

Un cycle de gymnastique

www.epsmaroc.ma

NIVEAU : 1^{ère} Année BAC



Projet prévisionnel

Module	Groupe D'APS	APS Support	Niveau Scolaire
Effort physique et performance sportive	Activités d'expression	Gymnastique	1 ^{ère} année Baccalauréat
Objectif Terminal d'intégration	<ul style="list-style-type: none"> L élève de la 1^{ère} année doit pouvoir confronter et analyser différentes situations motrices et améliorer ses réalisations et faire progresser son efficacité motrice et sa performance sportive. 		
Objectif Terminal du cycle	L'élève de 1 ^{ère} année doit pouvoir organiser présenter et réaliser un projet individuel ou collectif d'expression motrice sous forme d'enchaînement d'éléments gymniques devant le groupe classe, composé de : 2B+3C+2D		
Compétence (s) visée (s)	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Contrôle des différents rôles à partir de la pratique et de l'organisation dans le groupe. ❖ Etre capable d'évaluer et d'estimer l'effort fournis. 		

Acquisitions visées	Connaissances procédurales	Savoir-faire et leur exploitation dans une prestation enchaînée	Connaissances conceptuelles	Maîtriser la technique de difficulté A	Connaissance Comportementales	Parade, aide, responsabilité
Séances	Objectifs ou but des séances			Objectifs des séquences	Modalités d'évaluation	
01	Evaluation diagnostique à l'aide d'une fiche préétablie (détecter le niveau des élèves).			Travail des éléments des difficultés : A, B, C, D, E... dans des ateliers	1- Note des connaissances procédurales : 13/20 : + 7/20 pour la difficulté. + 2/20 pour la composition. + 4/20 pour l'exécution. 2- Connaissances conceptuelles : 3/3 3-Assiduité et comportements : 4/20	
02	Travailler les éléments gymniques de liaison et à dominance difficulté B et C					
03	Travailler les éléments gymniques à dominance difficulté C et D sous la protection de l'aide et la parade.					
04	Travailler les éléments gymniques à dominance difficulté C et D, sous la protection de l'aide et la parade.					
05	Etablir un mini-enchaînement gymnique composé de 1B+2C en prenant en compte la liaison entre les éléments.					
06	Etablir un mini-enchaînement gymnique composé de 1C+ 2D en prenant en compte la liaison entre les éléments.					
07	Etablir un mini-enchaînement gymnique composé de 2C+ 2D en prenant en compte la liaison entre les éléments.					
08	Etablir un mini-enchaînement gymnique composé de 2B+ 1C + 1D en prenant en compte la liaison entre les éléments.					
09	Pré évaluation					
10	Evaluation sommative à l'aide d'une fiche préétablies (détecter le niveau de progrès des élèves, vérifier l'efficacité du projet prévisionnel).					

Situation de référence : Etablir une continuité entre plusieurs éléments gymniques de difficulté B, C, D, de choix précis, en prenant compte l'esthétique et la chorégraphie..

FICHE DE SEANCE

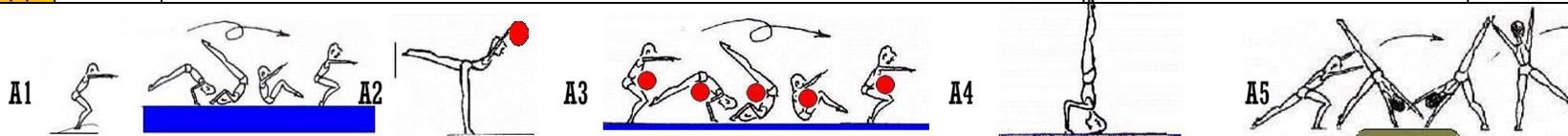
Objectif de la séance	Détecter le niveau de pratique des élèves en gymnastique			
Module	Groupe D'APS	APS Support	Niveau Scolaire	Leçon N°
Effort physique et performance sportive	Activités d'expression	Gymnastique	1 ^{ère} année Baccalauréat	1
Objectif Terminal d'intégration	<ul style="list-style-type: none"> • L'élève de la 1^{ère} année doit pouvoir confronter et analyser différentes situations motrices et améliorer ses réalisations et faire progresser son efficacité motrice et sa performance sportive. 			
Objectif Terminal du cycle	L'élève de 1 ^{ère} année doit pouvoir organiser présenter et réaliser un projet individuel ou collectif d'expression motrice sous forme d'enchaînement d'éléments gymniques devant le groupe classe, composé de : 2B+3C+2D			
Compétence (s) visée (s)	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Contrôle des différents rôles à partir de la pratique et de l'organisation dans le groupe. ❖ Etre capable d'évaluer et d'estimer l'effort fournis. 			

