

Circonscription d'Andolsheim

# L'ACROSPORT A l'école maternelle



*D'après un document CP EPS 68  
Catherine Metz, CPC EPS  
Karine Rudloff-Beyer, PEMF*


# Sommaire :

## Table des matières

1. Données générales .....	3
A. Repères de progressivité de l'activité .....	3
B. La sécurité .....	3
2. Quelques pistes pour travailler le langage, grâce aux séances .....	4
3. La séance d'acroport.....	5
A. Construire des équilibres seul .....	5
B. S'équilibrer en mouvement, parcours d'équilibre .....	6
C. Travail du gainage .....	7
D. Construire des statues par 2 .....	7
E. Construire des chaînes .....	9
F. Courte mise en scène... vers la finalisation .....	10
Annexe 1 : Les règles d'or en acroport .....	11
Annexe 2 : Propositions de figures pour l'école maternelle .....	14

# 1. Données générales

## A. Repères de progressivité de l'activité

<b>Objectif visé 3 : Communiquer avec les autres au travers d'actions à visée expressive ou artistique</b>	
<b>Acroport</b>	
<i>AGIR, S'EXPRIMER</i>	<i>S'EXPRIMER, COMPRENDRE</i>
 <ul style="list-style-type: none"><li>• Reproduire des figures simples à partir d'images</li><li>• Construire seul puis à 2 ou + des positions d'équilibre et les maintenir</li><li>• Maintenir solidement une posture pour permettre l'appui ou le porter</li><li>• S'appuyer en confiance sur un camarade ou donner son poids (porter simple) sans lui faire de mal, et garder la position deux secondes</li><li>• Mémoriser des figures à 2 ou + en appui ou porter simple et les reproduire</li><li>• Enchaîner déplacements et équilibres sur un parcours défini</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Oser s'engager dans l'activité. Connaître le vocabulaire lié à l'activité.</li><li>• Connaître les règles de sécurité, veiller à la sienne et à celle des autres.</li><li>• Apprendre à prendre des risques mesurés, à les évaluer.</li><li>• Rechercher l'exploit pour le montrer aux autres.</li></ul>

## B. La sécurité

On conviendra qu'en maternelle, la constitution des enfants ne permet pas de réaliser facilement de réels porters. Les figures réalisées se feront donc généralement avec au moins un appui au sol pour chaque élève. On peut envisager des porters simples avec les grands en fin d'unité d'apprentissage, avec 2 porteurs pour un porté, (le porté étant toujours le plus léger des 3) et des consignes de placement et d'aide à la sécurité (parade). Il est alors primordial de veiller :

- pour le porté : au gainage
- pour le porteur : aux zones d'appui du porté (voir fiche en fin de document)

Il est nécessaire de disposer de tapis afin de permettre tous les appuis au sol (à genoux, couché dos, ...)

Il est nécessaire d'éloigner les différents groupes les uns des autres afin qu'ils ne chutent jamais les uns sur les autres.

Comme pour les plus grands, les figures seront tenues un temps limité de l'ordre de 3 à 5 secondes. Il est intéressant de donner des signaux (« photo »).

*Les différentes règles de sécurité feront l'objet d'un affichage.*

## 2. Quelques pistes pour travailler le langage, grâce aux séances

### a. Avant la séance d'agir, s'exprimer, comprendre à travers l'activité physique : travail sur le vocabulaire :

Apprendre le vocabulaire du corps grâce à des petits jeux de mobilisations (faire des ronds avec...), de contacts (tapoter, frotter...)

Afficher une grande photo d'enfant de face et ajouter les noms des différentes parties du corps au fur et à mesure qu'on les apprend) : Tête – tronc – bras – jambes - dos – ventre – cou - coude – poignet - cheville – genou...

Apprendre le vocabulaire des positions grâce à un pantin (à genoux, à 4 pattes, assis, debout...)

Mettre en place des connecteurs spatiaux au fur et à mesure qu'ils deviennent nécessaires : jeux avec une mascotte par exemple, que l'on place puis que l'on décrit : « *elle est sur l'armoire, à côté du banc...* » ; on peut aussi montrer des photos de la mascotte positionnée à différents endroits de la classe, et décrire sa position. On peut aussi proposer des jeux où l'on se place, au signal : « *à côté de sa chaise* », « *sur le tapis* », « *sous la lampe* » ... Ou comme la photo montrée...

