

ACROSPORT : NIVEAU 4

La démarche méthodologique de construction d'un cycle : à CONTEXTUALISER

- Niveau de classe : TERMINALES
- Apsa support: ACROSPORT
- Nbre de leçons prévues : 10
- Conditions matérielles de pratique : praticable de gymnastique

***La classe : profil de classe, caractéristiques des élèves (filles, garçons, « portrait » de classe, etc...)** : classe mixte de 30/35 élèves

***Enjeux de formation de ce cycle** : permettre à chacun d'exploiter au mieux ses ressources pour être performant le jour de l'examen. Développer des connaissances, capacités et attitudes utiles tout au long de la vie.

- **par rapport au projet EPS et d'établissement** : à personnaliser selon les caractéristiques de son établissement.
 - **projet de classe particulier** : à personnaliser selon les caractéristiques de sa classe.
 - **Evaluation diagnostique** : Modalités, bilan (regroupements, différenciation)
+Exploitation de l'évaluation diagnostique : en termes de groupes de besoins (gestion de l'hétérogénéité)
 - **Acquisitions attendues, compétences à développer** :
- **CA de niveau 4** : Composer et présenter une chorégraphie gymnique, structurée à l'aide d'un support sonore, constituée au minimum de quatre figures différentes et d'éléments de liaison. Elle est réalisée collectivement dans un espace orienté en s'attachant à favoriser la fluidité lors des phases de montage démontage et des éléments de liaison. Chaque élève est confronté aux rôles de porteur et voltigeur, dans des formations différentes (duo, trio...). Les éléments de liaison permettent de positionner les figures dans des espaces différents. Juger consiste à apprécier l'orientation et l'occupation de l'espace et la prise en compte du support sonore, ainsi que la fluidité de la réalisation.
 - **connaissances/capacités/attitudes visées principalement** : issues de la fiche-ressource du niveau 4
 - **PROJET D'EVALUATIONS** : formative, sommative – certificative référentiel BAC : BO n°5 du 19 juillet 2012

Proposition de cycle Niveau 4

<p><u>Leçon n°1</u></p>	<p style="text-align: center;"><u>Evaluation diagnostique : présentation des duos statiques et repérer les niveaux atteints. Mettre en place une routine d'échauffement intégrant les éléments gymniques et acrobatiques.</u></p>		
<p style="text-align: center;"><u>Connaissances :</u></p> <p><u>Les principes de sécurité active</u> : équilibre et stabilité des appuis, contrôle visuel.</p> <p><u>Les principales actions segmentaires et musculaires</u> sollicitées dans ces éléments et leur enchaînement.</p> <p><u>Les règles techniques de la composition</u> chorégraphiques : liaisons, fluidité.</p>	<p style="text-align: center;"><u>Capacités :</u></p> <p><u>S'échauffer</u> de manière générale et spécifique.</p> <p><u>Maîtriser l'équilibre dans des positions variées</u> : verticale renversée (blocage de ceinture scapulaire, bassin au-dessus des épaules...)</p>	<p style="text-align: center;"><u>Attitudes :</u></p> <p><u>S'accorder une confiance réciproque</u> par rapport à la prise de risque.</p> <p><u>Etre concentré à chaque instant</u> dans son activité et celle de ses partenaires : prévenir, automatiser, observer, organiser.</p>	
<p>cf. Fiches Situations: n°1 et n°2</p>			
<p><u>Leçon n°2</u></p>	<p style="text-align: center;"><u>Expérimenter puis sélectionner les figures à 3, 4 et plus. Poursuite de la routine d'échauffement intégrant les éléments gymniques. Réflexions autour du thème par groupe.</u></p>		
<p style="text-align: center;"><u>Connaissances :</u></p> <p><u>Logique de construction des niveaux</u> de difficulté des figures dans le code de référence utilisé.</p> <p><u>Perception de la tonicité du corps</u> (blocage-gainage) et des postures d'équilibre.</p>	<p style="text-align: center;"><u>Capacités :</u></p> <p><u>S'échauffer</u> de manière générale et spécifique : vers l'autonomie.</p> <p><u>Maîtriser l'équilibre dans des positions variées</u> : augmenter le volume et la hauteur des figures, réduire le nombre et la surface d'appui.</p> <p><u>Synchroniser les actions porteur/voltigeur</u> : accompagnement actif, contact assuré jusqu'à la réception.</p>	<p style="text-align: center;"><u>Attitudes :</u></p> <p><u>S'accorder une confiance réciproque</u> par rapport à la prise de risque.</p> <p><u>Etre concentré à chaque instant</u> dans son activité et celle de ses partenaires : prévenir, automatiser, observer, organiser.</p>	
<p>Fiche 1 : aide à la création et fiche vérification des exigences à expliquer</p>			
<p><u>Leçon n°3</u></p>	<p style="text-align: center;"><u>Expérimenter puis sélectionner les figures dynamiques et éléments gymniques et acrobatiques. Définir thème et sélectionner des musiques.</u></p>		
<p style="text-align: center;"><u>Connaissances :</u></p> <p><u>Règles de sécurité collectives</u> pour effectuer la parade dans des contextes de réalisation différents. (éléments dynamiques)</p> <p><u>Principes de validation des figures dynamiques</u> : amplitude, gainage, correction, réception.</p>	<p style="text-align: center;"><u>Capacités :</u></p> <p><u>S'échauffer</u> de manière générale et spécifique : vers l'autonomie.</p> <p><u>Anticiper et adapter l'aide ou la parade</u> : dosage selon le niveau du partenaire et placement pour ne pas gêner la présentation.</p>	<p style="text-align: center;"><u>Attitudes :</u></p> <p><u>S'accorder une confiance réciproque</u> par rapport à la prise de risque.</p> <p><u>Etre concentré à chaque instant</u> dans son activité et celle de ses partenaires : prévenir, automatiser, observer, organiser.</p>	
<p>Cf. Fiche situations figures dynamiques</p>			

