

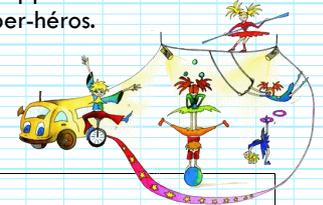
ÉTUDIER LES SUPER HÉROS EN

EDUCATION
PHYSIQUE ET
SPORTIVE

I. Les super-héros en Education Physique et Sportive

- Dans le respect du programme d'EPS du collège, les séquences de gymnastique rythmique et d'arts du cirque peuvent être l'occasion de développer un enchaînement ou un numéro autour du thème des super-héros.

- Gymnastique rythmique



Niveau 1	Présenter un enchaînement en duo, en organisant des manipulations d'engins en relation avec des déplacements corporels dans un espace défini. Maîtriser ses émotions et accepter le regard des autres. Observer et apprécier les prestations à partir de critères simples.
Niveau 2	Concevoir et présenter un enchaînement à visée artistique, en trio ou en quator, combinant des formes corporelles et des manipulations d'engins dans un espace organisé en relation avec une musique. Juger les prestations à partir d'un code construit en commun.

- Arts du cirque

Niveau 1	Composer et présenter dans un espace orienté un numéro collectif organisé autour d'un thème incorporant à un jeu d'acteur des éléments simples issus d'au moins deux des trois familles. Maîtriser ses émotions et accepter le regard des autres. Observer avec attention et apprécier avec respect les différentes prestations.
Niveau 2	Composer et présenter un numéro collectif s'inscrivant dans une démarche de création en choisissant des éléments dans les trois familles dont la mise en scène évoque un univers défini préalablement. Apprécier les prestations de façon argumentée, à partir de quelques indicateurs simples.

II. Préparation d'un spectacle « Super-héros » avec les élèves de l'option Arts du Cirque de l'établissement

- travail sur les costumes
- travail autour des pouvoirs et déplacements des super-héros
- association d'un ou plusieurs super-héros aux différentes familles de l'activité cirque (disciplines acrobatiques, aériennes, équilibre sur objet, jonglerie...)

- jonglerie : marteau de Thor (Mjöllnir), lanterne de Green Lantern
- jonglerie avec assiettes chinoises : Daredevil
- jonglerie – diabolo : Elektra Natchos (poignards chinois)
- porters statiques et dynamiques : pour représenter le vol de certains super-héros (Superman)
- équilibres et mouvements au sol (Spider-Man)
- équilibre sur boule : Catwoman (agilité)
- équilibre sur fil : Spider-Man et Catwoman
- numéro de tissu aérien : Batman
- monocycle : Joker
- équilibre : rouleau et planche : Bouffon vert
- trapèze volant avec costume à cape
- ...