<i>Parties</i>	<i>Durée</i>	Moyens		<i>But</i>	Indicateurs d'évaluation
		<i>Description de la situation</i>			
Initiale	10 à 15 min	-Vérification des absences. - Échauffement et éveil psychique et physiologique. - Expliquer le déroulement du test d'observation.		- Éviter les accidents ostéoarticulaires et musculaires.	-Bonne exécution de tous les éléments d'échauffement.
Fondamentale	35 à 45 min	, les élèves sont appelés dans l'ordre de la liste pour passer dans les trois tapis où ils présentent leur enchaînement. Les autres élèves font l'observation et la détection des éléments qui ont été présentés par leurs camarades. <div style="text-align: center; padding: 10px;"> Atelier de passage  </div>		- Détecter le niveau de pratique des élèves en gymnastique	- Pour l'enseignant : Passage de tous les élèves. - pour les élèves : Avoir les mêmes éléments dans leurs fiches d'observation que l'enseignant.
Finale	5 à 10 min	- Retour au calme, - Bilan de la séance. Le meilleur moyen pour s'assurer de la bonne réception d'une information est d'interroger le récepteur.		Avoir les feed-back des élèves.	- Participation de la classe questions / réponses

FICHE DE SEANCE

Objectif de la séance	Travailler les éléments gymniques à dominance difficulté B et C			
Module	Groupe D'APS	APS Support	Niveau Scolaire	Leçon N°
<i>Effort physique et performance sportive</i>	Activités d'expression	Gymnastique	1 ^{ère} année Baccalauréat	2
Objectif Terminal d'intégration	<ul style="list-style-type: none"> • L'élève de la 1^{ère} année doit pouvoir confronter et analyser différentes situations motrices et améliorer ses réalisations et faire progresser son efficacité motrice et sa performance sportive. 			
Objectif Terminal du cycle	L'élève de 1 ^{ère} année doit pouvoir organiser présenter et réaliser un projet individuel ou collectif d'expression motrice sous forme d'enchaînement d'éléments gymniques devant le groupe classe, composé de : 2B+3C+2D			
Compétence (s) visée (s)	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Contrôle des différents rôles à partir de la pratique et de l'organisation dans le groupe. ❖ Etre capable d'évaluer et d'estimer l'effort fournis. 			

Parties	Durée	Moyens		
		Description de la situation	But	
Initiale	10 à 15 min	-Vérification des absences. - Échauffement et éveil psychique et physiologique. - Expliquer le déroulement des exercices des ateliers.	- Éviter les accidents ostéo-articulaires et musculaires.	-Bonne exécution de tous les éléments d'échauffement.
Fondamentale	35 à 45 min	Les élèves sont répartis en 5 groupes sur 5 ateliers : Atelier 1 : roulade sautée avec tremplin et tapis de chute Atelier 2 : saut et planches avec ballon Atelier 3 : roulade avant avec ballon au ventre. Atelier 4 : AFR avec parade de deux personnes. Atelier 5 : roue avec un bond.	- A1 : Exploiter le tremplin dans la roulade. - A2 : garder l'équilibre. - A3 : grouper le corps. -A4 : maintenir une attitude. - A5 : exploiter la hauteur dans la rotation	-. A1 : réception équilibrée. - A2 : Garder les balles. - A3 : Garder la balle jusqu'à la réception. - A4 : AFR aligné - A5 : Réception équilibrée
Finale	5 à 10 min	- Retour au calme, - Bilan de la séance. Le meilleur moyen pour s'assurer de la bonne réception d'une information est d'interroger le récepteur.	Avoir les feed-back des élèves.	- Participation de la classe questions / réponses

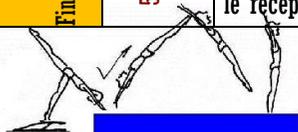


FICHE DE SEANCE

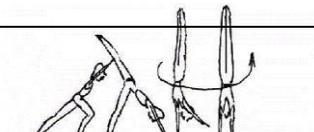
Objectif de la séance	Travailler les éléments gymniques à dominance difficulté C et D, sous l'aide et la parade.			
Module	Groupe D'APS	APS Support	Niveau Scolaire	Leçon N°
<i>Effort physique et performance sportive</i>	Activités d'expression	Gymnastique	1 ^{ère} année Baccalauréat	3
Objectif Terminal d'intégration	<ul style="list-style-type: none"> • L'élève de la 1^{ère} année doit pouvoir confronter et analyser différentes situations motrices et améliorer ses réalisations et faire progresser son efficacité motrice et sa performance sportive. 			
Objectif Terminal du cycle	L'élève de 1 ^{ère} année doit pouvoir organiser présenter et réaliser un projet individuel ou collectif d'expression motrice sous forme d'enchaînement d'éléments gymniques devant le groupe classe, composé de : 2B+3C+2D			
Compétence (s) visée (s)	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Contrôle des différents rôles à partir de la pratique et de l'organisation dans le groupe. ❖ Etre capable d'évaluer et d'estimer l'effort fournis. 			

Parties	Durée	Moyens	But	Indicateurs d'évaluation	
		Description de la situation			
Initiale	10 à 15 min	<ul style="list-style-type: none"> -Vérification des absences. - Échauffement et éveil psychique et physiologique. - Expliquer le déroulement des exercices des ateliers. 		<ul style="list-style-type: none"> - Éviter les accidents ostéo-articulaires et musculaires. 	-Bonne exécution de tous les éléments d'échauffement.
Fondamentale	35 à 45 min	<p>Les élèves sont répartis en 5 groupes sur 5 ateliers :</p> <p>Atelier 1 : préparation au saut de main avec tremplin et tapis de chute</p> <p>Atelier 2 : maintenir l'ATR avec changement de face</p> <p>Atelier 3 : roue avec une seule main.</p> <p>Atelier 4 : roulade arrière piquet avec l'aide de deux camarades.</p> <p>Atelier 5 : travailler la rondade à l'aide d'un bond.</p>		<ul style="list-style-type: none"> - A1 : Exploiter le tremplin pour obtenir l'alignement à la verticale. - A2 : garder l'équilibre au cours de la rotation. - A3 : rouler latéralement. -A4 : renverser en arrière avec passage par l'ATR. - A5 : renverser son corps latéralement. 	<ul style="list-style-type: none"> - A1 : réception corps tendu. - A2 : maintien 3". - A3 : réception équilibrée jambes écartées - A4 : passage par l'ATR - A5 : suivre l'élastique par ses appuis.
Finale	5 à 10 min	<ul style="list-style-type: none"> - Retour au calme, - Bilan de la séance. Le meilleur moyen pour s'assurer de la bonne réception d'une information est d'interroger le récepteur. 		Avoir les feed-back des élèves.	- Participation de la classe questions / réponses

