

Capacités, connaissances et attitudes à construire :

<p>Dimensions propres à la CP3, et communes aux activités des deux groupements qui l'opérationnalise.</p>	<p>Déclinaison de ces dimensions dans le cadre de la compétence attendue de niveau 3 en Acrosport.</p>
<p>La dimension de composition</p>	<p><u>Construction de la prestation</u> <u>Capacités :</u> Optimiser le choix des figures (statiques et dynamiques) en fonction du potentiel de chacun. Créer des liaisons variées qui remplissent la double intention acrobatique et esthétique au service d'une continuité de l'enchaînement. Coordonner les actions motrices (porteur/voltigeur, déplacements). Faire des choix en fonction des exigences de la composition pour permettre une réalisation sans rupture. <u>Connaissances :</u> pour l'élève de son potentiel et de l'adéquation possible avec le potentiel de ses camarades pour le choix des éléments et des figures, Des règles de la chorégraphie gymnique : début et fin identifiables, logique de continuité. <u>Attitudes :</u> S'impliquer dans tous les rôles Écouter et prendre en compte l'avis de ses partenaires et des observateurs, faire preuve de concision</p>
<p>La dimension de réalisation</p>	<p><u>Exécution</u> <u>Capacités :</u> Exécuter des figures à son niveau. Construire l'équilibre et le maintien d'une posture solide et tonique : gainage, bras et jambes tendus, alignement segmentaire, appuis sur les épaules, le bassin..., Augmenter les surfaces d'appui, l'efficacité des prises, charges soulevées avec les cuisses, dos plat. Mobiliser la compensation des masses. <u>Connaissances :</u> La terminologie descriptive des figures. Les principes de sécurité active, un code de communication verbale, certains principes biomécaniques simples <u>Attitudes :</u> Se donner les moyens physiques de porter et/ou de voltiger . Accepter la répétition pour stabiliser la prestation Se concentrer et se préparer au passage devant un public Accepter d'être vu et jugé au service du groupe.</p>
<p>La dimension d'observation</p>	<p><u>Efficacité dans le rôle de juge et spectateur</u> <u>Capacités :</u> Observer et reporter ses observations sur un support papier <u>Connaissances :</u> La terminologie descriptive des figures <u>Attitudes :</u> Se responsabiliser pour proposer un jugement impartial Préserver ses camarades physiquement et psychologiquement</p>