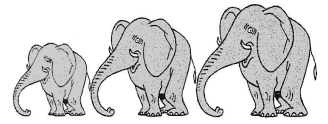


CM2

EPS

Actions à visée
artistique

Acrosport



Compétences :

- Réaliser des actions « acrobatiques » mettant en jeu l'équilibre (recherche d'exploits) et pouvant revêtir un caractère esthétique.

Objectifs :

- ❶ Respecter les règles de sécurité pour les portées.
- ❷ Individuellement, gérer ses actions pour bâtir une figure stable.
- ❸ En groupe, coordonner les actions de chacun pour bâtir une figure stable.
- ❹ Assumer les différents rôles liés à l'acrosport (pareur, porteur, voltigeur).
- ❺ Réaliser un enchaînement de cinq figures, avec une entrée.

Lien avec le vécu des élèves.

L'acrosport est une matière motivante pour tous les élèves d'entrer dans les actions à visée artistique. Les différents niveaux de difficultés permettront à tous d'aboutir à des figures, quel que soit leur niveau de compétence.

Prérequis

- Pas de prérequis particulier.

Séquence

Séance 1 Découverte de la discipline

Objectifs ❶ ❷ ❸

⇒ Mise en place des consignes de sécurité appuyées d'exemples, puis réalisation de quelques figures simples à trois (un pareur et deux acrobates).

Séance 2 Appropriation des règles de sécurité

Objectifs ❶ ❷ ❸

⇒ Rappel des règles de sécurité, réalisation de quelques figures plus complexes, à trois élèves (un pareur et deux acrobates).

Séance 3 Travail autonome en groupes de 5

Objectifs ❷ ❸ ❹

⇒ Dans chacun des groupes de 5, différentes figures sont testées. Les mieux réussies sont montrées aux autres groupes.

Séance 4 Suite des essais de figures

Objectifs ❷ ❸ ❹

⇒ Dans chaque groupe, les élèves essaient différentes figures en cherchant à augmenter la stabilité et le niveau de difficulté.

Séance 5 Choix des figures

Objectifs ❷ ❸ ❹ ❺

⇒ Dans chaque groupe, les élèves choisissent les cinq figures qu'ils enchaîneront lors des représentations.

Séances 6 et 7 Entraînement à l'enchaînement

Objectifs ❷ ❸ ❹ ❺

⇒ Dans chaque groupe, les élèves s'entraînent à enchaîner les figures. Chacun d'entre eux élabore également une entrée en scène.

Séance 8 Représentation

Objectifs 2 3 4 5

⇒ *Devant un public, chaque groupe présente son enchaînement.*

Prolongement

→ Prolongement.

Acrosport

Séance 1

Découverte de la discipline

- Objectifs**
- 1 Respecter les règles de sécurité pour les portées.
 - 2 Individuellement, gérer ses actions pour bâtir une figure stable.
 - 3 En groupe, coordonner les actions de chacun pour bâtir une figure stable.

Matériel :

- 14 tapis de gymnastique.
- Une fiche des règles d'or.
- Fiche de répartition en groupes.
- Fiche de figure à trois.

Aide aux élèves en difficulté :

- Les groupes sont hétérogènes, permettant aux élèves de s'entraider dans la compréhension des consignes données et l'exécution des figures.

Déroulement

65 min

Dispositif

Tps

Rôle de l'enseignant.

EN CLASSE

- **Explications à propos de la discipline.**

- o L'enseignant explique aux élèves qu'ils vont commencer une séquence d'acrosport. **Le nom est écrit au tableau.** Il les interroge sur leur connaissance à ce sujet.
⇒ L'enseignant pourra s'appuyer sur la formation du mot pour en arriver la conclusion qu'il s'agit d'un sport fait d'acrobaties.
- o L'enseignant explique aux élèves qu'au terme de la séquence, la classe présentera un petit spectacle d'acrosport sur un fond musical, devant un public (d'autres classes, les parents d'élèves...).
- o L'enseignant explique aux élèves le déroulement de la séance du jour.

- Oral, collectif.

10

- ⇒ Interroger.
- ⇒ Faire valider.
- ⇒ Expliquer.

