

Acrobatie avec partenaire – Leçon 4: Figures acrobatiques à deux

L'aspect sécuritaire est au centre de cette première leçon menant à la réalisation de figures acrobatiques élémentaires. Les élèves doivent être à l'écoute des autres.

Conditions cadres

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



Objectifs d'apprentissage

- Effectuer un exercice ensemble / résoudre des tâches motrices
- Réguler la force et maintenir l'équilibre malgré les conditions changeantes
- Partager son propre ressenti avec les autres

[Leçon 4: Figures acrobatiques à deux \(pdf\)](#)

[Photos: Exemples de figures acrobatiques 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