

PRÉSENTATION DE L'ACRO-GYM

(Documents trouvés sur le DC du MELS)

PARAMÈTRES TRAVAILLÉS EN ACRO-GYM :

- Coopération
- Équilibre
- Créativité
- Flexibilité
- Esthétisme (expression corporelle)
- Force et l'endurance musculaire.

Une activité collective où les compétences de chacun peuvent être valorisées :

Porteur : - occupe la position à la base de la pyramide net support la totalité ou une partie du poids de la personne portée

Voltigeur : - occupe la position supérieure de la pyramide
- escalade, grimpe sur les porteurs et les souteneurs
- maintient une posture stable et solide dans différents plans

Leader : - donne le rythme afin de synchroniser les actions de l'équipe
- s'assure de la collaboration des membres de l'équipe.

Souteneur : - assiste manuellement les voltigeurs lors des montées...

SÉCURITÉ :

Prises de mains par les poignets...

Enlever les souliers

Aligner les appuis : bassins, épaules, genoux, dos droit

Position très stable

Offrir une surface d'appui la plus large possible

Au niveau des articulations (épaules, bassins, jamais dans le milieu du dos.

Si déséquilibre, le voltigeur doit sauter immédiatement sauf si la pyramide est très haute.

Monter une pyramide de la base vers le sommet et du centre vers les extrémités.

Une pyramide évasée peut être aussi impressionnante qu'une pyramide haute.

L' ACRO GYM

C'est mettre en place des figures acrobatiques à plusieurs : assurer la montée, le maintien (3 secondes) et la descente

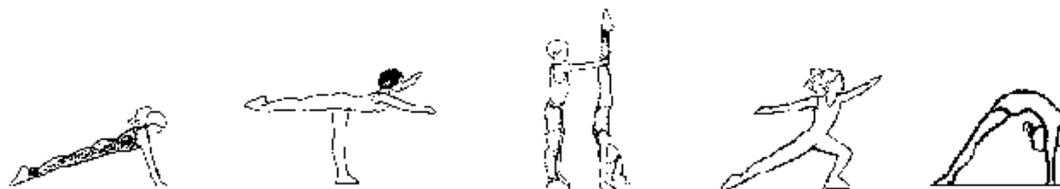
LE PORTEUR : Il apprend à se placer correctement pour assurer le maintien du voltigeur.

LE VOLTIGEUR : Il apprend à gagner son corps, il fait confiance au porteur et le respecte.

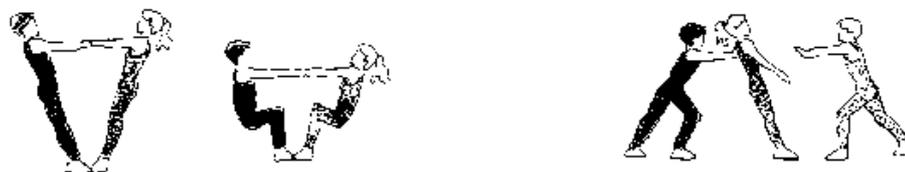
Ils trouvent ensemble des solutions pour monter et descendre.

A l'échauffement je travaille :

.....le gainage du corps l'équilibrela souplesse



J'apprends à m'équilibrer et à me coordonner avec mes partenaires



LA TECHNIQUE

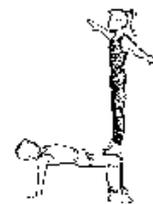
DU VOLTIGEUR



Il est précis dans ses appuis



Il gaine son bassin



Il maintient l'équilibre

DU PORTEUR



Il recherche des bases solides et place correctement ses appuis

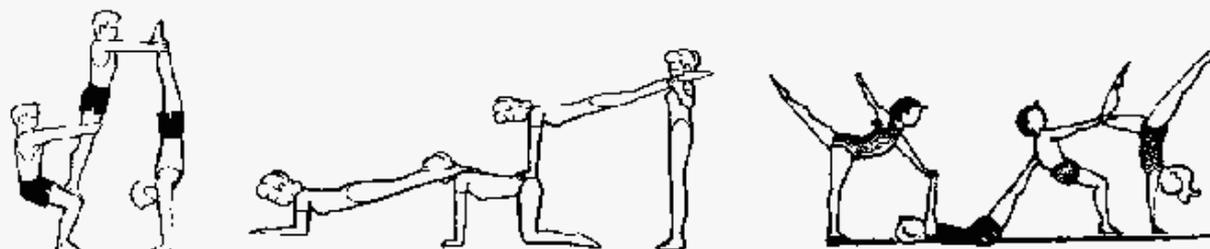


Il porte les bras tendus et aligne mains-épaules

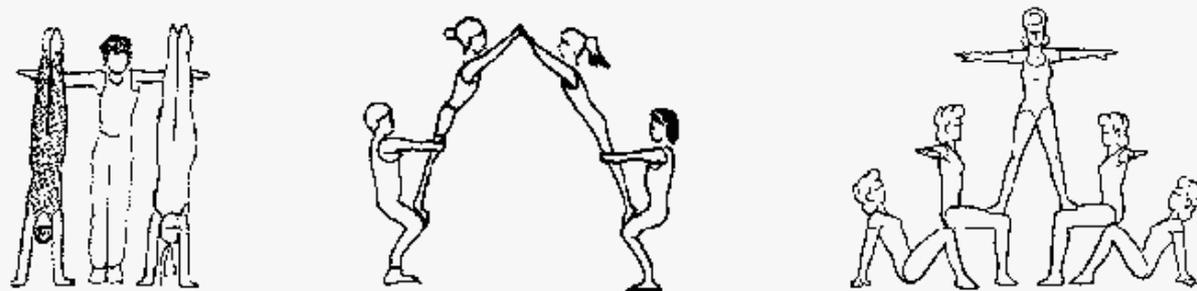


Il soutient jambes tendues

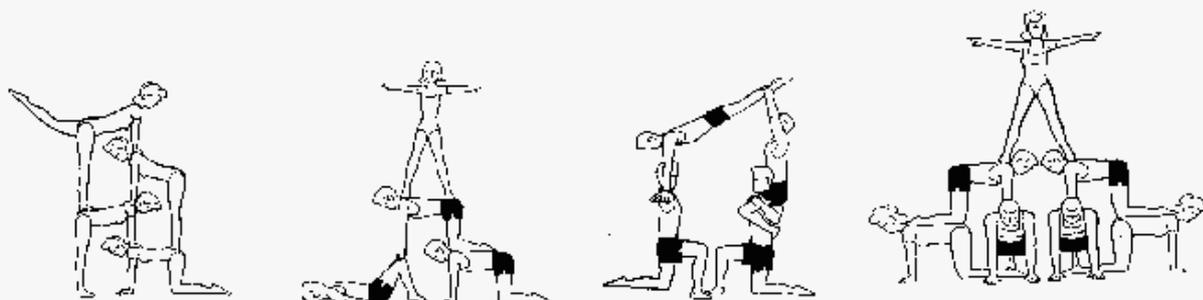
Les différentes sortes de figures



Les figures en chaînes



Les figures en miroir ou symétriques



Les figures en pyramides

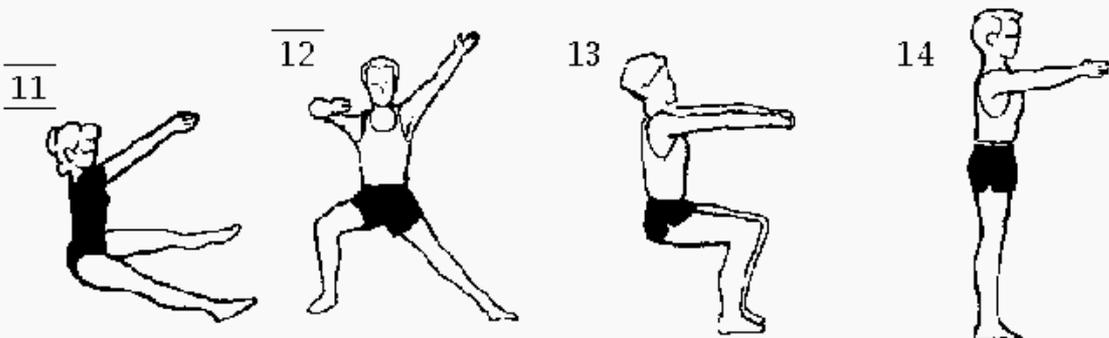


Les figures dynamiques

Comment créer une figure

Pour créer une figure ,
le porteur a le choix entre
plusieurs positions.
De la position allongée, la plus
facile , à la position debout, la
plus difficile.

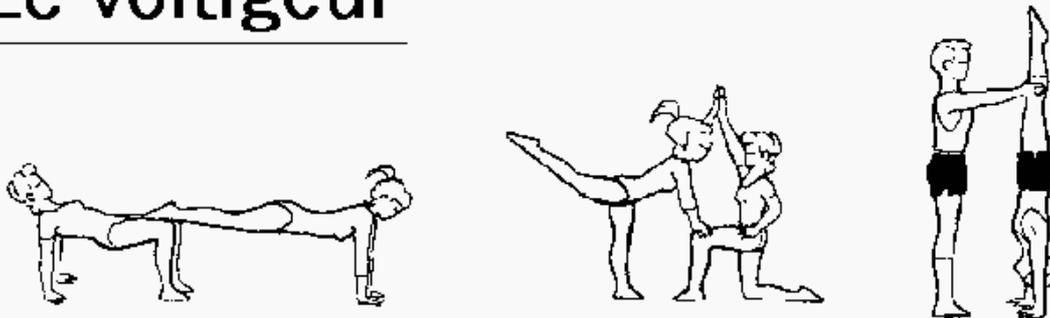
Le porteur



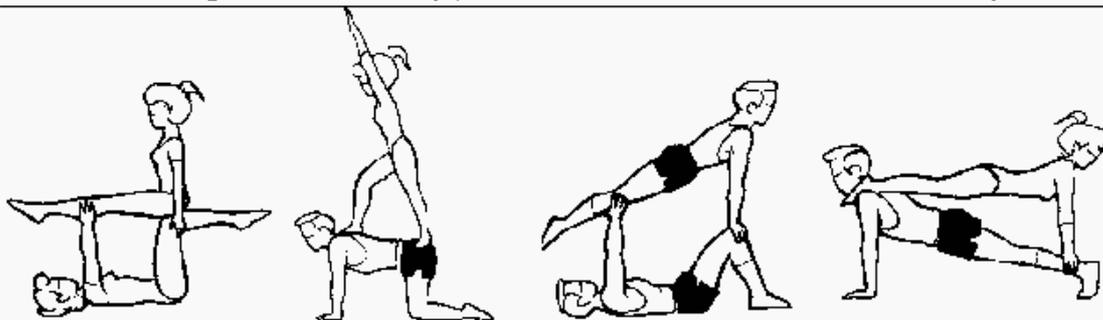
Comment créer une figure

Pour créer une figure ,
le voltigeur a le choix entre
plusieurs positions.
Il peut conserver au sol des appuis
manuels ou pédestres.
Il peut être en appui sur un ou
plusieurs porteurs

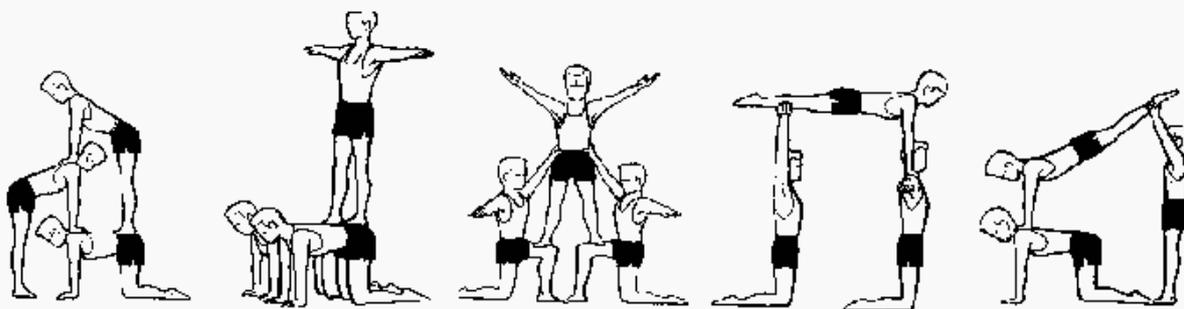
Le voltigeur



Le voltigeur a des appuis au sol : les mains ou les pieds.



Le voltigeur n'a aucun appui au sol



Le voltigeur est en appui sur 2 porteurs

ACRO-GYM

<i>Cours #1</i>	<ul style="list-style-type: none">* Présentation du bloc* Présentation de l'Acro-Gym et visionnement vidéo d'un extrait de spectacle d'acro-gym* Présentation de l'évaluation* Présentation des rôles par rapport aux compétences personnelles* Formation des équipes selon les forces et faiblesses de chacun* Pratique des pyramides de base
<i>Cours #2</i>	<ul style="list-style-type: none">* Présentation des transitions* Retour sur le plan final* Possibilité de se trouver un thème (c'est plus facile)* Exécution de pyramides* Choix de pyramides* Pratique* Évaluation du travail d'équipe par le professeur /5
<i>Cours #3</i>	<ul style="list-style-type: none">* Remise d'un plan brouillon* Élaboration de la chorégraphie : ordre & transitions* Montage (rédaction) de leur routine sur papier brouillon* Pratique* Auto évaluation de leur travail d'équipe* Évaluation du travail d'équipe par le professeur /5
<i>Cours #4</i>	<ul style="list-style-type: none">* Consolidation des acquis et ajustements* Continuité du montage de leur routine sur papier brouillon* Pratique* Évaluation du travail d'équipe par le professeur /5* Début des évaluations formatives par le professeur et des élèves* Remise d'un plan à remettre au propre lors de la présentation
<i>Cours #5</i>	<ul style="list-style-type: none">* Perfectionnement et répétition* Suite des évaluations formatives par le professeur et des élèves* Évaluation du travail d'équipe par le professeur /5* Planification de l'ordre de présentation pour le prochain cours
<i>Cours #6</i>	<ul style="list-style-type: none">* Présentation – évaluation et pratique tout dépendant de l'ordre discuté précédemment* Remise du plan au propre* Évaluation par le professeur et les autres élèves

ACRO-GYM

INTENTION PÉDAGOGIQUE

- Amener l'élève à travailler en coopération avec ses pairs dans l'élaboration et dans l'exécution d'une création artistique physique.

DESCRIPTION DE L'ACTIVITÉ

- Les élèves sont divisés en équipe et doivent déterminer les forces de chacun dans le but de créer des pyramides et des transitions afin de produire une création coordonnée présentée aux autres élèves du groupe.

DESCRIPTION DE LA TÂCHE DES ÉLÈVES

- Formation des équipes;
- Appropriation des différents termes techniques de l'acro-gym;
- Exploration des pyramides;
- Choix des pyramides;
- Exploration des transitions;
- Choix et élaboration de la routine (ordre, transitions);
- Présentation de leur création et évaluation de celle des autres élèves (équipes).

DOMAINE GÉNÉRAL DE FORMATION

- Orientation et entrepreneuriat

INTENTION ÉDUCATIVE

- Amener l'élève à entreprendre et à mener à terme des projets vers la réalisation de soi et l'insertion dans la société.

COMPÉTENCE DISCIPLINAIRE

- Interagir dans divers contextes de pratique d'activités physiques

COMPOSANTES

- Coopérer dans l'élaboration d'un plan d'action;
- Coopérer à l'évaluation du plan d'action;
- Participer à l'exécution du plan d'action.

COMPÉTENCES TRANSVERSALES

1. Composante d'ordre intellectuel : mettre en œuvre sa pensée créatrice
2. Composante d'ordre personnel et social : coopérer

TROIS TEMPS PÉDAGOGIQUES

1. PHASE DE PRÉPARATION :
2. PHASE DE RÉALISATION :
3. PHASE D'INTÉGRATION :

ÉVALUATION

- INTERAGIR
- CRÉATION
- COOPÉRER

PLANIFICATION D'UNE SÉANCE D'ENSEIGNEMENT APPRENTISSAGE EN ÉDUCATION PHYSIQUE & À LA SANTÉ

Secondaire	IV	Nombre Élèves :	Compétence Disciplinaire
		32 élèves	Interagir dans divers contextes de pratique d'activités physiques
Primaire			Composante(s)
Cycle	1	2	3
			Coopérer dans l'élaboration d'un plan d'action
			Coopérer à l'évaluation du plan d'action
			Participer à l'exécution du plan d'action
Secondaire	1	2	Savoirs Essentiels
Cycle			Savoir-faire
No du cours	# 1		

Compétence(s) Transversale(s)

Composante d'ordre intellectuel : Mettre en œuvre sa pensée créatrice

Composante d'ordre personnel et social : Coopérer.

Domaine Général de Formation

Orientation et entrepreneuriat

Commission Scolaire

Commission Scolaire de la Capitale

École

E.S.R.C.

Groupe

Quatrième Secondaire

Description des activités d'apprentissage (planification didactique du cours)

- ★ Présentation du bloc 2
- ★ Présentation de l'Acro-gym et visionnement vidéo d'un extrait de spectacle de l'acro-gym
- ★ Présentation de l'évaluation
- ★ Présentation des rôles par rapport aux compétences personnelles
- ★ Formation des équipes
- ★ Pratique des pyramides de base
- ★ Nombre de pyramides et combien de temps
- ★ Rétroactions

VOIR LE CONTENU DIDACTIQUE

Critères d'évaluation

Justification du choix de stratégie de l'équipe

Exécution d'actions individuelles ajustées au but collectif

L'évaluation

Type d'instrument	Questionnaire		Qui évalue?
	Grille d'observation	Enseignant / tout le groupe	Élève(s) / Élève(s)
	Échelle d'appréciation	Enseignant / un ou des élève(s)	Élève s'auto-évalue

Critères d'évaluation

Pour le premier cours d'acro-gym, porter attention sur la formation des équipes. Il serait important que les équipes soient variées. Nous devrions retrouver des équipes équitables dont les membres ont un rôle précis selon leur gabarit. (Porteur, voltigeur, souteneur) Pour ce faire, les élèves discuteront entre eux de leurs forces, ce qui permettra le jumelage des élèves selon leurs habiletés (équilibre, force musculaire, poids, etc.).

PLANIFICATION D'UNE SÉANCE

1^{ER} TEMPS PÉDAGOGIQUE (PRÉPARATION)

Description des actions posées par l'enseignant :

- Écrire les rôles et les compétences de l'acro-gym au tableau
- Accueil des élèves
- Placer les tapis pour le cours
- Vérification des costumes
- Gestion des retards
- Prise des présences
- Barrer les vestiaires

Description des actions posées par les élèves :

- Se changer et se rendre dans la palestres avant que la cloche sonne
- Coopérer à l'organisation matérielle avant le début du cours
- Signaler sa présence

2^{IÈME} TEMPS PÉDAGOGIQUE (RÉALISATION)

Description des actions posées par l'enseignant :

- Présentation de l'acro-gym (objectif final et son évaluation finale) (voir grille d'évaluation)
- Se déplacer à l'endroit du visionnement
- Mettre en marche visionnement d'un extrait vidéo d'un spectacle d'acro-gym
- Interpréter le visionnement et l'adapter au programme prévu.
- Retour en classe

Description des actions posées par les élèves :

- Écouter attentivement les instructions et les présentations
- Poser des questions s'il y a lieu
- Se déplacer à l'endroit du visionnement
- Revenir au local initial

3^{IÈME} TEMPS PÉDAGOGIQUE (INTÉGRATION)

Description des actions posées par l'enseignant :

- Petit retour sur le visionnement
- Rappel de ce que nous avons vu : ouverture, transitions, pyramides et fermeture.
- Répondre aux interrogations des élèves

Description des actions posées par les élèves

- Poser des questions s'il y a lieu sur la vidéo et sur l'acro-gym

Étape associée au déroulement du cours : ACCUEIL

PLANIFICATION D'UNE SÉANCE

1^{ER} TEMPS PÉDAGOGIQUE (PRÉPARATION)

Description des actions posées par l'enseignant :

- Explications des différents rôles (souteneurs, porteurs, voltigeurs) à jouer et des compétences (équilibre, flexibilité, force et endurance, gabarit, etc.) qui nous permettent de faire une association. (*voir le document joint*)
- Parler et démontrer des règles de sécurité : position des appuis, segments droits et non fléchis, etc. (*voir les principes de sécurité dans le document joint*)
- Répondre aux questions des élèves s'il y a lieu
- Il faut maintenir la pyramide de 5 à 10 secondes.
- Remettre le document d'acro-gym avec illustrations de pyramides.

Description des actions posées par les élèves :

- Être volontaire pour la démonstration des règles de sécurité
- Écouter attentivement les informations décrites
- Se définir selon les qualités énumérées pour se trouver un rôle à jouer
- Poser des questions s'il y a lieu
- Prendre connaissance du document

2^{IÈME} TEMPS PÉDAGOGIQUE (RÉALISATION)

Description des actions posées par l'enseignant :

- Permettre la formation des équipes selon leurs compétences (équipes de 6)
- Lancer l'expérimentation des pyramides par les élèves.
- Observer et circuler pour s'assurer que toutes les équipes fonctionnent bien
- Correction des mouvements incorrects
- Prendre en note les équipes formées

Description des actions posées par les élèves :

- Formation des équipes selon les compétences personnelles de chacun
- Essais des pyramides de base et exploration
- Se corriger s, s'il y a lieu
- En équipe, se consulter sur les pyramides à exécuter

3^{IÈME} TEMPS PÉDAGOGIQUE (INTÉGRATION)

Description des actions posées par l'enseignant :

- Demander aux élèves de revenir s'asseoir calmement
- Attendre le silence
- Retour sur les points observés. Négatifs et ensuite positifs.
- Retour sur les règles de sécurité
- M'assurer que les équipes soient le plus équilibrées possible sinon effectuer des changements
- Reprise des documents d'acro-gym
- Écoute des commentaires s'il y a lieu

Description des actions posées par les élèves :

- Regagner les bancs
- Calme et silence
- Écoute des rétroactions sur la pratique
- Dénoncer si son équipe ne fonctionne pas, par exemple : éviter de conserver ensemble les personnes ayant un gabarit de «porteur»
- Remise des documents

PLANIFICATION D'UNE SÉANCE

1^{ER} TEMPS PÉDAGOGIQUE (PRÉPARATION)

Description des actions posées par l'enseignant :

-

Description des actions posées par les élèves :

-

2^{IÈME} TEMPS PÉDAGOGIQUE (RÉALISATION)

Description des actions posées par l'enseignant :

- Poser des questions aux élèves sur l'ensemble du cours
- Ce qu'ils ont aimé dans ce premier cours d'intégration
- Ce qu'ils trouvent difficile ou facile
- Passer les messages à ne pas oublier par exemple : tournoi de volley ou de basket, voyages, reprises d'examen.
- Parler de l'importance d'être présent à tous les cours pour ne pas nuire à son équipe

Description des actions posées par les élèves :

- Répondre aux questions posées par l'enseignant
- Demeurer calme et réfléchir à ce qu'ils ont fait

3^{IÈME} TEMPS PÉDAGOGIQUE (INTÉGRATION)

Description des actions posées par l'enseignant :

APRÈS LE RETOUR AU CALME

Tranquillement, permettre aux élèves d'aller se changer dans les vestiaires. Par contre, ils doivent contribuer au rangement du matériel avant de débarrer les vestiaires. Une fois le matériel rangé, ils ont accès aux vestiaires. Surveillance des élèves pour ne pas qu'ils sortent avant la cloche.

Description des actions posées par les élèves :

APRÈS LE RETOUR AU CALME

- Sortir calmement
- Ranger le matériel convenablement
- Aller se changer
- Attendre la cloche à la porte avant de partir

Étape associée au déroulement du cours : LE RETOUR AU CALME

Document 10-A.S.

DOCUMENT DE L'ENSEIGNANT(E)

**1^{er} CYCLE DU SECONDAIRE
2^e année DU CYCLE**

***INTERAGIR
DANS DIFFÉRENTS CONTEXTES
DE PRATIQUE D'ACTIVITÉS PHYSIQUES***

SITUATION D'APPRENTISSAGE ET D'ÉVALUATION



Avril 2006

SITUATION D'APPRENTISSAGE ET D'ÉVALUATION

Secondaire					Discipline	Titre	Nombre de périodes :
1 ^{er} cycle		2 ^e cycle			Éducation physique et à la santé	Acrogym !	7 périodes de 75 minutes
1 ^{re}	2 ^e	1 ^{re}	2 ^e	3 ^e			

Création : François Légaré, École secondaire Roger-Comtois

Adaptation 1 : Cindy Boucher, stagiaire

Adaptation 2 : André Rousseau

Commission scolaire : des Navigateurs (Jacques Corriveau)

École :

Date :

Compétence disciplinaire

Interagir dans divers contextes de pratiques d'activités physiques

Contexte de réalisation

Durant cinq cours, les élèves formeront des équipes de 6 et choisiront leurs coéquipiers tout en tenant compte des forces et des faiblesses de chacun. Les élèves doivent tenir compte des différents rôles qui peuvent être joués lors de la formation d'une équipe en acro-gym, soit porteur, voltigeur, leader et souteneur. Parmi une liste de pyramides à 2, à 3 et à 4, les élèves pourront expérimenter des pyramides et en choisir cinq à leur guise dans le but de préparer une routine. Les élèves devront respecter des règles de sécurité.

Sites à consulter :

http://members.aol.com/_ht_a/didrichaud/article.html

(banque de pyramides à deux, à trois et à quatre)

<http://www.ac-dijon.fr/pedago/eps/acrosport/>

Défi présenté à l'élève

Vous devez former une équipe de six en tenant compte des différents rôles qui existent dans une équipe d'acro-gym. Vous devrez présenter, devant le groupe, une routine de deux minutes. Cette routine doit comporter : un mouvement d'ouverture, cinq pyramides à votre choix (parmi la liste des pyramides à 2, à 3 ou à 4 que l'enseignant vous remettra) et un mouvement de fermeture. De plus, des mouvements de transition doivent être inclus avant et après chaque pyramide. Vous pouvez présenter votre routine avec l'aide d'une musique de votre choix, si vous le désirez. Une autoévaluation de votre travail d'équipe vous sera demandée ainsi qu'un bilan en fin de session.

À partir des critères d'évaluation, déterminer les indices observables pour les besoins de l'évaluation

- Donne ses idées lors de l'élaboration de la routine de l'équipe.
- Accueille les idées des autres lors de l'élaboration de la routine de l'équipe.
- La présentation reflète ce qui a été planifié.
- Applique les règles d'éthique.
- Communique efficacement lors des répétitions et de la présentation.
- Identifie les forces et les faiblesses du plan avec ses pairs.
- Identifie des façons d'ajuster le plan avec ses partenaires.

1^{er} temps pédagogique – Phase de préparation

Matériel :	Durée :
-------------------	----------------

Objectifs	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Présenter la problématique<input type="checkbox"/> Activer les connaissances antérieures.<input type="checkbox"/> Faire ressortir les représentations des élèves et leurs questions<input type="checkbox"/> Établir le plan de travail<input type="checkbox"/> Préciser la production ou les productions visées et les destinataires, s'il y a lieu
------------------	--

N° de cours	Identification des tâches
Cours 1	<ul style="list-style-type: none">➤ Présentation de l'acrogym (voir l'annexe 1)➤ Présentation de l'évaluation➤ Présentation des rôles par rapport aux compétences personnelles➤ Présentation des ressources externes : pyramides à 2, à 3, à 4➤ Formation des équipes➤ Exécution de pyramides (annexe 2 à remplir)➤ Évaluation du travail d'équipe par l'enseignant sur /5

2^e temps pédagogique – Phase de réalisation

Matériel :	Durée :
-------------------	----------------

Objectifs	<input type="checkbox"/> Accompagner la réalisation de la tâche ou des tâches complexes. <input type="checkbox"/> Proposer des tâches d'acquisition de ressources, s'il y a lieu <input type="checkbox"/> Aménager des moments de prise de recul
------------------	--

N° de cours	Identification des tâches
Cours 2	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Présentation des transitions ➤ Retour sur le plan final (5 pyramides, 1 ouverture, 1 fermeture, transitions) ➤ Possibilité de se trouver un thème (c'est plus facile) ➤ Exécution de pyramides ➤ Choix de pyramides ➤ Pratique ➤ Début de l'élaboration de la routine : ordre et transitions ➤ Début de la rédaction de la routine ➤ Évaluation du travail d'équipe par l'enseignant sur /5
Cours 3	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Consolidation des acquis et des ajustements ➤ Suite de l'élaboration de la routine ➤ Suite de la rédaction de la routine ➤ Pratique ➤ Évaluation du travail d'équipe par l'enseignant sur /5
Cours 4	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Perfectionnement et répétition ➤ Évaluation du travail d'équipe par l'enseignant /5 ➤ Planification de l'ordre de présentation pour le prochain cours
Cours 5	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Dernière répétition ➤ Présentation devant le groupe

3^e temps pédagogique – Phase d'intégration

Matériel :	Durée :
-------------------	----------------

N° de cours	Identification des tâches
Cours 5 (suite)	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Évaluation verbale de la présentation par le professeur ➤ Évaluation globale de la session d'acrogym par l'enseignant sur /5
Objectifs	<input type="checkbox"/> Animer la synthèse des apprentissages réalisés <input type="checkbox"/> Amener les élèves à reconnaître les lieux de transfert possibles <input type="checkbox"/> Permettre l'expression du degré de satisfaction

ANNEXE 1

PRÉSENTATION DE L'ACRO-GYM

PARAMÈTRES TRAVAILLÉS EN ACROGYM :

- Coopération
- Équilibre
- Créativité
- Flexibilité
- Esthétisme (expression corporelle)
- Force et endurance musculaire

Une activité collective où les compétences de chacun peuvent être valorisées :

Porteur : - occupe la position à la base de la pyramide et supporte la totalité ou une partie du poids de la personne portée

Voltigeur : - occupe la position supérieure de la pyramide
- escalade, grimpe sur les porteurs et les souteneurs
- maintient une posture stable et solide dans différents plans

Leader : - donne le rythme afin de synchroniser les actions de l'équipe
- s'assure de la collaboration des membres de l'équipe

Souteneur : - assiste manuellement les voltigeurs lors des montées

SÉCURITÉ :

Prises de mains par les poignets

Enlever les souliers

Aligner les appuis : bassins, épaules, genoux, dos droit

Position très stable

Offrir une surface d'appui la plus large possible

Au niveau des articulations (épaules, bassins, jamais dans le milieu du dos)

Si déséquilibre, le voltigeur doit sauter immédiatement sauf si la pyramide est très haute

Monter une pyramide de la base vers le sommet et du centre vers les extrémités

Une pyramide évasée peut être aussi impressionnante qu'une pyramide haute

ANNEXE 2

ACROGYM

ACRO-GYM 1^{re} secondaire

Groupe : _____

CONSIGNES

1. FORMER UNE ÉQUIPE D'AU PLUS SIX PERSONNES
2. COMPRENDRE ET CHOISIR PARMIS LES DIFFÉRENTS RÔLES : PORTEUR, VOLTIGEUR, LEADER, SOUTENEUR
3. PRÉPARER UNE CHORÉGRAPHIE DE DEUX MINUTES QUI DOIT INCLURE :
 - A) UNE POSITION EN OUVERTURE
 - B) CINQ PYRAMIDES, DES LISTES PROPOSÉES (D, T, X)
 - C) DES MOUVEMENTS DE TRANSITION ENTRE CHAQUE PYRAMIDE
 - D) UNE POSITION FINALE
 - E) DE LA MUSIQUE PEUT ÊTRE UTILISÉE, SI DÉSIRÉ

ÉQUIPE : NOM : _____

LEADER : _____

MEMBRES : _____

COURS N° 1 : PYRAMIDES ESSAYÉES (ENCERCLER SI RÉUSSIES) :

D : _____

T : _____

X : _____

D24



2 points

D25



3 points

D26



2 points

D27



5 points

D28



2 points

D29



3 points

D30



3 points

D31



4 points

D32



3 points

D33



2 points

D34



2 points

D35



3 points

D36



4 points

D37



3 points

D38



3 points

D39



3 points

D40



3 points

D41



4 points

D42



4 points

D43



4 points

D44



5 points

D45



5 points

D46a



4 points

<p>T1</p>  <p>1 point</p>	<p>T2</p>  <p>1 point</p>	<p>T3</p>  <p>1 point</p>	<p>T4</p>  <p>2 points</p>
<p>T5</p>  <p>2 points</p>	<p>T6</p>  <p>2 points</p>	<p>T7</p>  <p>2 points</p>	<p>T8</p>  <p>3 points</p>
<p>T9</p>  <p>3 points</p>	<p>T10</p>  <p>3 points</p>	<p>T11</p>  <p>3 points</p>	<p>T12</p>  <p>3 points</p>
<p>T13</p>  <p>3 points</p>	<p>T14</p>  <p>4 points</p>	<p>T15</p>  <p>3 points</p>	<p>T16</p>  <p>2 points</p>
<p>T17</p>  <p>3 points</p>			<p>T19</p>  <p>3 points</p>
<p>T20</p>  <p>4 points</p>	<p>T21</p>  <p>5 points</p>	<p>T22</p>  <p>5 points</p>	<p>T23</p>  <p>4 points</p>

X1



1 point

X2



1 point

X3



2 points

X4



2 points

X5



3 points

X6



3 points

X7



3 points

X8



4 points

X9



4 points

X10



5 points

X11



5 points

X12



5 points