

# Acrobatie avec partenaire: Spécificités des degrés scolaires

L'acrobatie avec partenaire se prête parfaitement au développement de certains aspects sociaux, psychiques et physiques. Bien que cette discipline ne soit pas liée à un âge précis, il convient malgré tout de tenir compte des particularités propres aux différents degrés.

## 1<sup>re</sup> à 5<sup>e</sup> années HarmoS

Pour les enfants de ces années scolaires, la conduite précise des mouvements est souvent encore difficile. Ils éprouvent des difficultés à sentir leur propre corps et à percevoir les mouvements de manière différenciée: Que signifie tension et relâchement? Est-ce que je me tiens vraiment droit? Mes bras sont-ils tendus?



Les enfants portent peu ou pas d'attention à leur partenaire. Lorsqu'ils jouent librement, ils sont d'abord préoccupés par leur propre personne. Même bouger au sein d'un groupe est pour eux une chose inhabituelle. Les enfants doivent commencer par apprendre à courir sans entrer en collision avec leurs camarades.

A cet âge-là, le corps et l'esprit sont en pleine phase de croissance. Si le corps est rapidement surmené, il présente en revanche une grande curiosité et disposition à relever de nombreux défis sur le plan de la coordination (création d'un réseau de neurones).

Sur la base de ces éléments, les exercices proposés pour l'école enfantine et le degré primaire tiennent compte des aspects suivants: les enfants doivent se familiariser au contact des autres sans éprouver de gêne, mais en ayant des égards envers leurs camarades; ils doivent pouvoir effectuer un exercice ensemble, ressentir la tension et le relâchement des différentes parties de leur corps, et percevoir leur corps (voir tableau «Spécificités des degrés scolaires»).

## 6<sup>e</sup> à 11<sup>e</sup> années HarmoS

Les élèves des trois dernières années du degré primaire (6 à 8 années) et ceux du degré secondaire I peuvent être encore régulièrement sollicités lorsqu'ils sont amenés à s'engager avec un camarade ou à collaborer avec lui. Faire confiance à un partenaire prend du temps pour pouvoir se développer. Il faut d'abord apprendre à se connaître soi-même. Au début, les élèves doutent de la réussite de l'exercice. Ils l'interrompent prématurément ou trichent en s'appuyant sur les mains pour garder le contrôle.

ee

Avoir confiance en son partenaire ne suffit pas; il faut également avoir confiance en soi. Des expériences positives et un jugement réaliste porté sur soi-même contribuent à la renforcer. En avançant en âge, les élèves savent émettre des réflexions de plus en plus détaillées sur leur propre personne et s'exprimer de façon plus différenciée, d'où l'augmentation de leur capacité à travailler de manière plus ciblée. Ils peuvent ainsi assumer davantage de responsabilités et gagner en indépendance.

## 6<sup>e</sup> à 8<sup>e</sup> années HarmoS

Lors des dernières années de l'école primaire, les enfants débordent d'enthousiasme pour les figures acrobatiques et les défis à relever sur le plan de la coordination. Ils acquièrent un corps plus robuste et résistant. A l'âge où interviennent les changements liés à la puberté, il faudra toutefois compter avec une moins bonne collaboration lors des éléments acrobatiques. Les jeunes peuvent vouloir éviter les contacts physiques ou développer un sentiment de gêne par rapport à la proximité corporelle. L'enseignant doit alors faire preuve de vigilance et de sensibilité.

Durant cette phase, l'acrobatie avec partenaire peut permettre d'aborder les problématiques correspondantes et y réfléchir activement. Prenons l'exemple des contacts: Qu'est-ce que le respect d'autrui? Quelle est la différence entre des gestes destinés à aider ou à assurer le partenaire et des gestes à connotation sexuelle?

Les enfants de 6 à 8 années doivent avant tout apprendre à faire confiance à l'autre, à porter un jugement réaliste sur eux-mêmes et à travailler conjointement avec les autres de manière ciblée et créative. Ils doivent aussi pouvoir assouvir leur énorme besoin d'aller jusqu'au bout de leurs expériences motrices collectives. Dans les exercices, l'accent est mis sur la confiance en son partenaire (aider et assurer la sécurité), la confiance en soi (oser relever une tâche) et l'estime de soi (réfléchir sur soi et intégrer les feed-back des autres)(voir tableau « »).

### <sup>ee</sup> Spécificités des degrés scolaires

## 9<sup>e</sup> à 11<sup>e</sup> années HarmoS

Au degré secondaire I, les enfants doivent avant tout apprendre à gérer les changements qui interviennent au niveau de leur propre corps et celui des autres, et à les accepter. Cela signifie aussi qu'ils doivent s'approprier une perception du corps différenciée et une façon de travailler de plus en plus autonome et constructive au sein du groupe.

Dans les exercices, l'accent est mis sur la perception du corps, un comportement moteur sain, le respect d'autrui dans les contacts physiques, la communication, la coopération, la créativité, l'autonomie au sein du groupe et la qualité de différenciation (voir tableau « Spécificités des degrés scolaires »).

### **Progression idéale selon le degré**

Le tableau ci-après présente un aperçu des objectifs d'apprentissage propres à l'acrobatie avec partenaire et leur pertinence aux différents degrés scolaires. En revanche, il n'indique en aucun cas les compétences que les enfants doivent avoir acquises au terme desdits degrés.

[Spécificités des degrés](#) (pdf)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Office fédéral du sport OFSPO**