### b. Pendant la séance d'agir, s'exprimer, comprendre à travers l'activité physique : priorité au travail du corps : « agir, pour apprendre »

Les mots sont seulement au service du travail corporel, pour transmettre les consignes, préciser, guider, conduire...

### c. Après la séance d'agir, s'exprimer, comprendre à travers l'activité physique : retour sur l'action, mise en mots de ce qui a été réalisé :

- Dire ce qu'on a fait à partir des photos de postures et de figures.
- Jouer à faire deviner une posture, retrouver une posture à partir des dessins et photos utilisés lors de la pratique
- Décrire les postures individuelles, les duos : grâce au pantin, en les dessinant, ...
- Idem avec la pâte à modeler, des trombones tordus, ...
- « Albums échos » de Boisseau
- Créer des boîtes à mots :
- Les différentes parties du corps
- Les différentes positions du corps
- Les connecteurs spatiaux (dessus, dessous, à côté, ...)

### 3. La séance d'acrosport

#### A. Construire des équilibres seul

Objectif	Tâche	Variantes ou évolutions possibles
<b>Enchaîner déplacements et immobilité</b>	Courses en dispersion, arrêt au coup de tambourin : tenir immobile quelques secondes, « comme une statue »	Idem avec musique : A l'arrêt de la musique, s'arrêter et tenir immobile quelques secondes
<b>Variation des déplacements</b>	Idem mais des consignes sont données pour le déplacement (courir, ramper, sauter, glisser, marcher, faire des grands pas...)	consignes visuelles : en utilisant un cadran avec photos et flèche
<b>Variation des statues</b>	Idem 1, mais des consignes sont données pour les statues : sur 1, 2, 3 appuis, sur 2 pieds, sur un pied, une main au sol, les fesses au sol, ...	Statues libres : la plus originale possible, la plus jolie Un élève invente une statue, on doit tous faire comme lui. On change les modèles. Chaque statue est en hauteur (disposer différents mobiles dans la salle, mous et durs, horizontaux et obliques, droits et arrondis...) sur un socle.
<b>Enchaîner déplacements et immobilité lors d'un jeu</b>	Jeu 1 2 3 soleil, avec la consigne que l'enfant « perdant » retourne sur ses pas et continue à jouer	Avec des consignes pour la posture (avant de dire 1 2 3 on demande « sur un pied » ...)
<b>Adopter des postures précises</b>	Des dessins de postures sont posés au sol. Se promener, et au signal adopter la posture que je vois sur un dessin posé au sol, près de moi.  Le M montre une image de posture, on l'adopte tous  Un enfant propose une posture, on l'adopte tous	Progression possible pour travailler une posture : Pointer les écarts observés chez les enfants par rapport au modèle Refaire la posture alors que l'adulte la décrit Lui donner un nom en précisant ses caractéristiques (ex : table, panthère, avion, cigogne, ...)
<b>Adopter des postures précises</b>	Jeu 1 2 3 soleil avec des postures demandées (avant de dire 1 2 3 le M montre une fiche de posture, que les enfants doivent adopter avant qu'il se retourne)	Nommer la posture demandée (la table, la cigogne...)

## B. S'équilibrer en mouvement, parcours d'équilibre

Utiliser des parcours ou des ateliers d'équilibre pour préparer le travail de figures. (Pieds nus pour améliorer les sensations plantaires)

### a. Les variables :

Supports	Avec objet	Déplacements	Partenariats	Consignes
Bancs Chaises Briques Poutre Corde posée au sol Îlots mous ....	Foulard que l'on lance et rattrape Sac de sable que l'on tient devant soi Anneau sur la tête Anneau que l'on pose et enjambe... Cerceau dans lequel on passe ...	Marcher en avant, en arrière, de côté, en tournant Faire de petits pas, de grands pas Ramper sur le ventre, sur le dos Marcher accroupi(e) Sautiller S'asseoir se relever S'arrêter sur un pied ...	A 2, l'un sur le parcours, l'autre au sol (aide) A 2, se suivre A 2, se suivre en se tenant mains sur les épaules A 2, se suivre en se tenant par la main ...	Contraintes imposées : Faire comme le copain qui est sur le même support Inventer un parcours avec... Inventer un parcours sur un support, puis essayer de le reproduire sur un autre support ....

### b. Exemples d'ateliers :

#### - Atelier briques :

Par 2 d'abord, l'un dispose les briques, l'autre fait le parcours

Puis seul, poser soi-même son parcours en avançant ; on dispose de 3 briques, puis de 2 briques

#### - Atelier corde (une grosse corde posée au sol)

Par 2 l'un dispose la corde (et ou les objets), l'autre suit le chemin dessiné par la corde, et enjambe, ou ramasse les objets

- Atelier lattes et cerceaux verticaux : construire un parcours d'obstacles : passer dans un cerceau bas, sous un obstacle, sans rien toucher

### c. Les jeux vus précédemment peuvent être repris « perché » :

- Jeu 123 Soleil perché (supports dispersés dans la salle)

- Jeu 123 Soleil perché, mais sans déplacement :

*le meneur de jeu annonce de dos ce qu'il demande comme posture, laisse passer quelques secondes, et quand il se retourne chacun doit être immobile et placé en posture comme demandé sur un des supports dispersés dans la salle. Changer obligatoirement de support entre 2 annonces*

## C. Travail du gainage

Objectif	Tâche	Variantes ou évolutions possibles
Tenir solidement en équilibre : être en bois	Par 2, prendre une posture que l'autre essaye de bouger (pousse, appuie, secoue un peu)	Posture imposée Posture libre Le copain passe dessous, dessus... « Comme un chat »
Tenir solidement une posture pendant une certaine durée  Faire « comme un chat » pour ne jamais faire mal Oser aller au contact de l'autre	Par 4, 3 enfants se placent à 4 pattes (« tables ») sur un chemin de tapis, le 4 <sup>e</sup> passe par dessous les 3 autres...sans que les « tables » ne bougent Arrivé au bout, l'enfant se place à son tour... (comme saute-mouton)	Posture imposée ou non : Varier les positions de quadrupédie (2 pieds 2 mains, ventre vers le haut...) Modalité de passage imposée ou non (dessus, dessous..., alternées...) Disposition des « statues » du parcours (+/- éloignées, +/- nombreuses, +/- alignées...)

## D. Construire des statues par 2

**Important :** *Mettre en place « les règles d'or » pour assurer la sécurité des enfants.  
« ne pas faire mal, s'appuyer délicatement, comme un chat »*

Objectif	Tâche	Consignes / remarques
Construire des statues à 2	Se déplacer par 2 en se donnant la main, et, au signal, construire des statues à 2, qui se touchent par une partie du corps annoncée par l'enseignant : 1 pied, les fesses, le dos, 1 joue, 1 genou, 1 épaule ...	Ne jamais se faire mal Si l'un a mal, il dit « stop » et on se sépare Tenir la pose le temps de prendre une photo Aller doucement, pour « tenir » ensuite
	<u>Variante</u> : les parties du corps différent : (donner aux enfants des attributs de 2 couleurs différentes) <i>exemple</i> : contact entre le pied du bleu et le dos du rouge	
	<u>Variante</u> : les statues sont demandées en fonction d'images à produire : un pont, un avion, un cheval, un V, une chaise...	
Construire des ensembles « socle et statue » par 2	L'un a une posture imposée par l'enseignant (4 pattes, couché dos jambes levées, debout bras en croix, ...), l'autre se place, comme il veut, en contact...	Il est important alors de faire émerger les règles qui permettent de tenir : Le porteur doit être solide (tonique), stable (large polygone de sustentation). Il dit quand il est prêt. Le « porté » attend que le porteur soit prêt. Il s'appuie progressivement, puis est gainé lui aussi pour tenir ; il quitte sa posture aussi doucement qu'il l'a prise.
	Idem mais les contacts sont imposés (ex avec un porteur à 4 pattes : cuisses-dos, fesses-fesses...)	

