

# Comment aborder l'acroport en milieu scolaire

## Ou

### Les différentes entrées de l'acroport

Michel Delannet  
Professeur EPS honoraire (UFRAPS, SUAPS)  
Formateur en gymnastique sportive, acroport et rock acrobatique.



Introduction.

- 1 Brève définition de l'acroport.
  - 2 De la gymnastique sportive vers l'acroport
  - 3 Du jeu vers l'acroport
  - 4 De la technique acrobatique vers l'acroport
  - 5 De la danse vers l'acroport
  - 6 De l'haltérophilie vers l'acroport
  - 7 De l'utilisation de matériel vers l'acroport
  - 8 Du cirque vers l'acroport
  - 9 De l'observation des comportements vers l'acroport
  - 10 Du théâtre vers l'acroport
  - 11 De l'organisation des rôles vers l'acroport
- Bibliographie.

## les différentes "entrées" pour aborder l'acrosport

**LA GYMNASTIQUE SPORTIVE**  
l'acrobatie  
la rigueur du geste  
la précision

**LE JEU**  
plaisir de vivre  
sociabilité  
psychisme

**LA TECHNIQUE**  
énergie  
l'économie  
la posture dans le mvmt  
l'équilibre  
la verticalité

**L'ORGANISATION DES ROLES**  
porteur  
voltigeur  
juge  
aide  
observateur  
administrateur  
responsabilité

**DANSE**  
l'eutonie  
les arts  
la musique  
chorégraphie  
les rythmes  
l'affectif  
le rock acrobatique

**ACROSPORT**

**L'HALTÉROPHILIE**  
prévention  
sécurité  
santé  
puissance musculaire  
la souplesse! et oui...

**LE THÉÂTRE**  
émotion  
expression  
sensibilité  
communication  
langage

**L'OBSERVATION**  
vidéo, photo  
raisonnement  
analyse du geste  
jugement  
la méthodologie

**LE CIRQUE**  
risque  
spectacle  
peur

**L'UTILISATION DE MATÉRIEL**  
corde  
plinth  
bloc  
fosse  
barre

## Introduction.

De nombreux collègues nous sollicitent, avec le soucis d'intéresser au mieux les élèves, pour savoir quelles sont les différentes approches pour aborder l'acroportt.

### 1 Brève définition de l'acroportt..(gymnastique acrobatique)

Il n'y a pas d'acroportt sans une sorte de chorégraphie incluant

- Pyramides humaines ou module (statiques ou dynamiques)
- Liaisons gymniques au sol (en alternance ou en synchronisation)
- Musique

### 2 De la gymnastique sportive vers l'acroportt.

C'est le cas le plus fréquent, le plus traditionnel, le plus connu.

Au moyen de cette entrée dans l'activité nous pourrions introduire la rigueur du geste, la précision des réceptions et la difficulté du geste acrobatique.

Les élèves ayant déjà pratiqué la gymnastique sportive vont présenter un bagage tonique favorable à l'apprentissage de l'acroportt, on dira même qu'il faut être « gym » pour faire de l'acroportt ; mais ne peut-on pas renverser le propos et se demander si l'acroportt ne pourrait pas former qualitativement le futur « gym », en effet, tenir sur les mains d'un porteur équivaut, en quelque sorte, à tenir en appui sur les anneaux mouvants et contribue ainsi à former plus généralement la musculature de la ceinture scapulaire.

### 3 Du jeu vers l'acroportt.

Les formes jouées conviennent parfaitement aux plus jeunes élèves. Nous avons même expérimenté des situations en maternelle où l'on devait faire glisser le partenaire sur un coussin posé sur le parquet, en le tirant, en le poussant par contact des mains du dos ou des épaules, le plaisir de vivre était patent. Les règles du jeu doivent être respectées et le début d'une socialisation va s'intégrer dans la pratique.

Un autre jeu : le « chat perché », consiste à mettre les élèves 2 par 2 ; l'un représentant le perchoir (le chat, porteur) et l'autre la souris (le voltigeur). Les élèves courent dans la salle pendant qu'une musique défile. Je projette sur le mur une posture adaptée à leur niveau de pratique. Le chat devra alors prendre cette posture quand la musique s'arrête (pas avant afin que l'élève puisse s'imprégner de la figure) et la souris se hisse sur le chat, équilibrée et expressive (pendant 3''). Inversement la posture sera imposée à la souris. Afin que les deux élèves soient observés en tant que porteur et voltigeur, on inversera les rôles, et l'on reprendra le même processus.

Les binômes sont élaborés à partir des caractéristiques générales des élèves :-  
tonicité, morphologie, etc....

Après avoir divisé la classe en deux, la première moitié commence le jeu pendant que l'autre moitié observe les placements et l'originalité des postures prises alternativement par le chat et la souris.

### 4 De la technique vers l'acroportt.

Les techniciens vont pouvoir s'exprimer par leur connaissance sur l'énergie gestuelle et notamment les principes physiques qui régissent certains aspects du geste acrobatique mais en

allant plus loin, il sera possible d'aborder l'acroport par l'utilisation des postures qui faciliteront l'élaboration des pyramides statiques et dynamiques.

Nous vous renvoyons aux trois articles figurant dans la revue hyper n°179, 180, 181 concernant la posture dans le mouvement, qui analysent l'aspect énergétique du geste, en observant les équilibres précaires pour se centrer sur le respect du maintien de la verticalité des segments ou du buste selon les cas.

Mais surtout en respectant les différents aspects qui conditionnent les prises de risque et la gestion de l'économie d'énergie à fournir voir à ce propos les articles intitulés : « De l'ACROBATIE » dans la revue hyper , n°219, 226, 228, 230, 231. Ed AEEPS.

QuickTime™ et un décompresseur  
Photo - JPEG sont requis pour visualiser  
cette image.

## 5 De la danse vers l'acroport.

Si l'on accepte que l'acroport est en quelque sorte une danse acrobatique à l'instar de la fameuse troupe : « TRISHA BROWN COMPANY », les principes chorégraphiques vont être mis en jeu, et l'activité va prendre une toute nouvelle dimension qui versera dans le mode expressif, émotionnel et ressenti. Dans ce cas, l'acrobatie ne tombe plus dans la « recette » c'est-à-dire la forme mais dans le « goût » c'est-à-dire la force de l'expression.

Par la danse, nous induirons l'approche de l'écoute musicale, la prise de conscience des rythmes appliqués réellement à la prestation acroport. Ce sera l'occasion de sensibiliser l'enfant aux domaines artistiques et d'aller en plus vers l'eutonie gestuelle, source probable de l'adresse, du geste juste.

À un niveau plus élevé, le rock acrobatique est une illustration possible de l'acroport dansé en duo sur une musique rock.

La danse peut être au service de l'acroport, la réciproque étant tout aussi vraie.

## 6 De l'haltérophilie vers l'acroport.

Le porter de l'haltère va se transformer en porter de l'individu, ce qui change considérablement l'acte de responsabilité. Les principes techniques vont être permanents et mis au profit de la santé afin de respecter les placements du dos, du bassin et des segments porteurs. C'est une façon originale d'amener l'haltérophile vers les porters en acroport. Ce sera l'occasion d'introduire les principes de sécurité et de prévention des traumatismes dus à l'hypo-tonicité fréquente chez nos jeunes. Nous travaillerons dialectiquement puissance et souplesse musculaire, belle façon de se muscler.

## 7 De l'utilisation de matériel vers l'acroport.

En fait, tout matériel susceptible de faciliter les apprentissages est bon à prendre et l'exemple surprenant d'une classe technique du Breuil vert montra que 3 élèves se sont dressés verticalement debout sur les épaules les uns sur les autres à l'aide de 2 cordes lisses distantes de 70 cm. Le matériel, dans ce cas a permis la réalisation d'une pyramide complexe.