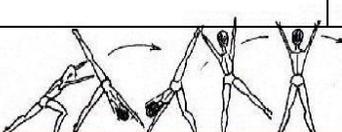
A1



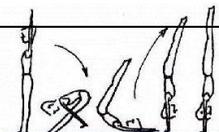
A2



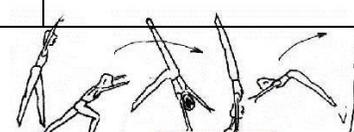
A3



A4



A5



FICHE DE SEANCE

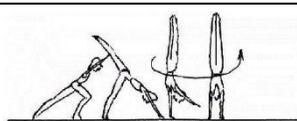
Objectif de la séance	Travailler les éléments gymniques à dominance difficulté C et D, sous la protection de l'aide et la parade.				
Module	Groupe D'APS	APS Support	Niveau Scolaire	Effectif	Leçon NO
<i>Effort physique et performance sportive</i>	Activités d'expression	Gymnastique	1 ^{ère} année Baccalauréat	30	4
Objectif Terminal d'intégration	<ul style="list-style-type: none"> • L'élève de la 1^{ère} année doit pouvoir confronter et analyser différentes situations motrices et améliorer ses réalisations et faire progresser son efficacité motrice et sa performance sportive. 				
Objectif Terminal du cycle	L'élève de 1 ^{ère} année doit pouvoir organiser présenter et réaliser un projet individuel ou collectif d'expression motrice sous forme d'enchaînement d'éléments gymniques devant le groupe classe, composé de : 2B+3C+2D				
Compétence (s) visée (s)	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Contrôle des différents rôles à partir de la pratique et de l'organisation dans le groupe. ❖ Etre capable d'évaluer et d'estimer l'effort fournis. 				

Parties	Durée	Moyens		But	Indicateurs d'évaluation
		Description de la situation			
Initiale	10 à 15 min	-Vérification des absences. - Échauffement et éveil psychique et physiologique. - Expliquer le déroulement des exercices des ateliers.		- Éviter les accidents ostéo-articulaires et musculaires.	-Bonne exécution de tous les éléments d'échauffement.
Fondamentale	35 à 45 min	les élèves sont répartis en 5 groupes sur 5 ateliers : Atelier 1 : préparation au saut de tête (contre bas) à l'aide tapis de chute. Atelier 2 : maintenir l'ATR avec changement de face. Atelier 3 : préparation au flic flac en effectuant la souplesse arrière dans le cheval. Atelier 4 : roulade arrière piquet avec l'aide de deux camarades. Atelier 5 : Atelier libre.		- A1 : exploiter la hauteur du tapis pour se retrouver debout en passant par l'AFR. - A2 : garder l'équilibre au cours de la rotation. - A3A4 : renverser en arrière avec passage par l'ATR. - A5 : reprendre tous les éléments travaillés dans les séances précédentes.	-. A1 : blocage sans rotation. - A2 : maintien 3". - A3 : réception équilibrée jambes écartées - A4 : passage par l'ATR - A5 : suivre l'élastique par ses appuis.
Finale	5 à 10 min	- Retour au calme, - Bilan de la séance. Le meilleur moyen pour s'assurer de la bonne réception d'une information est d'interroger le récepteur.		Avoir les feed-back des élèves.	- Participation de la classe questions / réponses

