


Acrosport

Historique	<p>L'acrosport est une discipline mêlant acrobaties, portés et chorégraphie, réalisée en duo ou en groupe. Fondé sur la coopération et la confiance, il consiste à créer des figures dynamiques et équilibrées. Ses origines remontent aux acrobaties pratiquées dans l'Antiquité, mais l'acrosport moderne se développe surtout au XX^e siècle, passant du monde du cirque à une véritable pratique sportive encadrée.</p>
Logique interne	<p>Construire ensemble des figures stables et esthétiques en coordonnant les rôles, en maintenant l'équilibre et en assurant la sécurité de chacun</p>
Matériel	
Objectifs	<p>L'acrosport rentre dans le champ d'apprentissage "S'exprimer devant les autres par une prestation artistique et /ou Acrobatique".</p> <p>Maintenir et/ou faire évoluer une posture, réguler des équilibres et des déséquilibres, échanger, se socialiser, trouver sa place au sein d'un groupe et y jouer différents rôles, agir en sécurité pour soi et pour les autres.</p>
Les conduites à risques et blessures	<p>Figures trop difficiles, manque de communication, portés instables, mauvaise préparation ou échauffement insuffisant. Entorses, chutes et contusions, douleurs musculaires, blessures du dos, elongations.</p>