <p>Organisation des passages : Les groupes sont numérotés. Un tableau affiché indique le numéro du groupe qui se produit, celui du groupe qui se prépare, et de ceux qui observent (voir tableau ci-après)</p> | <p>Gérer le stress du passage devant un public</p> <p>Nécessité du travail en groupe</p> <p>Difficulté du travail de l'observateur.</p> <p>20 minutes</p> |

**Exemple
d'enchaînement créé
par un groupe**



ERROR: stackunderflow
OFFENDING COMMAND: ~
STACK: