

ville de FEYTIAT

ACCROSPORT



L'**acroport** est une activité d'entretien corporelle, acrobatique, esthétique et de coopération dans laquelle on cherche en fonction du niveau de pratique, un certain degré de spectaculaire et d'harmonie accompagné ou non de musique.

Les composantes de l'activité sont au nombre de 3 :

- les figures qui constituent les éléments collectifs spécifiques de l'**acroport**
- les éléments individuels gymniques, acrobatiques et chorégraphiques
- les liaisons chorégraphiques entre les éléments collectifs en vue d'un enchaînement

Principe :

Différents rôles peuvent être attribués aux pratiquants et constituent cette activité :

Le voltigeur : il participe à une forme corporelle en étant en appui sur une autre personne (porteur) de façon sécurisée, c'est-à-dire en plaçant les appuis (pieds ou mains) sur des parties solides du corps du porteur.

Le porteur : il joue un rôle d'appui et de soutien. Il doit être capable d'anticiper d'éventuels déséquilibres du voltigeur.

Le pareur : il assure la sécurité du ou des voltigeurs lors de la réalisation d'une pyramide où les voltigeurs pourraient être déséquilibrés. La parade consiste à

anticiper une éventuelle chute en plaçant les mains au niveau des points d'équilibre.

Les objectifs pédagogiques d'apprentissage :

- échanger, se socialiser, trouver sa place au sein d'un groupe et y jouer différents rôles
- agir en sécurité pour soi et pour les autres
- respecter l'autre et ses limites
- connaître ses possibilités physiques, celles des autres et faire des choix en conséquence
- gérer une éventuelle émotion par l'exécution de figures « périlleuses » et par le fait d'être vu
- juger et apprécier la qualité d'une production à partir d'un référentiel commun

Les objectifs techniques :

- porter et /ou lancer
- être porté, voltiger et s'équilibrer grâce à l'autre
- synchroniser des figures individuelles ou collectives
- prises de repères visuels ou physiques
- maintenir ou faire évoluer une posture
- réguler des équilibres et des déséquilibres