<u>Leçon n°4</u>	<u>Vérifier les exigences pour chacun et placer les figures sélectionnées sur la scène en fonction du public et du thème</u>		
	<u>Connaissances :</u> <u>Adéquation entre le choix des éléments et les ressources du groupe.</u>	<u>Capacités :</u> <u>S'échauffer</u> de manière générale et spécifique en autonomie. <u>Exploiter le code de difficulté pour créer</u> des figures plus virtuoses et esthétiques. <u>Mémoriser son rôle</u> dans l'enchaînement des figures dans le groupe.	<u>Attitudes :</u> <u>Maîtriser la prise de risque</u> : vigilance constante et choix des figures.
Fiche 2 : vérification des exigences à compléter			
<u>Leçons n°5</u>	<u>Fluidifier l'enchaînement, Construire les liaisons, exploiter la musique, et définir les rôles de chacun dans la chorégraphie</u>		
	<u>Connaissances:</u> <u>Les règles de composition scénique et chorégraphique</u> : orientation et occupation de l'espace, début et fin définis.	<u>Capacités:</u> <u>Assurer la continuité de l'enchaînement</u> de figures, liaisons et déplacements plus complexes.	<u>Attitudes :</u> <u>Explorer ses ressources</u> dans de nouveaux éléments et enchaînements.
Situations abordées : fiche espace à exploiter			
<u>Leçon n°6</u>	<u>Enrichir la chorégraphie : originalité, leitmotiv, rythme, effet de surprise, regards</u>		
	<u>Connaissances:</u> <u>Les règles de composition scénique et chorégraphique</u> : variétés et précisions des formes du corps, variété des rythmes.	<u>Capacités:</u> <u>Utiliser les variables de temps, d'espace et de formation</u> pour varier les propositions et être original (synchronisé, décalé) ; (directions, étages, symétrie/dissymétrie), ligne, séparé, groupé) <u>Identifier le tempo du support sonore</u> pour adapter la vitesse de réalisation et d'enchaînement des figures.	<u>Attitudes:</u> <u>S'impliquer</u> dans un véritable spectacle. <u>Coopérer pour produire</u> : répartition des rôles, écoute et respect des propositions de chacun.
<u>Leçons n°7</u>	<u>Présenter et apprendre à juger sa chorégraphie et celle des autres. Réguler sa chorégraphie en fonction des retours.</u>		
	<u>Connaissances :</u> <u>Identifier son niveau relatif de maîtrise.</u> <u>Apprendre les critères de jugement</u> à appliquer à la réalisation d'autrui à des fins de corrections.	<u>Capacités :</u> <u>Soutenir l'effort</u> en maintenant la qualité de l'attention et de précision lors des répétitions et de l'enchaînement.	<u>Attitudes :</u> <u>Se responsabiliser</u> dans différents rôles. <u>Rester concentré</u> du début à la fin de la prestation.