L'acrogym avec notamment notre éminent confrère Belge Guylain Carlier avait déjà bien compris comment le matériel gymnique pouvait se rendre au service des compositions des pyramides.

Autre exemple par le plinth qui permet au voltigeur une surélévation qui permettra le placement du porteur. Les blocs mousses, grâce à leurs surfaces accueillantes, vont faciliter les prises de risque du voltigeur.

## 8 Du cirque vers l'acroport.

Les motivations du jeune pour le cirque acrobatique n'est plus à démontrer et d'autant plus qu'il aime prendre des risques. Profitons de cette opportunité pour aller du cirque vers l'acroport, mais reconnaissons que les porteurs sont depuis fort longtemps intégrés dans les pratiques circadiennes.

Les accros du cirque se dirigeront sans mal vers la pratique acroport scolaire.

L'exemple le plus simple est d'amener le jongleur à poursuivre son activité sur les épaules d'un camarade, il conserve ainsi son plaisir d'origine et il se perfectionne dans les fonctions de voltigeur.

## 9 De l'observation des comportements vers l'acroport.

Les mordus de l'audio visuel vont trouver leur compte en filmant leurs camarades acrobates et leur document va être utilisés à l'analyse du mouvement ce qui pourra engendrer par la suite le goût de pratiquer.

Le slogan serait : « DE L'AUDIOVISUEL À LA PRATIQUE ACROSPORT »

Et la sémiotique vient au service de l'analyse du geste, laquelle risque de susciter l'envie de pratiquer, de s'exercer.

Ainsi nous créons une dynamique permanente

MOYEN AUDIO VISUEL...ANALYSE...PRATIQUE EVOLUTIVE DE L'ACROSPORT  
C'est au pédagogue de mettre en œuvre la stratégie adéquate qui passionnera à l'évidence les élèves.

## 10 Du théâtre vers l'acrosport.

Les collègues enseignant l'EPS qui ont eu une formation de « théâtraux » vont mettre à profit leur talent pour créer un environnement, une scène formée par exemple de deux blocs de mousse redressés qui vont symboliser la porte d'accès à la prestation acrosport, il y aura un thème, de la parole et une symbolique de l'action, l'acrosport sera l'outil de l'expression théâtrale.

QuickTime™ et un décompresseur  
Photo - JPEG sont requis pour visualiser  
cette image.

## 11 De l'organisation des rôles vers l'acrosport.

Chaque élève sera investi d'un rôle bien précis, il sera confronté tour à tour à la fonction de

- Porteur
- Voltigeur
- Juge
- Aide
- Administrateur des fiches de contrôle
- Créateur d'un spectacle au sein d'un groupe organisateur.
- Public enthousiaste
- Vidéaste

## 12 Conclusion.

La richesse de l'activité acrosport ne semble plus nécessaire à démontrer, il suffit de constater, par cet article, les différentes façons de l'aborder. Il y a de quoi satisfaire les publics

scolaires les plus diversifiés. Ils entrent ainsi dans l'action par leur propre choix et leur motivation s'en verra renforcée.

Mais aussi, la sensibilité de chaque enseignant va pouvoir être prise en compte pour la plus grande joie des enfants qui vont pouvoir aborder l'acroport sous des aspects différents. C'est finalement le but de ces quelques mots.

Michel

Professeur EPS honoraire (UFRAPS, SUAPS)

Formateur en gymnastique sportive, acrosport et rock acrobatique.

Bibliographie.

- DELANNET, M - groupe de réflexion sur les activités acrobatiques AEEPS. De l'acrobatie. Revues hyper n°219 – 226 – 228 – 230 - 231. (2005)
- DELANNET, M - la posture dans le mouvement. Revue hyper n°179, 180, 181 .