

Comprendre les figures en acrosport

Afin de mieux comprendre les figures réalisées par les élèves en acrosport, nous vous proposons un exemple de figure par niveau et par nombre.

Nous vous expliquons ce qui change d'un niveau à un autre.

Ainsi, il est possible de donner des critères de réalisation aux élèves par niveau et par nombre, sans leur montrer de figures.

Figures à 2

Niveau 1



Sur toutes les pyramides de niveau 1, les appuis du porteur comme du voltigeur sont très stables. Ils ont au moins 3 appuis impliqués dans la réalisation de leur mouvement.

Niveau 2



Soit le porteur n'a qu'un appui sur le sol, tout comme le voltigeur.

Soit le porteur est stable mais le voltigeur est plus haut et réalise une figure plus originale avec moins de stabilité.

Niveau 3



Le voltigeur réalise des prouesses de plus en plus techniques. Il n'a souvent que peu d'appuis et est en équilibre.

Le voltigeur peut prendre appui sur les épaules, les cuisses, les mains, etc. du porteur.

Niveau 4



Le voltigeur est en appui sur les 2 mains ou les 2 pieds du porteur. Ce qui n'apporte que peu de stabilité.

Sinon, le porteur est lui-même dans une position instable, comme la chaise dans le vide par exemple.

Figures à 3

Niveau 1



Le ou les porteurs ont beaucoup d'appuis et sont très stables. Le ou les voltigeurs ne se portent pas.

Niveau 2



Au moins un des voltigeurs n'a aucun appui sur le sol.

Niveau 3



Au moins un des voltigeurs réalise une performance plus technique : ATR, grand écart, etc.

De plus, le voltigeur est sur des appuis beaucoup moins stables du porteur : une main, un pied, une épaule, etc.

Niveau 4



Les appuis proposés au voltigeur sont totalement instables : mains / mains ou pieds / pieds ou mains / pieds.

Sinon, les 2 voltigeurs n'ont plus de contact avec le sol.

Figures à 4

Niveau 1



3 élèves ont le rôle de porteur. Dans ce cas précis, l'élève en jaune et celle en tee-shirt blanc ont les rôles à la fois de porteur et de voltigeur.

Niveau 2



2 élèves minimum sont voltigeurs. Ils peuvent également avoir des rôles de porteurs dans certains cas.

Au moins un des voltigeurs n'a plus aucun contact avec le sol.

Niveau 3



Au moins 2 voltigeurs n'ont plus de contact avec le sol. Les appuis utilisés sont de moins en moins stables.

Niveau 4



Au moins 2 voltigeurs sont en l'air. De plus, un des voltigeurs réalise une prouesse technique sur des appuis peu stables.

Figures à 5

Niveau 1



Les porteurs ont des appuis très stables. Les voltigeurs peuvent avoir plusieurs membres en contact avec le sol.

Niveau 2



Au moins un des voltigeurs n'a plus de contact avec le sol.

2 élèves maximum n'ont que le rôle de porteur.

Niveau 3



3 des 5 élèves sont voltigeurs sans contact avec le sol. Sinon 2 d'entre eux ont un contact avec le sol mais réalisent un mouvement gymnique : arabesque, ATR, grand écart, etc.

Niveau 4



Au moins 3 des voltigeurs sont dans les airs. De plus, la pyramide prend de la hauteur.

Figures à 6

Niveau 1



Les élèves ont le droit à énormément d'appuis au sol. Sur cette figure par exemple, même les voltigeurs ont au moins un appui en contact avec le sol.

Niveau 2

ROUDNEFF



Un voltigeur minimum est en l'air. Les appuis sont très stables.

Niveau 3

ROUDNEFF



Il y a 3 voltigeurs minimum. Les appuis de l'un d'entre eux sont moins stables. Ici, la fille en haut rouge est debout sur ses camarades.

Niveau 4



La pyramide prend beaucoup plus de hauteur. Les élèves porteurs ne sont plus à 4 pattes. Les appuis sont moins stables.

Ressources

Pour les figures à 2, 3 et 4, nous avons utilisé les planches de dessins proposées par l'académie de Besançon :

http://www.clg-fraisans.ac-besancon.fr/sites/www.clg-fraisans/IMG/pdf/classification_figures_acrosport.pdf

Pour les figures à 5 et 6, nous avons utilisé les planches de dessins proposées par le lycée Apollinaire de Thiais (94) :

https://lycee-apollinaire-thiais.fr/IMG/pdf/pyramides_a_5.pdf

https://lycee-apollinaire-thiais.fr/IMG/pdf/pyramides_a_6.pdf