<u>Leçon n°8</u>	Evaluation sommative : support vidéo et co-évaluation des élèves.		
	<u>Connaissances</u> : Appliquer les critères de jugement. Code de communication physique et verbal.	<u>Capacités</u> : Identifier les fautes techniques et d'exécution dans la fluidité de la réalisation. Juger de la pertinence de la composition choisie : espace, orientation et occupation.	<u>Attitudes</u> : Appliquer et faire appliquer le code de communication. Soutenir et dynamiser ses partenaires. Se construire un regard critique et constructif.
Fiche 3 : aide à l'évaluation des critères d'exécution et fiche 4 : évaluation bac (fiche de juge : élèves notent d'après le tableau de composition sur 3 points et argumentent leur note)			
<u>Leçon n°9</u>	Bilan individuel et par groupe : analyse vidéo et retour enseignant + fiches de co-évaluation). Régulation des chorégraphies		
	<u>Connaissances</u> : Rappel de règles de composition. Identifier les signaux proprioceptifs et kinesthésiques pour assurer la fluidité de la réalisation collective.	<u>Capacités</u> : Repérer dans sa prestation et celle des autres, les fautes liées aux critères de réussite et réalisation pour effectuer les corrections.	<u>Attitudes</u> : Recevoir favorablement les remarques pour faire éventuellement évoluer la chorégraphie.
<u>Leçon n°10</u>	Evaluation certificative : BAC		
	<u>Connaissances</u> : Appliquer les critères de jugement.	<u>Capacités</u> : Soutenir l'effort en maintenant la qualité de l'attention et de précision lors des deux présentations.	<u>Attitudes</u> : Evoluer avec aisance devant un public. Proposer un jugement impartial.
Fiche de calcul de la note d'exécution et fiche d'évaluation bac (note de groupe et note de juge)			

LECON 1 : FICHE SITUATION N° 1

Thème: Présentation des catégories de duos statiques du code UNSS.

Objectif: faire évoluer les élèves sur des duos de manière sécurisée et progressive.


Acquisitions attendues: passer d'un montage et démontage de duos non anticipé à une construction commune d'un ordre d'actions sécurisées.

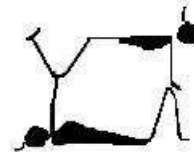
CMS visée: CMS1, s'engager lucidement dans la pratique : connaître et maîtriser les risques.

Connaissances: Les principales actions segmentaires et musculaires sollicitées dans ces éléments et leur enchaînement

Capacités: Maîtriser l'équilibre dans des positions variées : verticale renversée (blocage de ceinture scapulaire, bassin au-dessus des épaules...)

Attitudes: S'accorder une confiance réciproque

Descriptif de la tâche	But tâche	Aménagement matériel, groupes de besoins	Contenus d'enseignement - Consignes de réalisation - Avec variables +/- (gestion hétérogénéité)	Critères de réussite
<p>1. <u>Duo statique avec voltigeur en position variée</u> : B1 code UNSS</p> 	<p>Tenir la figure à 2 pendant 3 secondes sans tremblement. Monter et démonter de façon équilibrée.</p>	<p>Elèves placés par groupe de 4 pour s'aider et trouver des rôles adaptés à chacun.</p> <p>Chaque groupe a une zone de praticable réservée pour travailler puis présenter.</p>	<p><u>Contenus d'enseignement</u> :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Départ face à face, bras en double prise • Porteur (P) : plie les jambes pour s'asseoir sans lâcher voltigeur et place ses pieds en canard au niveau du pli de l'aîne de V. • Voltigeur (V) : décolle une jambe du sol au moment où P l'entraîne vers l'avant pour commencer à se gainer et alléger son poids. Il serre les fesses et le ventre et verrouille ses coudes. Il serre les jambes au moment où il trouve son équilibre. • Démontage : V entraîne P et l'aide à se relever sans jamais lui lâcher les mains. Fin : debout face à face. <p><u>Simplification</u> : double planche : A2 code UNSS</p> <p>☞ Permet à chacun de passer dans le rôle de voltigeur</p>	<p>3 critères à observer :</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ <u>Alignement tête, bassin, pieds</u> ➤ <u>Absence de contrôle et de tremblement</u> ➤ <u>Montage et démontage équilibré.</u>



Contenus d'enseignement :

- Porteur (P) : se couche sur le dos, serre le ventre pour bien se gainer et tend les bras à la perpendiculaire.
- Voltigeur (V) : saisit les genoux de P, bloque ses bras à la perpendiculaire, verrouille ses coudes. Il place ensuite un pied de chaque côté des épaules de P et lui donne une jambe après l'autre en serrant son ventre et ses fesses pour rester gainé .
- Démontage : comme un film à l'envers.

Complexification : sans contact avec les mains : **C1**, code UNSS



Contenus d'enseignement :

- Même préparation que pour le niveau B. Quand V trouve son équilibre, il lâche une main après l'autre.

Duo statique, voltigeur en position variée :

B7 Code UNSS



Tenir la figure à 2 pendant 3 secondes sans tremblement. Monter et démonter de façon équilibrée.

Même organisation : une attention particulière sera portée à la **parade** : deux élèves en fente avant, toujours un point de contact avec V pour le rassurer dans cette phase d'apprentissage.

Contenus d'enseignement :

- **Porteur (P) :** se place à genoux, place son dos droit et fixe son regard vers l'avant. Il saisira les chevilles de V dès qu'il sera monté.
- **Voltigeur (V) :** Il prend appui sur la cuisse et les épaules de P. Il place doucement un pied après l'autre sur les épaules de P en restant bien en boule. V se déplie doucement jusqu'à la position debout. Il fixe toujours un point devant lui.
- **Descente :** V redescend en boule, reprend appui sur les épaules de V puis descend un pied après l'autre. C'est seulement à ce moment que P se relève.