	<p>L'enseignant montre le dessin ou photo d'un duo connu, il faut le reproduire. Ensuite on peut le faire évoluer : le même dessin en changeant la position du porteur ou du porté, d'un bras, d'une jambe, ...</p>	<p>- Il faut toujours veiller à <u>ne pas faire mal</u> : ne pas serrer trop fort, ne pas s'appuyer n'importe où sur le corps de l'autre. Mettre un code en place : le porteur dit « stop » s'il a mal</p> <p><b>-Afficher les règles d'or</b></p> <p><b>-Tenir le temps de prendre une photo</b></p>
<p>Mise en scène en musique : travail en duo sur un tapis</p>	<p>Les élèves ont chacun un foulard, bleu ou rouge. Quand la musique démarre, les rouges s'installent en « socle » (porteur, stable et solide : ex : 4 pattes). Quand elle s'arrête, les bleus doivent s'appuyer sur leur socle pour faire une belle statue en gardant un contact au sol. Tenir 5 secondes, et défaire doucement la figure. Quand la musique reprend, on repart en déplacement, puis c'est le bleu qui est socle. On peut retenir les plus belles figures, et les montrer au groupe : tous essaient de les reprendre. (On peut prendre des photos ou des dessins, qu'on affichera et qui feront un registre de ressources possibles pour construire un petit enchaînement)</p>	



## E. Construire des chaînes

Objectif	Tâche	Consignes / remarques
Construire une « chaîne de statues »	Par 6 : 3 porteurs s'installent en ligne (marque au sol), à petite distance les uns des autres, sur plusieurs tapis alignés, dans des positions au choix, solides et stables. Les 3 autres élèves s'intercalent l'un après l'autre, en appui ou contact avec les porteurs	Garder au moins un appui au sol S'appuyer sur au moins un porteur Adopter une posture qui peut être tenue assez longtemps (le 1 <sup>er</sup> surtout)
	<u>Variante :</u> Par 6 (numérotés), se placer successivement sur le chemin de tapis, en chaîne	Se placer en contact ou appui avec celui qui précède et continuer la chaîne
	<u>Variante :</u> chaîne avec des contraintes : <ul style="list-style-type: none"> <li>• Alternier haut /bas</li> <li>• Contact jamais avec les mains</li> <li>• Contacts uniquement avec la tête (pour celui qui arrive), sur toute partie du corps de celui qui est déjà placé</li> <li>• Certains ont une posture imposée</li> <li>• ...</li> </ul>	

## F. Courte mise en scène... vers la finalisation

### a. « En dispersion » :

Disposer des tapis dans la salle. Les enfants sont associés par 2, l'un debout, et l'autre sur un tapis. Le M montre le dessin d'une posture. L'enfant sur le tapis prend cette posture, par exemple 4 pattes. Quand la musique commence, son camarade se promène ou sautille parmi les statues. Quand la musique s'arrête, celui-ci rejoint son copain, et se place en contact avec lui pour faire une statue à 2 (un contact précis peut être demandée). Tenir... « Photo » ...

Puis la statue à 2 est défaire lentement, celui qui était statue part en déplacement quand la musique reprend, et les rôles s'inversent.

**Variantes :** les duos ne sont pas prévus d'avance, les enfants s'associent à celui qui est proche d'eux quand la musique s'arrête.

### b. « Enchaînement » :

Les enfants sont spectateurs pour moitié, et gymnastes pour moitié.

Un parcours circulaire est installé, avec une petite scène (un tapis) devant les spectateurs, assis de côté.

Petits : les gymnastes, se tenant la main par 2, sont rangés en file indienne au fond de la salle, et arrivent, en musique, les uns après les autres au tapis, où ils réalisent « la plus belle statue à 2 qu'ils aient faite » (ou le duo montré par l'enseignant) pour être applaudis... et repartir ensuite au fond de la salle, alors que le duo suivant s'avance, etc.

Pour des grands on prévoira 3 duos différents sur 3 tapis espacés, en ligne. On demandera aux enfants des déplacements différents entre 2 duos.

Les spectateurs peuvent dire s'il y avait immobilité (on peut prendre la photo) lors des duos. On inverse ensuite les rôles spectateurs/gymnastes.

## Sources

- *Programmes d'enseignement de l'école maternelle*, arrêté du 18-2-2015 - J.O. du 12-3-2015 - BOEN spécial n°2 du 26 mars 2015
- *Repères d'apprentissages*, équipe départementale EPS 68
- *L'acrosport en maternelle*, équipe départementale EPS 68
- *L'acrosport à l'école primaire*, équipe départementale EPS 68

## Annexe 1

# Les règles d'or en acrosport

## Les règles d'or en acrosport :

- J'enlève tous mes bijoux



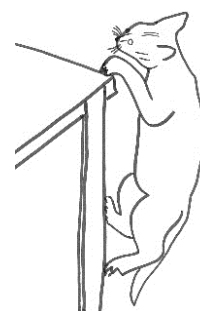
- Je suis pieds nus ou en chaussettes



- Je ne fais pas mal à mes partenaires



- Je grimpe « comme un chat ».



