DÉROULEMENT DU NUMÉRO

Chronologie	QUI ?	QUOI ?	OU?
Introduction Entrée en scène / thème			
1° Pyramide			
2° Liaison			
3° Pyramide			
4° Liaison			
5° Pyramide			
6° Liaison			
7° Pyramide			
Fin de la chorégraphie			

	Je me dessine dans un groupe d'acrobates :
: .	
SC	colaire :
:	

Je connais les règles d'or

		Règles d'or					
Dates :		Je ne	Je respecte	Je reste	J'aide au		
Dates.		fais pas	les zones	immobile	montage et		
		mal	d'appuis	3 secondes	démontage		
	oui						
	non						
	oui						
	non						
	oui						
	non						
	oui						
	non						
	oui						
	non						
	oui						
	non						
	oui						
	non						
	oui						
	non						
	oui						
	non						
	oui						
	non						

Autre règle élaborée par la classe :

Groupe Obser	vateur :			
Nom:	Nom :	Nom :	Nom :	
Groupe Obser	vé:			
Nom:	Nom :	Nom :	Nom :	

Observations		OUI			NON		
Observations	P1 P2 P3 P1 ats ? atts ? at	P2	Р3				
Les dos sont-ils plats ?							
Les porteurs utilisent-ils leurs jambes pour soulever ?							
Les appuis se situent-ils en dehors du milieu du dos ?							
La montée et la descente sont elles souples ?							
Y a-t-il une organisation au montage et au démontage ?							
Le pareur est-il bien placé par rapport au risque de chute ?							

Conseils pour améliorer la prestation : (début, déplacement, pyramide et fin).

Observations		OUI			NON		
Obscivations	entrée	pyr	final	entrée	pyr	final	
Les dos sont-ils plats ?							
Les porteurs utilisent-ils leurs jambes pour soulever ?							
Les appuis se situent-ils en dehors du milieu du dos ?							
La montée et la descente sont-elles souples ?							
Y a-t-il une organisation au montage et au démontage ?							
Le pareur est-il bien placé par rapport au risque de chute ?							

Conseils pour améliorer notre prestation

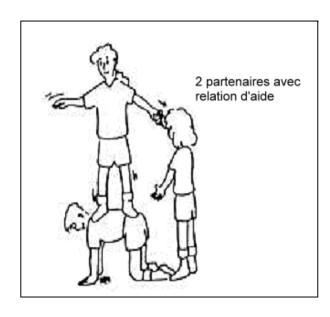
Séance 4

PORTEURS	OUI	NON
Dos placé, dos plat		
Bras tendus, verticaux ou horizontaux		
Tête alignée		
Jambes solides, qui ne tremblent pas		
Pouces des deux mains collés aux autres doigts		
Reste stable durant toute la durée de la pyramide		
Ne souffre pas durant toute la pyramide		

VOLTIGEURS	OUI	NON
Dos droit		
Bras tendus, verticaux ou horizontaux		
Tête redressée		
Jambes solides qui ne tremblent pas		
Se place doucement sur le porteur		
Reste stable, tenue 3 secondes, sans trembler.		
Descente maîtrisée, de la même façon que le montage		

PAREURS	OUI	NON
Aide au montage		
Aide au démontage		

Je place les mots sur le dessin : Voltigeur, porteur, pareur.



J'utilise les mots pour construire un texte.

parten	Voltigeur, porteur, naire, équilibre.	pareur, des ap	opuis, une statue, un so	ocle
• • • • • •				
• • • • • •				

Je connais la différence entre :

Montage / démontage Mobile / immobile