Simplification : A8 code UNSS



CE : même préparation que pour le niveau B.


Complexification : C7 Code UNSS



CE : même préparation que pour le niveau B, P se lève avec le dos droit et le regard fixé quand V est encore en boule. C'est seulement quand P est debout que V se lève à son tour. V se remet en boule avant que P ne redescende.

3 critères à observer :

- Tenue corporelle de P et V (dos droit)
- Absence de contrôle et de tremblement
- Montage et démontage équilibré et sécurisé.

<p>Duo statique Voltigeur à l'ATR :</p> <p>B2 : Code UNSS</p> 	<p>Tenir la figure à 2 pendant 3 secondes sans tremblement. Monter et démonter de façon équilibrée.</p>	<p>Même organisation : une attention particulière sera portée à la parade : un élève en contact avec V : place ses mains de chaque côté des cuisses de V pour accompagner la montée et la descente. L'autre parade se place devant P et garde un contact avec ses épaules pour le bloquer en cas de déséquilibre.</p>	<p>Contenus d'enseignement :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Porteur (P) : à genoux au sol, ceinture abdominale gainée (rétroversion du bassin et ventre dur), il prépare ses bras au-dessus de sa tête. • Voltigeur (V) : saisit les chevilles de P, verrouille ses coudes, place son dos pour à l'équerre ou en fente et tend une jambe après l'autre pour que P les saisisse. • Démontage : comme un film à l'envers <p>Simplification : les parades deviennent des aides et soulèvent V jusqu'au contact avec P. Attention au dos des aides (fléchir les jambes pour soulever) et au dos de V qui devra rester droit et gainé.</p>	<p>3 critères à observer :</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ <u>Alignement tête, bassin, pieds</u> ➤ <u>Absence de contrôle et de tremblement</u> ➤ <u>Montage et démontage équilibré.</u>
--	--	--	---	--

LECON 1 : FICHE SITUATION N° 2

Thème: Evaluation diagnostique.

Objectif: comprendre les attentes du cycle d'acroport.

Acquisitions attendues: passer d'une succession de pyramides à un enchaînement lié et propre.

CMS visée: CMS3, savoir utiliser différentes démarches pour apprendre à agir efficacement : observer, identifier, analyser.

Connaissances: **Les règles techniques de la composition** chorégraphiques : liaisons, fluidité

Capacités: **Maîtriser l'équilibre dans des positions variées**

Attitudes: **Etre concentré à chaque instant** dans son activité et celle de ses partenaires

Descriptif de la tâche	But tâche	Aménagement matériel, groupes de besoins	Contenus d'enseignement - Consignes de réalisation - Avec variables +/- (gestion hétérogénéité)	Critères de réussite																											
Présenter un mini-enchaînement composé de 3 duos statiques du niveau de son choix et de 3 éléments de liaison.	<p>Enchaîner sans temps d'arrêt ni hésitation de placement :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Entrée • Duo planche • Liaison 1 • Duo debout • Liaison 2 • Duo ATR • Sortie 	<p>Définir le sens de travail des groupes par rapport au public.</p> <p><i>Conserver les groupes de 4. La présentation servira à repérer les groupes en difficulté et composer des groupes de 4 à 6 harmonieux.</i></p>	<p>Chaque groupe est évalué par un autre groupe :</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 15%;">Groupe :</th> <th colspan="2" style="width: 35%;">Duos</th> <th style="width: 15%;">Liaison</th> <th style="width: 35%;">Coup de cœur</th> </tr> <tr> <td></td> <td style="text-align: center;">Monte-démonte</td> <td style="text-align: center;">Maintien 3 ''</td> <td style="text-align: center;">Fluide</td> <td></td> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Duo Planche : Niveau : A/B/C</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td rowspan="4" style="text-align: center; vertical-align: middle;"> <u>j'ai aimé :</u> <u>je n'ai pas aimé :</u> </td> </tr> <tr> <td>Duo Debout : Niveau : A/B/C</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Duo ATR Niveau : A/B</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	Groupe :	Duos		Liaison	Coup de cœur		Monte-démonte	Maintien 3 ''	Fluide		Duo Planche : Niveau : A/B/C				<u>j'ai aimé :</u> <u>je n'ai pas aimé :</u>	Duo Debout : Niveau : A/B/C				Duo ATR Niveau : A/B								<p>Bilan individuel grâce à la fiche d'observation :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fluidité • Propreté • Tenue corporelle <p>Bilan collectif grâce au « coup de cœur » :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Propre et lié • Relation au public : orientation, regard placé, concentration.
Groupe :	Duos		Liaison	Coup de cœur																											
	Monte-démonte	Maintien 3 ''	Fluide																												
Duo Planche : Niveau : A/B/C				<u>j'ai aimé :</u> <u>je n'ai pas aimé :</u>																											
Duo Debout : Niveau : A/B/C																															
Duo ATR Niveau : A/B																															