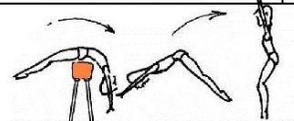
A1



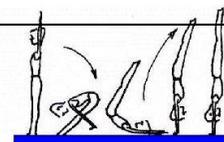
A2



A3



A4



A5

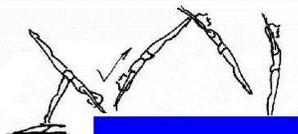
Atelier libre

FICHE DE SEANCE

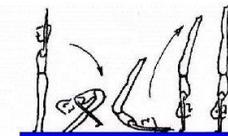
Module	Groupe D'APS	APS Support	Niveau Scolaire	Effectif	Leçon NO
<i>Effort physique et performance sportive</i>	Activités d'expression	Gymnastique	1 ^{ère} année Baccalauréat	30	5
Objectif Terminal d'intégration	<ul style="list-style-type: none"> L élève de la 1^{ère} année doit pouvoir confronter et analyser différentes situations motrices et améliorer ses réalisations et faire progresser son efficacité motrice et sa performance sportive. 				
Objectif Terminal du cycle	<ul style="list-style-type: none"> L'élève de 1^{ère} année doit pouvoir organiser présenter et réaliser un projet individuel ou collectif d'expression motrice sous forme d'enchaînement d'éléments gymniques devant le groupe classe, composé de : 2B+3C+2D 				
Compétence (s) visée (s)	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Contrôle des différents rôles à partir de la pratique et de l'organisation dans le groupe. ❖ Être capable d'évaluer et d'estimer l'effort fournis. 				
Objectif de la séance	Établir un mini-enchaînement gymnique composé de 1B+2C en prenant en compte la liaison entre les éléments.				

Parties	Durée	Moyens		Indicateurs d'évaluation	
		Description de la situation	But		
Initiale	10 à 15 min	<ul style="list-style-type: none"> -Vérification des absences. - Échauffement et éveil psychique et physiologique. - Expliquer le déroulement des exercices des ateliers. 		<ul style="list-style-type: none"> - Éviter les accidents ostéo-articulaires et musculaires. 	<ul style="list-style-type: none"> -Bonne exécution de tous les éléments d'échauffement.
Fondamentale	35 à 45 min	<p>les élèves sont répartis en 5 groupes sur 5 ateliers :</p> <p>Atelier 1 : préparation au saut de main avec tremplin et tapis de chute</p> <p>Atelier 2 : rondade + roulade arrière jambes tendues + AFR</p> <p>Atelier 3 : saut carpé+ ATR forcé + roulade avant jambe décalée.</p> <p>Atelier 4 : rondade, saut carpé, roulade arrière jambes écartées.</p> <p>Atelier 5 : préparation à la roulade arrière piquée à travers la chandelle.</p>		<ul style="list-style-type: none"> - A1 : passer de l'ATR à la figure du pont. - A2, 3, 4: garder le rythme et l'esthétique en reliant des éléments de B et C de différents types. - A5 : chercher le haut avec ses points des pieds. 	<ul style="list-style-type: none"> - A1 : ne pas toucher le tapis avec son dos. - A2, 3, 4: continuité et équilibre. - A5 : dépasser la hauteur d'élastique.
Finale	5 à 10 min	<ul style="list-style-type: none"> - Retour au calme, - Bilan de la séance. Le meilleur moyen pour s'assurer de la bonne réception d'une information est d'interroger le récepteur. 		<ul style="list-style-type: none"> Avoir les feed-back des élèves. 	<ul style="list-style-type: none"> - Participation de la classe questions / réponses

A1



A5



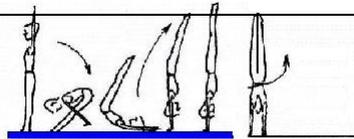
FICHE DE SEANCE

Objectif de la séance	Établir un mini-enchaînement gymnique composé de 1C+ 2D en prenant en compte la liaison entre les éléments.				
Module	Groupe D'APS	APS Support	Niveau Scolaire	Effectif	Leçon N°
<i>Effort physique et performance sportive</i>	Activités d'expression	Gymnastique	1 ^{ère} année Baccalauréat	30	6
Objectif Terminal d'intégration	<ul style="list-style-type: none"> L élève de la 1^{ère} année doit pouvoir confronter et analyser différentes situations motrices et améliorer ses réalisations et faire progresser son efficacité motrice et sa performance sportive. 				
Objectif Terminal du cycle	L'élève de 1 ^{ère} année doit pouvoir organiser présenter et réaliser un projet individuel ou collectif d'expression motrice sous forme d'enchaînement d'éléments gymniques devant le groupe classe, composé de : 2B+3C+2D				
Compétence (s) visée (s)	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Contrôle des différents rôles à partir de la pratique et de l'organisation dans le groupe. ❖ Etre capable d'évaluer et d'estimer l'effort fournis. 				

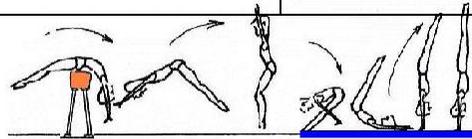
<i>Parties</i>	<i>Durée</i>	Moyens		<i>But</i>	<i>Indicateurs d'évaluation</i>
		<i>Description de la situation</i>			
<i>Initiale</i>	10 à 15 min	-Vérification des absences. - Échauffement et éveil psychique et physiologique. - Expliquer le déroulement des exercices des ateliers.		- Éviter les accidents ostéo-articulaires et musculaires.	-Bonne exécution de tous les éléments d'échauffement.
<i>Fondamentale</i>	35 à 45 min	les élèves sont répartis en 5 groupes sur 5 ateliers : Atelier 1 : préparation au saut de tête (contre bas) à l'aide tapis de chute. Atelier 2 : Flic-flac, roulade arrière piquée, saut carapé. Atelier 3 : roulade sautée, ATR forcé, Rondade. Atelier 4 : roulade arrière piquée, ATR avec changement de face, saut de main. Atelier 5 : Atelier libre.		- A1 : exploiter la hauteur du tapis pour se retrouver debout en passant par l'AFR. - A2 : garder l'équilibre au cours de la rotation. - A3A4 : renverser en arrière avec passage par l'ATR. - A5 : reprendre tous les éléments travaillés dans les séances précédentes.	- A1 : blocage sans rotation. - A2 : maintien 3". - A3 : réception équilibrée jambes écartées - A4 : passage par l'ATR - A5 : suivre l'élastique par ses appuis.
<i>Finale</i>	5 à 10 min	- Retour au calme, - Bilan de la séance. Le meilleur moyen pour s'assurer de la bonne réception d'une information est d'interroger le récepteur.		Avoir les feed-back des élèves.	- Participation de la classe questions / réponses



A1



A4



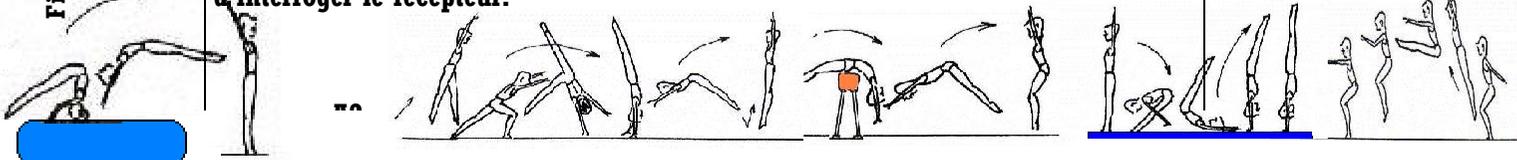
A2

Atelier libre

A5

FICHE DE SEANCE

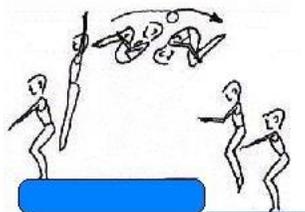
Module	Groupe D'APS	APS Support	Niveau Scolaire		Leçon NO
<i>Effort physique et performance sportive</i>	Activités d'expression	Gymnastique	1 ^{ère} année Baccalauréat	30	7
Objectif Terminal d'intégration	<ul style="list-style-type: none"> L'élève de la 1^{ère} année doit pouvoir confronter et analyser différentes situations motrices et améliorer ses réalisations et faire progresser son efficacité motrice et sa performance sportive. 				
Objectif Terminal du cycle	L'élève de 1 ^{ère} année doit pouvoir organiser présenter et réaliser un projet individuel ou collectif d'expression motrice sous forme d'enchaînement d'éléments gymniques devant le groupe classe, composé de : 2B+3C+2D				
Compétence (s) visée (s)	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Contrôle des différents rôles à partir de la pratique et de l'organisation dans le groupe. ❖ Etre capable d'évaluer et d'estimer l'effort fournis. 				
Objectif de la séance	Établir un mini-enchaînement gymnique composé de 2C+ 2D en prenant en compte la liaison entre les éléments.				