AU GYMNASSE

- **Mise en place du matériel.**

- o L'enseignant montre aux élèves le matériel qui sera utilisé (les tapis de gymnastique) et leur explique comment le mettre en place.
⇒ Pour la première partie de l'échauffement, il faudra mettre douze tapis en rectangle. (cf. fiche d'échauffement)
- o Les élèves mettent le matériel en place.

- Oral, collectif.

5

- ⇒ Expliquer.

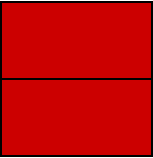
- **Échauffement.**

- o L'enseignant guide les élèves dans l'échauffement (cf. fiche d'échauffement).

- Oral, collectif.

10

- ⇒ Donner les consignes.

<p>- Consignes de sécurité.</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Les élèves sont regroupés et assis par terre, autour de l'enseignant qui dispose de deux tapis joints devant lui.  <ul style="list-style-type: none"> ○ L'enseignant explique aux élèves que pour pratiquer l'acroport, il faut respecter quelques règles de sécurité qui permettront d'éviter de se faire mal. ○ L'enseignant sort la fiche des règles d'or et la montre aux élèves en la commentant. Pour chaque consigne, il fait venir deux élèves sur les tapis qui illustrent le comportement attendu. ⇒ L'enseignant distinguera bien les consignes qui ont trait à la sécurité de celle qui reposent sur l'esthétisme. ○ L'enseignant explique aux élèves qu'il existe différents rôles dans l'acroport : le porteur (qui est en-dessous), le voltigeur (qui est au-dessus) et le pareur (qui aide à la mise en place et qui veille à la sécurité). 	<p>- Oral, collectif.</p>	<p>10</p>	<p>⇒ Donner les consignes. ⇒ Illustrer les explications.</p>
<p>- Exécution de quelques figures.</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ L'enseignant répartit les élèves en groupe de trois éléments. ○ Chaque groupe se voit remettre une fiche de figures à trois. ○ L'enseignant explique aux élèves la suite de la séance : dans chaque groupe, ils doivent choisir et exécuter trois figures en alternant les rôles des élèves. ○ Chaque groupe récupère deux tapis qu'il joint. ○ Les élèves font l'exercice demandé. 	<p>- Oral, collectif.</p>	<p>20</p>	<p>⇒ Passer dans les groupes pour aider, conseiller.</p>
<p>- Observation des figures des groupes.</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Tour à tour, chaque groupe vient montrer les figures qu'ils ont choisies et réalisées. Les autres élèves commentent et donnent des conseils. 	<p>- Oral, collectif.</p>	<p>10</p>	<p>⇒ Interroger. ⇒ Faire valider.</p>

Fiche d'échauffement

1) Échauffement du corps

Les élèves sautent sur place et réalisent quelques actions au signal de l'enseignant.

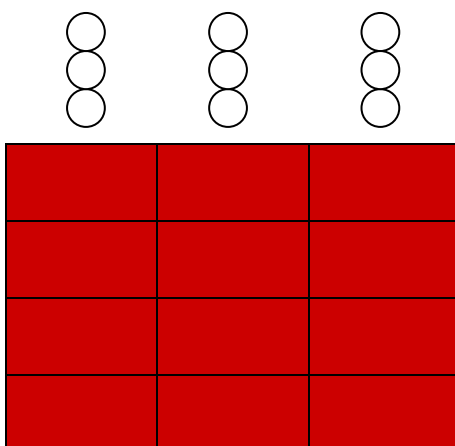
- Toucher le sol et sauter le plus haut possible.
- Sauter en faisant un quart de tour.
- Faire trois pompes.
- S'asseoir par terre et se relever.
- Se coucher sur le dos et se relever.
- Etc.

2) Échauffement des articulations

Une à une, les élèves échauffent chacune de leurs articulations à la demande de l'enseignant (chevilles, genoux, adducteurs, cervicales, épaules, poignets, dos).

3) Exercices sur tapis.

Les tapis étant disposés en rectangle (cf. ci-dessous), les élèves effectuent quelques traversées en écoutant les consignes de l'enseignant.