Bilan et perspectives:

- **Repérer les groupes et les élèves en difficulté**
- **Présenter les attentes fondamentales de l'épreuve** : prise de risque maîtrisée, fluidité entre les figures, formes de relation au public.
- **Exploiter les fiches (j'ai aimé et je n'ai pas aimé) pour débattre de la subjectivité du jugement** : montrer qu'il existe des règles de composition scéniques et chorégraphiques qui permettent d'expliquer l'impression générale du spectateur non averti. L'enjeu du cycle consistera à construire chez chacun un regard critique et constructif.

LECON 3 : FICHE SITUATION

Thème: Expérimenter puis sélectionner les figures dynamiques

Objectif:

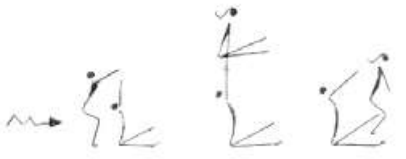

Acquisitions attendues: passer de figures dynamiques peu contrôlées à une synchronisation des actions des partenaires permettant un gain d'amplitude et une réception équilibrée.

CMS visée: CMS3 : savoir utiliser différentes démarches pour apprendre à agir efficacement

Connaissances: **Principes de validation des figures dynamiques** : amplitude, gainage, correction, réception.

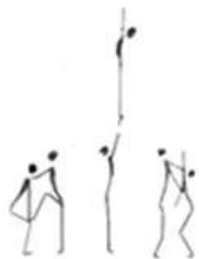
Capacités: **Anticiper et adapter l'aide ou la parade** : dosage selon le niveau du partenaire et placement pour ne pas gêner la présentation

Attitudes: **S'accorder une confiance réciproque** par rapport à la prise de risque.

Descriptif de la tâche	But tâche	Aménagement matériel, groupes de besoins	Contenus d'enseignement - Consignes de réalisation Avec variables +/- (gestion hétérogénéité)	Critères de réussite
<p>Figures dynamiques par redressement :</p> <p>B2 :</p>  <p><u>Porteur</u> : assis sur ses talons ou assis jambes tendues et écartées (au choix) bras légèrement fléchis vers l'arrière ou tendus, et écartés à la largeur des épaules du voltigeur <u>Voltigeur</u> : réalise un saut écart jambes tendues et écartées en appui sur les mains du porteur</p>	<p>Réaliser une figure dynamique haute et contrôlée.</p>	<p>Pré-requis : La prise d'élan a été travaillée lors de l'échauffement</p> <p>Conservé les groupes habituels et faire passer dans les différents rôles. Insister sur la possibilité pour tous d'occuper le rôle de porteur et valider cette position pour l'épreuve certificative.</p>	<p>CE niveau B :</p> <ul style="list-style-type: none"> V : 2 ou 3 pas d'élan et poussée des deux jambes en même temps puis verrouille les coudes et se réceptionne jambes fléchies et bras sur le côté. P : dans le duo et trio, P se gaine (ceinture abdominale) et verrouille ses coudes (duo) ou ses genoux et chevilles (trio). <p>Simplification : A2 :</p>  <p><u>Porteur</u> : allongé sur le dos, les jambes tendues à la verticale et écartées à la largeur des épaules du voltigeur, les chevilles en flexion. <u>Voltigeur</u> : réalise un saut écart jambes tendues et écartées en appui sur les pieds du porteur</p>	<ul style="list-style-type: none"> Amplitude Réception équilibrée Jambes tendues (pour V dans les duos et pour P dans le trio)

Duos dynamiques Rigodon :

C1



Départ rigodon. V peut prendre appui sur P au départ ou non. V réalise une chandelle avec une phase d'envol. P assis sur ses talons doit lancer V et le réceptionner avec les mains sous les aisselles ou sous les bras.

Coordonner les actions de P et V pour gagner de la hauteur.

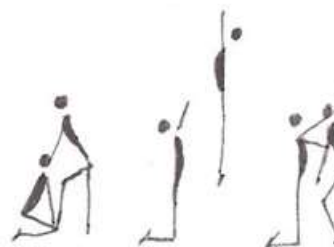
Groupes habituels, tester différents rôles et progresser par étape pour comprendre la poussée et réception.

A partir de ces figures, les élèves peuvent varier les formes de duos et trios en se référant au code UNSS pour personnaliser leur enchaînement.

CE figure C1 :

- **P** : dos droit, jambes fléchies et légèrement écartées, les mains sont jointes à hauteur des genoux, les coudes sont verrouillés, P lance V par une action simultanée d'extension des jambes et d'élévation des bras. Gainé, P reste sur place et réceptionne V en plaçant ses mains sous les aisselles de V.
- **V** : place ses mains sur les épaules de P, un pied dans les mains de P, dos droit, il fléchit sa jambe d'appui et s'envole, corps gainé et bras aux oreilles. Il se réceptionne jambes fléchies, bras à l'horizontal.

Simplification : DUO B1



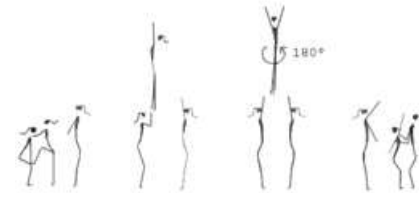
CE :

- **P** : à genoux, dos droit et les fesses sur les talons, ses mains sont jointes et ses coudes sont verrouillés, il lance V par une action simultanée d'élévation des bras et décolllement des fesses. Les segments alignés, le corps gainé, il réceptionne V en plaçant ses mains sous ses aisselles.
- **V** : même préparation que pour C1

- Amplitude
- Corps gainé
- Réception équilibrée

Complexification :

TRIOS dynamiques D1 :



Porteur 1 : position semi-fléchie, mains jointes en plateau, lance le Voltigeur verticalement

Porteur 2 : debout derrière le voltigeur, le rattrape sous

les bras, .après le demi-tour

Voltigeur : debout face à P1 impulsion 1 pied dans les mains du Porteur, s'appuie sur les épaules et réalise une chandelle demi-tour, réception bras tendus à l'horizontale par P2

CE :

P : la préparation de P1 est identique à C1.

P2 : debout derrière V, il monte ses bras aux oreilles et accompagne V lors de sa réception. Il place ses mains sous les aisselles de V, fléchit ses jambes, le dos droit.

V : la préparation est la même que pour C1. Corps gainé, bras à la verticale, pendant la phase d'envol, V déclenche une rotation d'un demi-tour par ses bras et ses épaules. Il se réceptionne au sol, face à P2, jambes fléchies et bras à l'horizontal.

Bilan et perspectives:

Fiche 1 : aide à la création

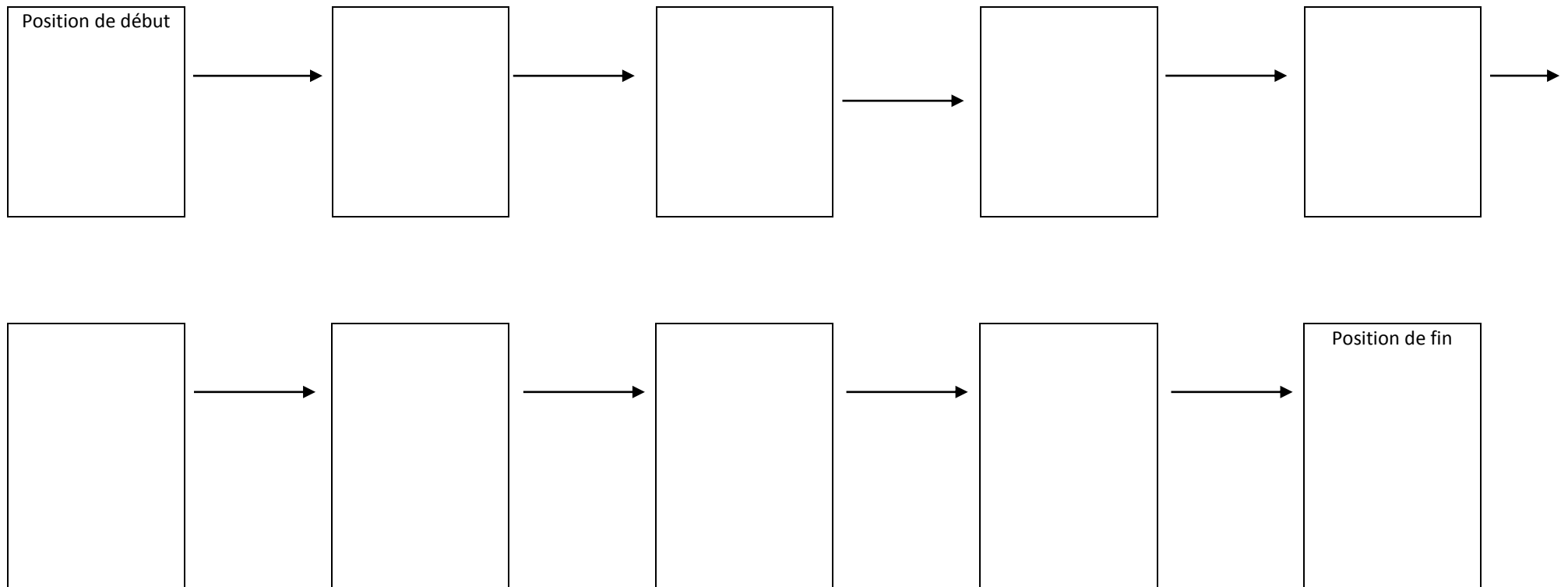
Exigences de l'enchaînement	-0,5 par exigence absente	<p>Chacun participe à :</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ 4 figures dans les rôles de porteur et voltigeur ✓ Deux éléments gymniques dont 1 synchronisé avec au moins un partenaire <p>Le groupe proposera :</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ 3 sortes de figures : duo, trio, quatuor.... ✓ Des figures statiques et dynamiques. ✓ Un début et une fin identifiable 		
Note de difficulté	/6	La note dépendra du niveau de difficulté des figures et éléments : A, B, C, D (code de pointage UNSS)		
Exécution	/6	<ul style="list-style-type: none"> • Faute -0,2 = corrections 	<ul style="list-style-type: none"> • Faute -0,3 = alignement, tremblement, décalages. 	<ul style="list-style-type: none"> • Faute -0,5 = tenue ou amplitude. • Pénalité -1 point si chute
Montage et démontage	/2	<ul style="list-style-type: none"> • 0 à 0,5 : hésitation, sécurité 	<ul style="list-style-type: none"> • 0,5 à 1 : fluidité, légèreté 	<ul style="list-style-type: none"> • 1,5 à 2 : contrôle et rythme
Composition	/3	<p>Critères pris en compte dans le niveau de composition :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Exploitation complète et originale de l'espace • Exploitation de la musique (tempo et accents) • Variété et rythme des liaisons • Thème/ scénario exploité. 		
Rôle de juge	/3	Etre capable d'évaluer le niveau de composition des autres groupes et de le justifier.		

