

SAVOIR-FAIRE TECHNIQUES - ACROBATIES

« LE SINGE ET LA LIBELLULE »

Initiations aux acrobaties collectives

Maîtrise des pré requis gymniques, rotation avant, gainage, fixation des ceintures, souplesse, concentration et sérieux

Compétences visées

Présenter des figures singulières, originales et spectaculaires pour étonner le public.

Construire à plusieurs des équilibres dynamiques.

Investir et enchaîner des formes acrobatiques inattendues, cocasses pour surprendre et retenir l'attention des spectateurs.

Dispositif

Une large surface de tapis dégagée pour chaque duo d'élèves.

But

Composer à 2 des figures surprenantes par conjugaison des forces et poids de chacun.

Opérations à réaliser

Le singe :

Le porteur et le voltigeur sont face à face, distants d'environ 3 pas. Le voltigeur prend son élan, pose ses mains aux épaules du porteur et saute pour venir serrer la taille du porteur qui le soutient sous le bassin.

Le voltigeur, maintenu derrière le dos, bascule en arrière, passe entre les jambes du porteur et pose ses mains sur les tendons d'Achille du porteur.

Le porteur se met à 4 pattes et les 2 élèves se déplacent tête bêche.

La libellule

Le voltigeur A réalise un ATR face à B le porteur qui contrôle et maintient la verticale.

Tout en maintenant A en position d'ATR, B le contourne pour venir se placer de dos contre son ventre. A écarte les jambes et vient les placer de chaque côté de la taille de B en le serrant vigoureusement.

B pose ses 2 mains sur les 2 talons de A et se penche vers l'avant en appuyant vigoureusement à l'arrière des pieds de B pour lui permettre de relever le buste derrière lui.

A et B se déplacent, tournent sur eux-mêmes...

Comportements observés

Difficulté à visualiser le mouvement collectif : placement initial erroné : B n'est pas du bon côté de A ou B reste face à A

Perte de repères des 2 élèves

Manque de gainage, le voltigeur ne serre pas suffisamment le porteur à la taille ce qui entraîne la chute de ses pieds.

Rires et manque de concentration

Le porteur ne se penche pas vers l'avant et peine à faire décoller les mains de son voltigeur.

Le porteur saisit les cuisses ou les genoux du voltigeur et ne parvient pas à créer des équilibres.

La fin des figures correspond le plus souvent à une chute !

Critères de réussite

Le singe : la figure reste stable et indestructible malgré le déplacement.

La libellule : la figure est maintenue sans difficulté par le jeu des contrepoids, la libellule peut se déplacer, tourner, virevolter sans problèmes.

Simplifications

Pour le libellule : partir d'une brouette simple pour le voltigeur : de la position brouette tenue aux genoux, le porteur place le bassin du voltigeur à la verticale de ses mains, dos droit.

Le porteur effectue alors un 1/2 tour entre les jambes de la brouette pour se retrouver de dos. Il positionne parfaitement les cuisses du voltigeur au dessus de sa taille, bien serrées, jambes tendues écartées et va prendre appui sur les 2 talons du voltigeur en se baissant vers l'avant pour le faire décoller derrière lui.

Savoir-Faire Acrobaties Situation 5



Complexifications

• Prise de risque/Remise en cause de l'équilibre

Explorer l'ensemble des figures où le voltigeur vient enserrer la taille, -les épaules et le cou- du porteur de face ou de dos, visage vers le sol ou vers le plafond....

• Communication

Le Cygne : (variante à 3 de la libellule)

A 3 : Un voltigeur A est assis aux épaules du porteur B dans un premier temps pieds verrouillés derrière le dos du porteur. Le second voltigeur C en quadrupédie faciale devant le porteur vient lui serrer la taille entre ses cuisses et se relève progressivement à l'horizontale avec son aide. Le voltigeur A déverrouille ses pieds du dos du porteur pour venir les glisser sous les aisselles du voltigeur C et par contraction des quadriceps maintenir ce dernier à l'horizontale haute.

• Originalité

le voltigeur récupère des objets de jonglage et réalise des figures dans le dos de son porteur

2 libellules (4 élèves) peuvent même échanger leurs objets.

Sécurité

Attention dans la figure du singe : le passage à l'envers entre les jambes du porteur pour venir prendre appui sur ses talons exige une certaine souplesse : veiller à ce que les élèves soient suffisamment échauffés et concentrés à cet instant de la figure, demander au porteur de venir assez tôt en quadrupédie pour faciliter ce passage.