○ Traverser seul

- Sauter comme une grenouille.
- Ramper (avancer grâce aux coudes).
- Roulade avant.
- Roulade arrière.

○ Traverser à deux

- La pierre : un élève se roule en boule tandis que l'autre le fait rouler jusqu'au bout du tapis (l'élève « en pierre » est poussé latéralement).
- La brouette.
- La double roulade : les deux élèves se tiennent par les chevilles (ils sont tête bêche) et roulent.

Acrosport

Séance 2

Appropriation des règles de sécurité

Objectifs

- ❶ Respecter les règles de sécurité pour les portées.
- ❷ Individuellement, gérer ses actions pour bâtir une figure stable.
- ❸ En groupe, coordonner les actions de chacun pour bâtir une figure stable.

Matériel :

- 14 tapis de gymnastique.
- Une fiche des règles d'or.
- Fiche de répartition en groupes.
- Fiche de figure à trois.

Aide aux élèves en difficulté :

- Les groupes sont hétérogènes, permettant aux élèves de s'entraider dans la compréhension des consignes données et l'exécution des figures.

Déroulement

60 min

Tps

Rôle de l'enseignant.

- Préparation et échauffement.

- La classe prépare le matériel et s'échauffe en suivant les principes de la fiche d'échauffement.

20

⇒ Donner les consignes.

- Réalisation de figures.

- Les élèves sont répartis en groupes de 3 élèves (identiques à ceux de la première séance).
- Dans chaque groupe, les élèves testent différentes figures et en choisissent trois qu'ils présenteront à tout le monde en fin de séance.

30

⇒ Conseiller les élèves dans l'exécution des consignes.
⇒ Veiller à la sécurité des élèves.

- Présentation de trois figures.

- Chaque groupe présente trois figures.
- Les autres élèves commentent et donnent des conseils.

10

⇒ Interroger.
⇒ Conseiller.

Acrosport

Séance 3

Travail autonome en groupes de 5

- Objectifs**
- ② Individuellement, gérer ses actions pour bâtir une figure stable.
 - ③ En groupe, coordonner les actions de chacun pour bâtir une figure stable.
 - ④ Assumer les différents rôles liés à l'acrosport (pareur, porteur, voltigeur).

Matériel :

- 14 tapis de gymnastique.
- Une fiche des règles d'or.
- Fiche de répartition en groupes.
- Fiche de figure à quatre.

Aide aux élèves en difficulté :

- Les groupes sont hétérogènes, permettant aux élèves de s'entraider dans la compréhension des consignes données et l'exécution des figures.

Déroulement

60 min

Tps

Rôle de l'enseignant.

- **Préparation et échauffement.**

- o La classe prépare le matériel et s'échauffe en suivant les principes de la fiche d'échauffement.

20

⇒ Donner les consignes.

- **Réalisation de figures.**

- o Les élèves sont répartis en groupes de 5 élèves.
 - o Dans chaque groupe, les élèves testent différentes figures à trois acrobates et en choisissent trois qu'ils présenteront à tout le monde en fin de séance.
- Le choix de cinq élèves dans le groupe pour des figures à trois acrobates répond au besoin de garder les mêmes groupes pendant plusieurs séances, et ce en dépit des absences possibles et des dispenses de sport.

30

⇒ Conseiller les élèves dans l'exécution des consignes.
⇒ Veiller à la sécurité des élèves.

- **Présentation de trois figures.**

- o Chaque groupe présente trois figures.
- o Les autres élèves commentent et donnent des conseils.

10

⇒ Interroger.
⇒ Conseiller.

Acrosport

Séance 4

Suite des essais de figures

- Objectifs
- ② Individuellement, gérer ses actions pour bâtir une figure stable.
 - ③ En groupe, coordonner les actions de chacun pour bâtir une figure stable.
 - ④ Assumer les différents rôles liés à l'acrosport (pareur, porteur, voltigeur).

Matériel :

- 14 tapis de gymnastique.
- Une fiche des règles d'or.
- Fiche de répartition en groupes.
- Fiche de figure à quatre.

Aide aux élèves en difficulté :

- Les groupes sont hétérogènes, permettant aux élèves de s'entraider dans la compréhension des consignes données et l'exécution des figures.

Déroulement

60 min

Tps

Rôle de l'enseignant.

- **Préparation et échauffement.**

- La classe prépare le matériel et s'échauffe en suivant les principes de la fiche d'échauffement.

20

⇒ Donner les consignes.

- **Réalisation de figures.**

- Les élèves sont répartis en groupes de 5 élèves (identiques à ceux de la séance précédente).
- Dans chaque groupe, les élèves testent différentes figures à trois acrobates et en choisissent trois qu'ils présenteront à tout le monde en fin de séance.
→ Le choix de cinq élèves dans le groupe pour des figures à trois acrobates répond au besoin de garder les mêmes groupes pendant plusieurs séances, et ce en dépit des absences possibles et des dispenses de sport.

30

⇒ Conseiller les élèves dans l'exécution des consignes.
⇒ Veiller à la sécurité des élèves.

- **Présentation de trois figures.**

- Chaque groupe présente trois figures.
- Les autres élèves commentent et donnent des conseils.

10

⇒ Interroger.
⇒ Conseiller.

Acrosport

Séance 5

Choix des figures

- Objectifs**
- ② Individuellement, gérer ses actions pour bâtir une figure stable.
 - ③ En groupe, coordonner les actions de chacun pour bâtir une figure stable.
 - ④ Assumer les différents rôles liés à l'acrosport (pareur, porteur, voltigeur).
 - ⑤ Réaliser un enchaînement de cinq figures, avec une entrée.

Matériel :

- 14 tapis de gymnastique.
- Une fiche des règles d'or.
- Fiche de répartition en groupes.
- Fiche de figure à quatre.

Aide aux élèves en difficulté :

- Les groupes sont hétérogènes, permettant aux élèves de s'entraider dans la compréhension des consignes données et l'exécution des figures.

Déroulement

60 min

Tps

:

Rôle de l'enseignant.

- Préparation et échauffement.

- La classe prépare le matériel et s'échauffe en suivant les principes de la fiche d'échauffement.

20

⇒ Donner les consignes.

- Réalisation de figures.

- Les élèves sont répartis en groupes de 5 élèves (identiques à ceux de la séance précédente).
 - Dans chaque groupe, les élèves testent différentes figures à trois acrobates. Au fur et à mesure de leurs essais, les élèves entourent les figures qu'ils maîtrisent.
- ⇒ À terme, les élèves devront retenir cinq figures sur lesquelles ils s'entraîneront.

40

⇒ Conseiller les élèves dans l'exécution des consignes.
⇒ Veiller à la sécurité des élèves.

Acrosport

Séances 6 et 7

Entraînement à l'enchaînement

- Objectifs
- ② Individuellement, gérer ses actions pour bâtir une figure stable.
 - ③ En groupe, coordonner les actions de chacun pour bâtir une figure stable.
 - ④ Assumer les différents rôles liés à l'acrosport (pareur, porteur, voltigeur).
 - ⑤ Réaliser un enchaînement de cinq figures, avec une entrée.

Matériel :

- 14 tapis de gymnastique.
- Une fiche des règles d'or.
- Fiche de répartition en groupes.
- Fiche de figure à quatre.

Aide aux élèves en difficulté :

- Les groupes sont hétérogènes, permettant aux élèves de s'entraider dans la compréhension des consignes données et l'exécution des figures.

Déroulement

60 min

Tps

:

Rôle de l'enseignant.

- **Préparation et échauffement.**

- La classe prépare le matériel et s'échauffe en suivant les principes de la fiche d'échauffement.

20

⇒ Donner les consignes.

- **Réalisation de figures.**

- Les élèves sont répartis en groupes de 5 élèves (identiques à ceux de la séance précédente).
 - Dans chaque groupe, les élèves enchaînent les figures qu'ils ont choisies lors de la séance précédente.
- ⇒ On insistera sur un enchaînement rapide et silencieux.

40

⇒ Conseiller les élèves dans l'exécution des consignes.
⇒ Veiller à la sécurité des élèves.