Placer les tableaux, les figures(F1, F2, F3, ...), et tracer les déplacements :

Tableau de départ (tenu 5''): faire un dessin

Tableau de fin (tenu 5''): faire un dessin

Fiche-élèves : Etapes de l'enchaînement



- Chaque case correspond à des « figures » (statiques de différents types de formation et/ou dynamiques)
 - Plusieurs figures peuvent apparaître dans la même case (synchronisation)
 - Vous préciserez le rôle de chaque candidat et la cotation de la figure dans les cases
- Les flèches correspondent à vos déplacements (liaisons gymniques, chorégraphiques, acrobatiques)
 - Vous préciserez la cotation de chaque élément gymnique
 - Vous préciserez « qui fait quoi »
- Vous serez vigilants aux respects des exigences

Fiche 2 : vérification des exigences

	Elément gym/acro ou choré seul	<i>points</i>	Elément gym/acro ou choré synchronisé	<i>points</i>	Figure n°1	<i>points</i>	Figure n°2	<i>points</i>	Figure n°3	<i>points</i>	Figure n°4	<i>points</i>	Total des points :	Note /6
Nom élève:														

Correspondance des points du code UNSS avec le barème BAC :

Rappel exigences collectives :

- 3 sortes de figures** : à 2, 3, 4 ou +
- Intégrer **au moins 1 figure dynamique**
- Chacun est au moins une fois **V et P**

Points :		Note /6 :	
A	0,4 points	6	4,4 points
B	0,6 points	5,5	4,2 points
C	0,8 points	5	4 points
D	1 point	4,5	3,8 points

Quques exemples :

2D+4B	4,4	3,5	3,4 points
1D+2C+3B		3	3,2 points
4C + 2B		2,5	3 points
3C+3B	4,2	2	2,8 points
2C+4B	4	1,5	2,6 points
1C+5B	3,8	1	2,4 points
6B	3,6	0,5	2,2 points

Fiche 3 : Tableau Excel : aide à l'évaluation des critères d'exécution du baccalauréat

		élève 1 :	élève 2 :	élève 3 :	élève 4 :	élève 5 :	élève 6 :
<i>Thème :</i>	0,2						
<i>Corrections</i>							
		Nombre: 0 Pénalité: 0	Nombre: 0 Pénalité: 0	Nombre: 0 Pénalité: 0	Nombre: 0 Pénalité: 0	Nombre: 0 Pénalité: 0	Nombre: 0 Pénalité: 0
<i>Figure statique : alignements/ tremblements</i>	0,3						
<i>Figure dynamique : réception</i>							
<i>Elément gymnique : technique</i>		Nombre: 0 Pénalité: 0	Nombre: 0 Pénalité: 0	Nombre: 0 Pénalité: 0	Nombre: 0 Pénalité: 0	Nombre: 0 Pénalité: 0	Nombre: 0 Pénalité: 0
<i>Figure statique : Tenue</i>	0,5						
<i>Figure dynamique : Amplitude</i>							
<i>Elément gymnique : technique</i>		Nombre: 0 Pénalité: 0	Nombre: 0 Pénalité: 0	Nombre: 0 Pénalité: 0	Nombre: 0 Pénalité: 0	Nombre: 0 Pénalité: 0	Nombre: 0 Pénalité: 0
TOTAL	pénalités	0	0	0	0	0	0
	/6	6	6	6	6	6	6

Fiche4 : évaluation Baccalauréat

	Notez le nom de chaque élève dans une couleur différente:												
Fiche collective :	1.		4.										
	2.		5.										
	3.		6.										
Musique choisie :													
Durée :													
THEME :													
Ordre :	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	
Numéro de la figure :													
Niveau de difficulté :													
A=0,4/ B=0,6/ C=0,8/ D=1													
Type de formation :													
Dessins des figures													
(chaque candidat est													
représenté par une couleur													
différente)													
Exécution = /6													
Fautes : -0,5/ -0,3/ -0,2													
Chute : -1point													
Montage/ Démontage = /2													
Nom de l'élève et son rôle : P (porteur) V (voltigeur) E (élément gymnique) E synchronisé (élément gymnique en (pénalité si une exigence absente = -0,5 (cf. liste des exigences)													
1.	/6												
2.	/6												
3.	/6												
4.	/6												
5.	/6												
6.	/6												

Difficulté des figures et éléments = 6 points

Points	Note	Points	Note
2,2	0,5	3,4	3,5
2,4	1	3,6	4
2,6	1,5	3,8	4,5
2,8	2	4	5
3	2,5	4,2	5,5
3,2	3	4,4	6

Composition = 3 points

A	B	C	D
<u>Temps morts, musique et espace non exploités</u> , pas de prise en compte du spectateur	<u>Construction orientée, espace scénique exploité</u> , liaisons peu rythmées.	construction orientée, <u>effets visuels recherchés, rythme et variété</u>	<u>originalité dans l'exploitation de l'espace et de la musique</u> , virtuosité, <u>expressivité</u>
0,5	1	2	3

Rôle de juge = 3 points

1	2	3
<u>Ne situe pas le niveau de composition</u> du groupe observé.	<u>situe le niveau</u> de composition dans une catégorie A, B, C et D <u>sans le justifier</u> .	<u>situe le niveau</u> de composition du groupe et <u>justifie précisément</u> son jugement

(Points = code de pointage UNSS)

	<u>Difficulté des figures et des éléments</u>	<u>Exécution</u>	<u>Montage et démontage</u>	<u>composition</u>	<u>Note de juge</u>	TOTAL
	6	6	2	3	3	20
1.						
2.						
3.						
4.						
5.						
6.						

ACROSPORT Bac : BO 19/07/12

Niveau 4 - CP3

Il y a 2 sortes d'exigences : pour le GROUPE et par CANDIDAT

Pour le GROUPE		Par CANDIDAT						
	OK		OK	OK	OK	OK	OK	OK
• Un début identifiable		• 4 figures						
• Des figures statiques		• 2 éléments gymniques, acrobatiques ou chorégraphiques (dont 1 synchronisé avec au moins 1 autre élève)						
• Au moins 3 types de formation (duo, trio, quatuor...)		• Etre porteur ET voltigeur						
• Des figures dynamiques		• Etre juge						
• Des éléments acrobatiques								
• Des éléments gymniques								
• Des liaisons chorégraphiques								
• Une fin identifiable								

Des contraintes à respecter :

- l'enchaînement se fait sur un support sonore
- la durée de l'enchaînement : entre 1'30 et 2'30
- l'espace utilisé doit être varié
- préparation d'une fiche qui comporte le scénario de l'enchaînement (figures, éléments et leur niveau de difficulté)
- fluidité et recherche sur le montage et le démontage des figures
- tenir les figures 3 secondes
- bien orienter ses figures par rapport aux spectateurs
- adopter une tenue homogène

Il y a 2 sortes d'exigences : pour le GROUPE et par CANDIDAT

Pour le GROUPE (de 4 à 5)		Par CANDIDAT					
	OK						
• Une pose de départ		• 4 figures					
• Des figures statiques		• 2 éléments (dont 1 synchronisé à 2 élèves)					
• Au moins 2 types de formation (duo, trio, quatuor...)		• Etre porteur ET voltigeur					
• Des figures dynamiques		• Etre juge					
• Des éléments acrobatiques							
• Des éléments gymniques							
• Des liaisons chorégraphiques							
• Une pose de fin							

Des contraintes à respecter :

- l'enchaînement se fait sur un support sonore
- la durée de l'enchaînement : entre 1'30 et 2'30
- l'espace utilisé doit être varié
- préparation d'une fiche qui comporte le scénario de l'enchaînement (figures, éléments et leur niveau de difficulté)
- fluidité et recherche sur le montage et le démontage des figures
- tenir les figures 3 secondes
- bien orienter ses figures par rapport aux spectateurs