- Je contrôle ma descente.  
Je descends « comme un chat ».

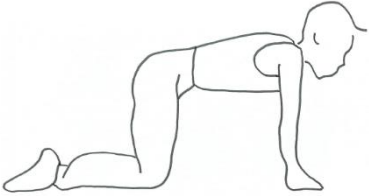


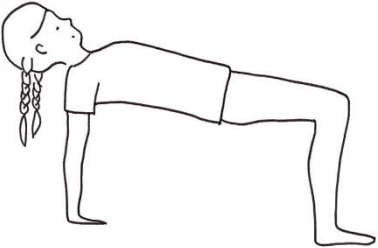




- Je ne porte pas trop longtemps : 3 à 5 secondes maximum.



- J'avertis mon partenaire lorsque j'ai mal pour démonter la figure tout de suite.

- Pour certaines figures, j'attends l'aide d'un camarade pour les monter.

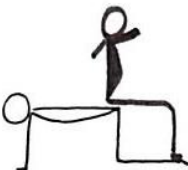









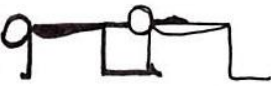



- Lorsque le porteur est en appui sur les mains ou les genoux, je ne m'appuie que sur « les pieds de la table » :

Posture du porteur	INTERDIT	ADAPTE
		
		
		

## Annexe 2

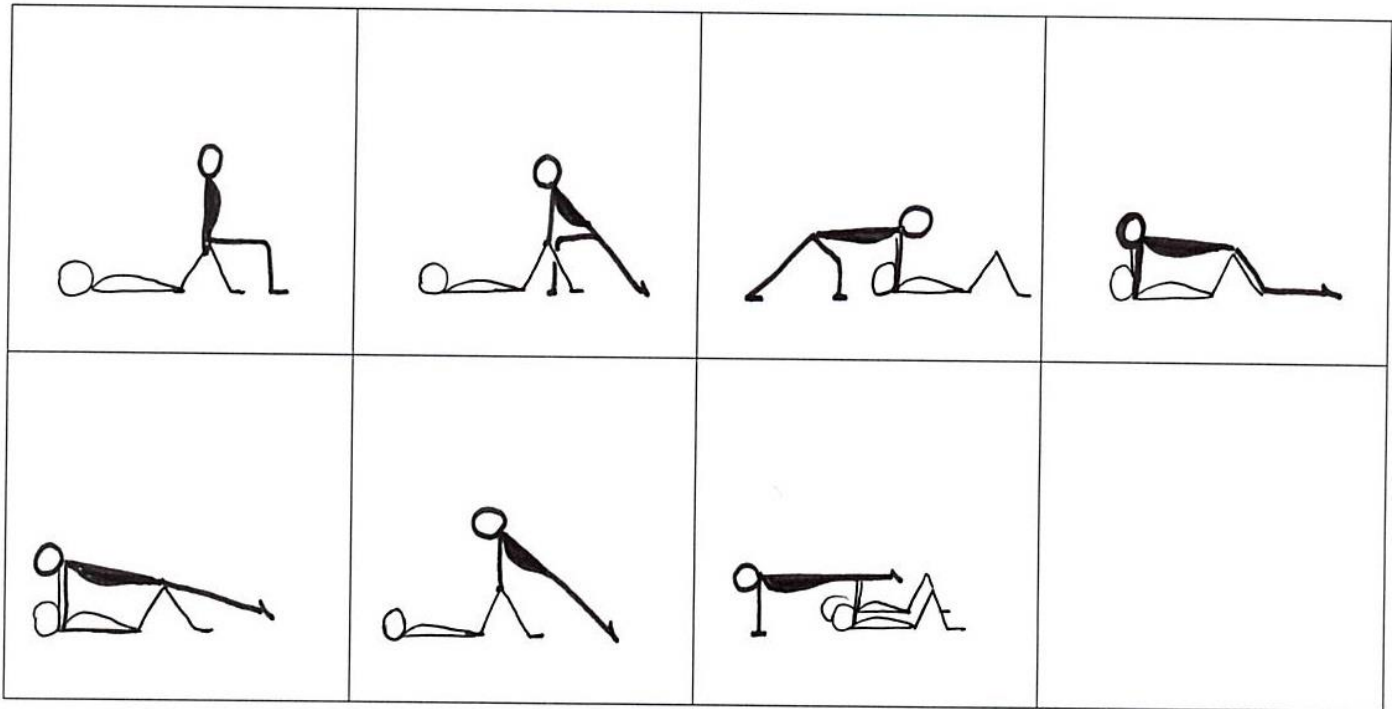
# **Propositions de figures pour l'école maternelle**

Avec porteur 4 pattes :

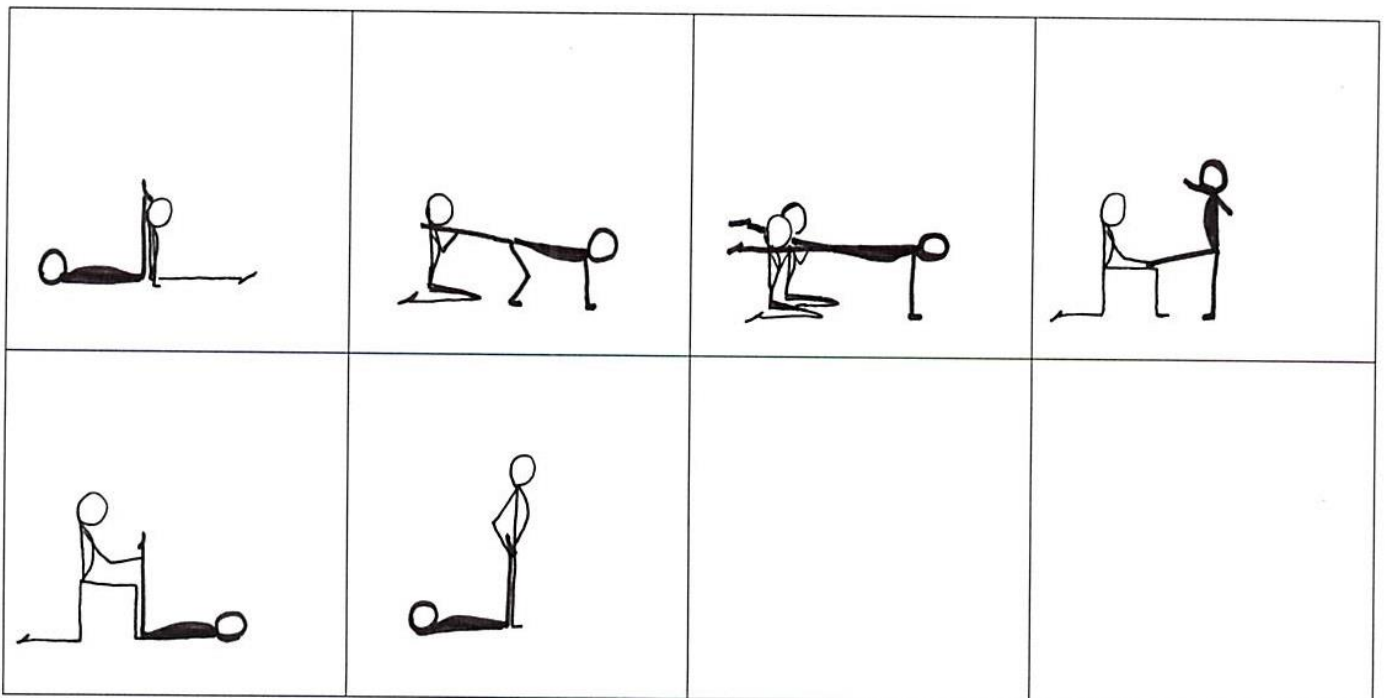
			
			
			
			

Les cases vides peuvent être complétées par des photos de figures inventées par les élèves.

Avec porteur(s) couché(s) sur le dos :



Avec porteur(s) à genoux, assis ou debout(s) :



Les cases vides peuvent être complétées par des photos de figures inventées par les élèves.