

## Faculté de médecine



### EDPH2241 Sports acrobatiques

[0h+30h exercices] 1.5 crédits

**Enseignant(s):** Dominique De Jaeger  
**Langue d'enseignement :** français  
**Niveau :** Deuxième cycle

#### Objectifs (en termes de compétences)

- Etre capable de coopérer avec un ou plusieurs partenaires pour créer et réaliser des figures acrobatiques statiques et dynamiques
- Etre capable d'utiliser différentes surfaces élastiques pour créer, entretenir, modifier et stopper la rotation du corps autour de ses différents axes en situation aérienne.

#### Objet de l'activité (principaux thèmes à aborder)

- Gymnastique acrobatique avec partenaires :  
Techniques de base, statiques et dynamiques  
Principes de placement et de sécurité
- Disciplines acrobatiques sur surfaces élastiques : grand trampoline, montages au minitrampoline, tumbling

#### Résumé : Contenu et Méthodes

Contenu :

- 15h de cours sont consacrées au travail de base au grand trampoline : apprentissage technique, principes didactiques et sécurité.
  - o échauffement spécifique
  - o pré-requis : stop et chandelle
  - o positions de base : assis, dos, ventre
  - o rotations avant et arrière au grand trampoline : principes de progression, technique d'exécution, expérimentation personnelle, observation et analyse technique.
- 15h de cours sont consacrées à la gymnastique acrobatique avec partenaires
  - o échauffements ludiques
  - o apprentissage des techniques de base par deux, statiques et dynamiques
  - o réalisation de pyramides en groupe
  - o préparation d'une mini-présentation en groupe, alliant placements statiques et mouvements.

#### Autres informations (Pré-requis, Evaluation, Support, ...)

Pré-requis : EP11, 12, 21.  
 Evaluation continue et de synthèse combinées.  
 Encadrement : titulaire et conseiller technique ou assistant spécialisés

#### Autres crédits de l'activité dans les programmes

**EDPH22** Deuxième licence en éducation physique (1.5 crédits)