



Acrosport en EPS

Analyse de l'activité

Acrosport : 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, pareur, juge, spectateur).

La pyramide représente l'élément clé en Acrosport et les figures sont réalisées en duo, trio, à quatre et plus. La prestation finale s'appuie sur la réalisation d'un enchaînement acrobatique et artistique, avec musique, dans un espace délimité.



Problèmes posés à l'élève

L'élève devra résoudre des problèmes essentiels qui l'amèneront à assurer différents rôles :

- Le porteur (« portador o base ») : il recherche des bases solides et place correctement ses appuis. Ses actions principales dans les éléments collectifs sont porter, soulever, équilibrer, propulser,...
- Le voltigeur (« ágil o acróbata ») : il est précis dans ses appuis, maintient l'équilibre, apprend à gagner son corps et respecte le porteur. Ses actions principales dans les pyramides sont monter, tourner, se stabiliser, se laisser équilibrer, ...
- Le pareur (« ayudante ») : il reste principalement dans une fonction d'aide et de soutien. Il faut appliquer quatre principes : 1) savoir ce que les camarades vont réaliser, 2) savoir ce qu'il faut faire pour aider, 3) savoir où se placer, et 4) se concentrer et rester vigilant, toujours prêt à intervenir.

Comment organiser des séances d'Acrosport ?

Cette page vise à présenter un exemple de séance de Acrosport en milieu scolaire :

1. Mise en train : échauffement.
2. Travail individualisé spécifique.
3. Travail en groupe pour développer le travail acrobatique et les pyramides.
4. Présentation des éléments travaillés.
5. Bilan et retour au calme.

