

# Évaluation Acrosport 5<sup>ème</sup>

## Compétences visées:

- Concevoir et présenter un enchaînement maîtrisé d'au moins 4 figures acrobatiques, montées et démontées de façon sécurisée, choisies en référence à un code commun, reliées par des éléments gymniques ou chorégraphiques. Assumer au moins deux des trois rôles : voltigeur, porteur, aide.
- Observer et apprécier les prestations à partir de critères simples.

## PERFORMANCE / 6

Chaque figure tenue 3 sec rapporte un nombre de points / difficultés.

	1ère	2ème	3ème	4ème	Perf.
Fig. A= 0.75 pt	N°	N°	N°	N°	
Fig. B = 1 pt	N°	N°	N°	N°	
Fig. C = 1.5 pts	N°	N°	N°	N°	
<b>Total</b>					/ 6



## MAITRISE D'EXECUTION / 9

Ce que je suis capable de faire en tant que : ( - 0.25 si critère non réalisé)						
	Porteur	Voltigeur	Aide	Groupe	Totaux	
	- Se positionner dos plat (placements de base) - Contracter les muscles pour verrouiller les articulations et stabiliser... - Écarter ses appuis - Réaliser des saisies précises et efficaces <div style="text-align: right;">/ 1</div>	- Se positionner sans précipitation et précisément - Alignement segmentaire. - Prendre des appuis stables et fixer son regard une fois établi - Débuter ascension sur base solide et au plus près axe du corps <div style="text-align: right;">/ 1</div>	- Savoir se positionner/ au sens du mouvement et prévoir le lieu de chute possible. - Fléchir ses jambes pour soulever un partenaire - Accompagner et équilibrer le montage de la figure puis s' »effacer » le temps de la pose. - Adopter une posture dynamique en étant prêt à intervenir (concentré) <div style="text-align: right;">/ 1</div>	Montage rapide et contrôlé <div style="text-align: right;">/ 0.25</div>	Démontage contrôlé <div style="text-align: right;">/ 0.25</div>	
Fig. 1					/ 1.5	
Fig. 2					/ 1.5	
Fig. 3					/ 1.5	
Fig. 4					/ 1.5	
<b>TOTAL</b>					<b>/ 6</b>	
Chaque figure est reliée par des éléments chorégraphiques ou gymniques pour les 3 liaisons ( 0.5x 3) + une entrée (0.75) et une sortie (0.75)					/ 3	

## ATTITUDE ET CONNAISSANCES /6

	Acquis	Partiellement Acquis	Non-Acquis
Échauffement et participation constructive au sein du groupe.	2/ 1.75	1.5/1.25/1	0.75/0.5 /0
Sécurité pour soi et les autres tout au long du cycle.	2/ 1.75	1.5/1.25/1	0.75/0.5 /0
Observer une prestation et donner son avis avec des arguments cohérents.	2 / 1.75	1.5 /1.25 /1	0.75 /0.5 /0

NOTE

/ 20