

Compétence propre à l'E.P.S.

Réaliser une prestation corporelle à viser artistique ou acrobatique

Groupe d'activités

Groupe des activités gymniques.

Compétence attendue de niveau 2

- Concevoir et présenter un enchaînement maîtrisé d'au moins 5 figures acrobatiques statiques et dynamiques, montées et démontées de façon active et sécurisée, où le voltigeur sera au moins une fois en situation de verticale renversée.

-Juger les prestations à partir d'un code construit en commun.

Connaissances « Ce que je dois connaître pour réussir »

En tant que pratiquant

- La différenciation entre figures statiques et dynamiques.
- La répartition du poids lors des portés et l'équilibre des forces pour la stabilité de la pyramide
- Les principes de complexification des figures : diminution du nombre et de la quantité de surface des appuis, augmentation de la hauteur, difficulté de la situation renversée, augmentation du nombre de participants.
- Le code des figures acrobatiques.

**Liées aux autres rôles :****Le chorégraphe :**

Les principes et les procédés de composition :

- Quelques formations.
- Quelques effets chorégraphiques.
- La variété et la complexité des figures acrobatiques et des éléments chorégraphiques.

Juge :

- Les critères d'appréciation collectifs et individuels : difficulté, composition, exécution.

Capacités « Pour réussir, je dois être capable de... »

En tant que pratiquant :

- Optimiser le rapport prise de risque/maîtrise dans la réalisation des figures au regard des possibilités de chacun.
- Monter et démonter les figures de façon dynamique et originale.
- Enchaîner les différentes figures acrobatiques statiques et dynamiques avec des éléments de liaison gymniques ou chorégraphiques.
- Mémoriser sa prestation et coordonner ses actions avec celles des autres.
- Gérer ses efforts tout au long de l'enchaînement.

Porteur :

- Assurer ses prises sur le voltigeur.
- Accompagner le voltigeur dans les figures dynamiques.

Voltigeur :

- S'équilibrer et maintenir une posture gainée sur une base élevée.
- Réduire les surfaces de contact avec le porteur.
- Maîtriser une situation de verticale renversée : placement du bassin, gainage, alignement segmentaire.
- Contrôler son élan pour ne pas perturber l'équilibre de la figure.
- Anticiper et organiser son espace de réception.

Aide :

- Accompagner le voltigeur sans le lâcher jusqu'à son point d'arrêt, d'équilibre, de réception
- Anticiper les placements adéquats et les moments « risqués ».

Liées aux autres rôles :**Le chorégraphe :**

- Choisir les figures acrobatiques et les éléments chorégraphiques permettant de dynamiser l'enchaînement.
- Lier de façon originale les figures choisies et organiser les relations entre les acrobates
- Corriger les gestes parasites.

Juge :

- Apprécier la valeur des figures acrobatiques par rapport à leur difficulté et leur complexité pour les hiérarchiser dans un code commun.
- Reconnaître les éléments réalisés par rapport au code construit en commun.
- Repérer et apprécier les fautes d'exécution à partir d'indicateurs précis.

Attitudes « Comment me comporter pour réussir »

En tant que pratiquant :

- Exploiter au mieux ses possibilités et celles des autres.
- Créer un climat de confiance mutuelle.
- Adopter une attitude réfléchie pour gérer au mieux le couple « risque /sécurité ».
- Accepter les regards et les jugements des autres.
- Prendre en compte les observations et points de vue critiques sur sa prestation pour progresser.

**Liées aux autres rôles :****Le chorégraphe :**

- Composer et négocier avec ses partenaires pour élaborer un projet collectif.
- Utiliser les compétences de chacun pour valoriser la production.

Juge :

- S'impliquer dans la construction du code commun.
- Se responsabiliser par rapport à son rôle de juge pour établir une note fiable.
- Rester attentif et concentré durant tout l'enchaînement de son camarade.
- Etre objectif et impartial sur ses jugements.

Contribution aux acquisitions du socle :

Compétence 3 : Acquérir des connaissances sur les lois mécaniques de l'équilibre lors du montage et du démontage des figures.

Compétence 6 : Acquérir le sens des responsabilités dans la gestion du couple risque/sécurité pour soi et pour les autres. S'engager dans les rôles de chorégraphe et de juge.

Compétence 7 : Avoir conscience de ses ressources et de celles de ses partenaires pour choisir les figures gymniques. Prendre des initiatives pour mener à bien le projet collectif.