

Définitions :

D'après Catherine Huot-Moneta et Myriam Socié Edition Revue EPS de l'école aux associations : « L'acroport en milieu scolaire » 2000

« L'acroport consiste à réaliser un enchaînement de figures collectives combinées à des éléments individuels.

Ces figures collectives à 2, 3, '4... sont constituées de maintiens, d'équilibres ou de déséquilibres, de porters, de lancers avec ou sans rattraper des partenaires »

D'après Tony Froissard Edition Actio « l'acroport » 2001

« Activité collective de production de formes en groupe dans la perspective de créer une composition basée sur les effets visuels ; architecture de la forme, simultanément, complémentarité afin d'être vu et apprécié et produire un étonnement »

Comparez ces 2 définitions

Les différents rôles sociaux

Les différents rôles sont :

- Le porteur
- Le voltigeur
- Les semis....
- L'atout ou joker ou partenaire

1.1. **Le porteur**

Il doit adopter un **comportement spécifique** dans ses principales actions de porter, soulever, propulser, rattraper, équilibrer, réceptionner et sécuriser pour réguler les figures et faire de lui **le premier puis le seul porteur**.

Il doit être gainé pour permettre une bonne transmission des énergies.

1.2. *Le voltigeur*

Il doit adopter un comportement spécifique dans ses principales actions de voler, tourner, se réceptionner, se stabiliser, s'équilibrer, se renverser, Il doit être gainé pour permettre une bonne transmission des énergies.

1.3. *L'atout – le joker – le partenaire*

Ses rôles sont :

- Manipulateur
- Aide
- Pareur
- Observateur - correcteur
- Chorégraphe - conseiller
- Evalueur

En fonction des figures, du niveau d'apprentissage, du degré de maîtrise, de la nature du travail, ses rôles sont plus ou moins valorisés et existants. L'atout peut remplir un ou plusieurs de ces rôles simultanément.

Trouvez des figures ou l'atout peut être manipulateur, aide, pareur.



Aide pour s'établir

Aide au cours de la figure



Le partenaire peut

- Aider au montage**
- Aider au démontage**
- Aider pour tenir une figure**

- Le pareur

Il est toujours prêt à intervenir au cas où un des partenaires présente une défaillance, sinon la figure se réalise sans intervention extérieure.

Dans une figure, le porteur est souvent le premier pareur. Il peut changer de rôle en cas de problème, mais également il assure toujours son ou ses voltigeurs jusqu'à sa ou leurs réceptions.

Ce pareur peut également s'incorporer dans la figure

Il peut tenir également d'autres rôles :

- Observateur, correcteur : indique les fautes de placement, de correction, de maintien
- Conseiller chorégraphe
- Evalueur

Sécurité

Comme toute activité acrobatique, la gestion de l'affectivité est primordiale. Gérer cette affectivité c'est rendre l'activité sécurisante.

Sécurité passive et la sécurité active

Sécurité passive

Le matériel et son aménagement.

Il convient d'être vigilant au niveau de :

La qualité

La quantité

La disposition des tapis

La distance :

Elle est à respecter :

Entre les groupes : chaque groupe doit disposer d'un espace d'évolution minimum

Entre les groupes et l'environnement du gymnase

La tenue :

Les vêtements doivent être adaptés à la pratique de l'activité (vêtements près du corps, pieds nus pour ne pas glisser).

Il est exigé d'enlever les bijoux et d'attacher les cheveux

Le port de lunettes peut être dangereux. Il convient avec le pratiquant de l'avertir et de négocier leur utilisation.

La constitution des groupes :

A partir d'un certain niveau de pratique, il est préconisé de répartir les gabarits et les niveaux.

Un effectif trop important (à partir de 6) rend difficile la communication et la gestion du groupe.

Par ailleurs, il faut toujours ajouter au moins un élève par rapport à l'effectif de la formation travaillée (un groupe de 3 ou plus pour le travail d'un duo)

L'élaboration du contenu

Il est nécessaire de prendre le temps de :

- Faire acquérir tous les principes de base
- Ne pas multiplier le nombre ou la difficulté de figures au détriment de leur maîtrise
- De jouer sur les variables d'une même figure (montage, démontage, complexification, variété des positions et postures)

La sécurité active

Elle passe par :

- Pour l'élève : la logique de construction des figures.
- L'apprentissage des principes organisateurs des différents rôles sociaux
- Pour l'enseignant : la logique de construction des étapes d'apprentissage
- La gestion du compromis : difficulté – maîtrise (risque – sécurité)

Principes organisateurs :

Porteurs :

Stabilité de ses appuis

Offrir la base d'appui pour le voltigeur le plus large possible

Corps gainé pendant toute la figure pour permettre de monter ou prendre appui pour tourner...

Organiser des prises solides

Voltigeurs :

Corps gainé

Monter proche de l'axe du porteur

Accéder de la partie la plus basse à la partie la plus haute

Réduire au maximum le temps d'empilement

Communiquer

Prévoir la conception, le montage et le démontage avant d'exécuter la figure

Prévenir du moindre problème pour assurer la sécurité de la figure

Prévenir en cas d'incident : P ou V déséquilibrés

La construction des repères, des placements, du code de communication et des rôles sociaux nécessitent une attention permanente à toutes les étapes d'apprentissage.

2. La notion de figure statique et de dynamique

Dans le milieu fédéral :

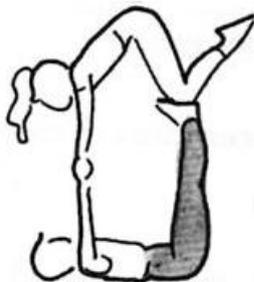
Les pyramides statiques : elles se caractérisent par un contact permanent entre les partenaires, les postures sont maintenues au moins 3 secondes, on y inclut les éléments de transition (changement de posture dans la même pyramide).

Les pyramides dynamiques : elles se caractérisent par un contact bref entre les partenaires et un envol obligatoire (en rattraper, en sortie, du sol au sol).

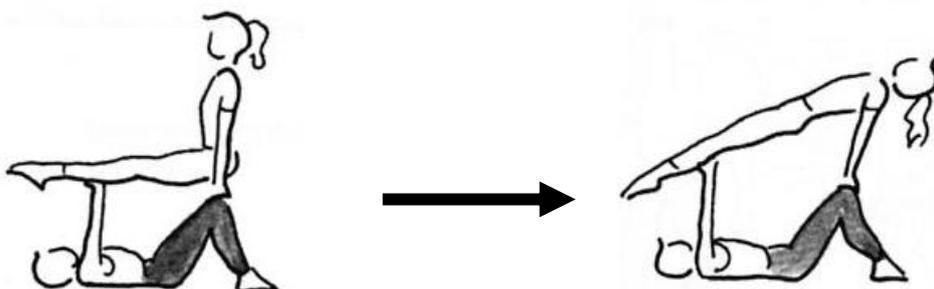
Nous conservons ces mêmes définitions, en revanche nous décomposons les figures de la manière suivante :

Statique :

Statique simple : une figure maintenue 3 secondes



Statique en mouvement : changement de posture maintenue dans une même figure



Dynamique :

Dynamique contact (saute mouton)

Dynamique accompagnée (ATR à 2, salto arrière....)

Dynamique avec envol

Dynamique accompagnée

Exemples : ATR à deux, salto arrière et avant, souplesse arrière, roulade à deux, etc

C'est une figure sans envol et sans élan où le porteur et le voltigeur sont en contact permanent. Le porteur déclenche l'action et conduit le voltigeur du début jusqu'à la fin de la figure sans le lâcher.



Dynamique contact

Exemple : saute mouton, roue sur porteur, etc....

