

# Acrobatie avec partenaire – Leçon 1: Toi et moi, nous ensemble

Pendant cette leçon, les élèves testent différents jeux de mouvement avec contacts physiques. Les exercices qui sollicitent la tenue du corps constituent également un pan important de l'enseignement.

## Conditions cadres

- Durée de la leçon: 45 minutes
- Degré scolaire: 6H-8H
- Niveau de progression: débutants
- Niveau d'apprentissage: acquérir



## Objectifs d'apprentissage

- Se saisir, se toucher et évoluer ensemble avec égards
- Différencier les tensions corporelles

[Leçon 1: Toi et moi, nous ensemble](#) (pdf)

[Photos: Premières acrobaties à deux](#) (pdf)

---

Source: Corinne Spichtig, chargée d'enseignement pour le mouvement et le sport à la HEP Berne



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO