

ANNEXE : Au service de la composition

Quelques compléments sur les éléments de liaison artistique (afin d'enrichir les prestations acrobatiques)

L'ECOUTE : une compétence à faire acquérir

- La notion d'écoute est sous-jacente à celles d'espace, de temps et de qualités de corps

Espace : haut bas (les niveaux), directions, trajets, orientations...

Temps : vitesse

Qualités de corps (corps fluide, corps dur,...) liées à la tension musculaire

Marche ensemble (ne pas tourner en rond, faire un chemin concret ou imaginaire, changer de direction à un signal...

S'arrêter ensemble (voix, frappe, musique, à l'écoute : donner un signe pour la personne responsable de l'arrêt, sans signal...) Varier les durées de marches entre les arrêts.

A l'arrêt chute ensemble, donner un critère à l'arrêt lent, vite, dégoulinant, se brise en petits morceaux successifs (notion de saccadé)...

- Le travail des rencontres est sous-jacent aux notions de contacts et d'appuis, de poids et de contrepoids.

Démystifier la notion de contact par le jeu. (*Attention à ne pas imposer obligatoirement de façon autoritaire, induire*)

En ligne face à face :

Se croiser et soutenir le regard, Je le garde jusqu'au croisement, après le croisement, regard et le corps « continue » avec le regard... (marche arrière, tour,...), Quand les élèves arrivent face à face arrêt et contact (mains en 1^{er} et corps)

Idem avec une pression, idem avec un poids - contrepoids.

- Investir l'espace de l'autre

Par 2, l'un derrière l'autre, regard dans la même direction dans un espace rétréci type petit couloir. Se rendre au bout du couloir. Franchir, passer dessus, dessous, porter, aider... Rester dans la position après le franchissement ou déterminer une obligation de postures différentes avant de passer l'autre.

Attention : être à l'écoute de son partenaire c'est aussi mettre en œuvre les règles de sécurité abordées lors du travail en acrosport.

- Entrer dans une phrase chorégraphique

Un déplacement, un tour, une descente au sol, un saut,

Phrase libre ou imposée.

Illustration : Pour enrichir le vocabulaire et donner des idées pour ceux qui ont des difficultés à rentrer dans ce propos.

Type de phrase : marche avec la main droite qui part loin derrière et dessine un grand cercle, finir le bras à l'horizontal bras droit devant, le bras gauche enveloppe le corps ce qui entraîne un tour, la tête regarde les genoux et les pieds petit déséquilibre vers l'avant et pose des mains, aller s'asseoir et revenir sur les genoux se relever un petit sursaut.

