Figure collective imposee

Acrosport • Lycée Terminale • CA3

Objectif

Reussir une figure collective complexe

But

Tenir 5 s en position stable

Thème

Construire une prestation collective ambitieuse et expressive avec contraintes imposees

Organisation et rôles

6 acteurs avec repartition precise des roles. Rotation entre porteur et voltigeur apres 3 essais — 6 élèves, dont 6 en action et 0 observateurs.

Sécurité

Zone 8×8 m, tapis epais, pareurs actifs obligatoires

Consigne

Groupe de 6. Realiser une pyramide imposee (3 porteurs, 2 intermediaires, 1 voltigeur). La figure doit etre tenue 5 s. +1 si aucune oscillation visible.

Critères de réalisation

- Placement stable des porteurs
- Gainage des intermediaires
- Voltigeur equilibre

Critère de réussite

Figure tenue 5 s sans desequilibre

Matériel

Tapis epais 8×8 m, plots de reperage

Variables de différenciation

- Nb porteurs 2–4
- Duree tenue 4–6 s
- Rotation roles toutes les 3 tentatives