C'est une figure dans laquelle le voltigeur déclenche l'action. Le contact entre les partenaires n'est pas permanent. Le voltigeur part et arrive au sol

Sol

Rupture
De contact

contact

et / ou

rupture
de contact

sol



Dynamique avec envol :

C'est une figure avec une phase d'envol en rattrapé et/ou en projection

- Départ sol arrive sur partenaire(s) : ce sont les figures en rattrape

Exemple : un élan arrivée plat ventre sur 2 porteurs



- Départ partenaire(s) arrivée au sol : ce sont les figures en sortie, en projection
- Exemple : départ sur 2 porteurs, sortie salto

- Départ partenaire(s), arrivée partenaire(s) : ces figures sont en projection ou en rattrapé
- Départ sol, arrivée au sol : figures en projection

3. Les prises

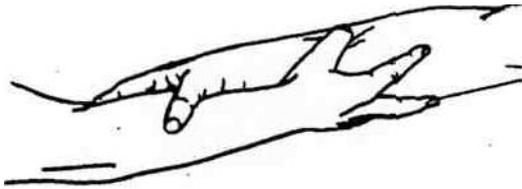
L'apprentissage des différentes prises représente un aspect primordial pour les figures. Il ne doit pas être négligé. Les contacts entre partenaires sont multiples et peuvent se faire sur toutes les parties du corps.

Les techniques de prises répondent à quatre exigences :

- Offrir une surface de contact la plus grande possible en respectant des logiques anatomiques et de transmissions de forces.
- Permettre des appuis stables et solides
- Réguler les équilibres et déséquilibres dans tous les plans de l'espace
- Assurer en permanence un contrôle réciproque garantissant une sécurité maximale

Les prises de mains

La prise avant bras - avant bras



Elle est utilisée essentiellement :



pour les figures en contre poids

pour augmenter les
d'appui pendant
l'apprentissage des
figures



La prise paume contre paume :

- les appuis mains sont du même côté (main droite – main droite...)



Elle permet une grande stabilité
du fait des doigts serrés autour
du poignet et du majeur et/ou
index placé sur l'avant bras



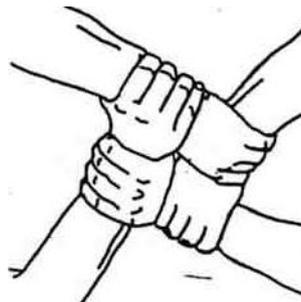
- les appuis sont inversés
(main gauche – main droite)
- les appuis mains sont inversés
(main droite – main gauche)



le voltigeur place ses doigts entre les quatre doigts et le pouce du porteur

le pouce du voltigeur est à l'extérieur

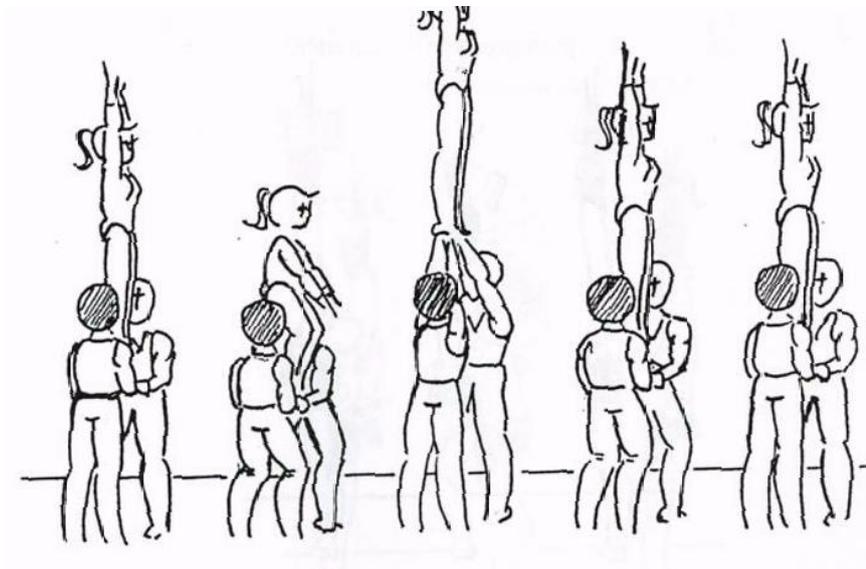
La prise carrée : 2 porteurs



Chaque porteur :

- attrape son poignet gauche avec sa main droite
- et attrape le poignet droit de l'autre porteur avec sa main gauche (ou l'inverse)

les prises sont fermes et proches du poignet
le carré est le plus plat possible



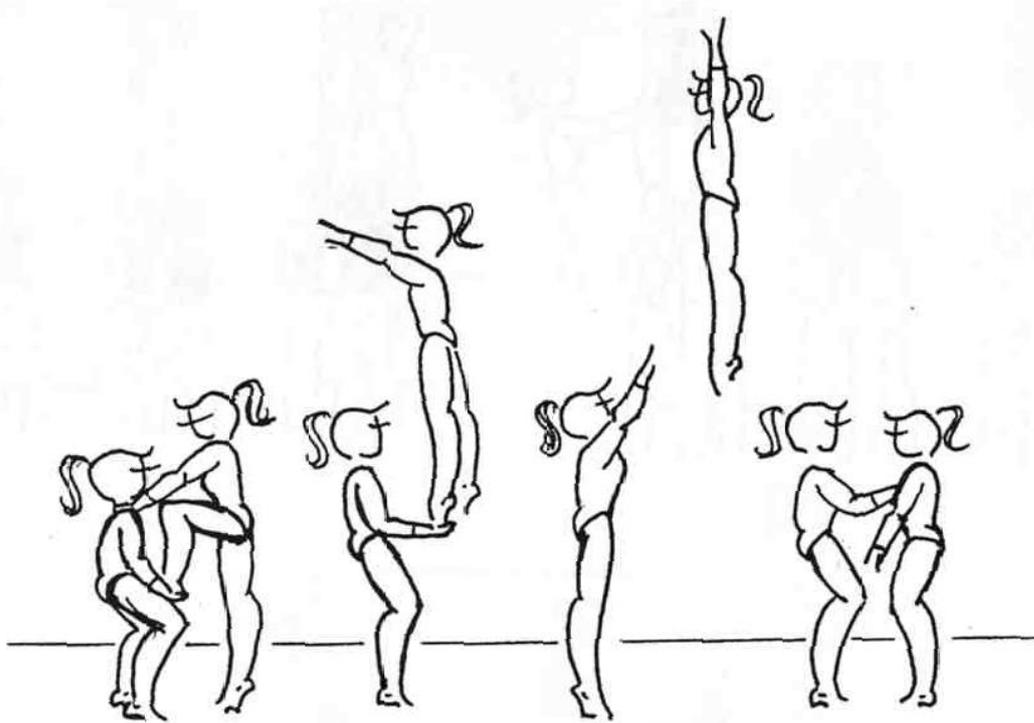
Les prises pieds mains

Pieds du voltigeur dans main du porteur

- La prise rigodon



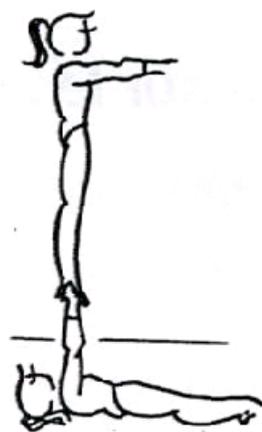
Elle est utilisée pour les figures dynamiques : départ au sol, prise d'appui sur porteur



Les mains du porteur sont l'une sur l'autre à plat, le voltigeur pose l'avant de son pied dans la paume et son talon sur les doigts du porteur

- La prise pied dans main : partenaires dans le même sens
Elle est surtout utilisée sur des figures statiques ou le voltigeur est debout dans les mains du porteur.

Les doigts du porteur sont écartés autour des pieds du voltigeur avec au moins un doigt placé sous le talon



- La prise sur pied



Les doigts du voltigeur sont écartés autour du pied du porteur

La paume de la main sur la voûte plantaire

L'index est sur le talon



Elle est utilisée dans les figures statiques où le voltigeur est en appui sur le pied du porteur

Lors des figures dynamiques contacts en appui sur les pieds du porteur.