Parties	Durée	Moyens		But	Indicateurs d'évaluation
		Description de la situation			
Initiale	10 à 15 min	<ul style="list-style-type: none"> -Vérification des absences. - Échauffement et éveil psychique et physiologique. - Expliquer le déroulement des exercices des ateliers. 		<ul style="list-style-type: none"> - Éviter les accidents ostéo- articulaires et musculaires. 	<ul style="list-style-type: none"> -Bonne exécution de tous les éléments d'échauffement.
Fondamentale	35 à 45 min	<p>les élèves sont répartis en 5 groupes sur 5 ateliers :</p> <p>Atelier 1 : préparation au saut de tête (contre bas) à l'aide tapis de chute.</p> <p>Atelier 2 : Rondade, flicflac, roulade arrière piquée, saut carpé.</p> <p>Atelier 3 : roulade arrière jambes tendues, ATR forcé, roulade sautée, rondade.</p> <p>Atelier 4 : Flic-flac, ATR avec demi-tour, saut de main, saut c carpé</p> <p>Atelier 5 : Atelier libre.</p>		<ul style="list-style-type: none"> - A1 : exploiter la hauteur du tapis pour se retrouver debout en passant par l'AFR. - A2, 3, 4 : garder le rythme et l'esthétique en reliant des éléments de C et D de différents types. - A5 : reprendre tous les éléments travaillés dans les séances précédentes. 	<ul style="list-style-type: none"> - A1 : blocage sans rotation. - A2, 3, 4 : continuité et équilibre.
Finale	5 à 10 min	<ul style="list-style-type: none"> - Retour au calme, - Bilan de la séance. <p>Le meilleur moyen pour s'assurer de la bonne réception d'une information est d'interroger le récepteur.</p>		Avoir les feed-back des élèves.	<ul style="list-style-type: none"> - Participation de la classe questions / réponses
A1					
		Atelier libre			

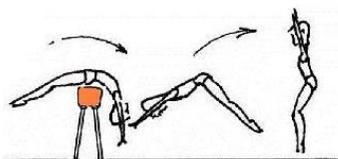
FICHE DE SEANCE

Objectif de la séance	Etablir un mini-enchaînement gymnique composé de 2B+ 1C + 1D en prenant en compte la liaison entre les éléments.			
Module	Groupe D'APS	APS Support	Niveau Scolaire	Leçon N°
<i>Effort physique et performance sportive</i>	Activités d'expression	Gymnastique	1 ^{ère} année Baccalauréat	8
Objectif Terminal d'intégration	<ul style="list-style-type: none"> L élève de la 1^{ère} année doit pouvoir confronter et analyser différentes situations motrices et améliorer ses réalisations et faire progresser son efficacité motrice et sa performance sportive. 			
Objectif Terminal du cycle	L'élève de 1 ^{ère} année doit pouvoir organiser présenter et réaliser un projet individuel ou collectif d'expression motrice sous forme d'enchaînement d'éléments gymniques devant le groupe classe, composé de : 2B+3C+2D			
Compétence (s) visée (s)	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Contrôle des différents rôles à partir de la pratique et de l'organisation dans le groupe. ❖ Etre capable d'évaluer et d'estimer l'effort fournis. 			

Parties	Durée	Moyens		
		Description de la situation	But	
Initiale	10 à 15 min	-Vérification des absences. - Échauffement et éveil psychique et physiologique. - Expliquer le déroulement des exercices des ateliers.	- Éviter les accidents ostéo-articulaires et musculaires.	-Bonne exécution de tous les éléments d'échauffement.
Fondamentale	35 à 45 min	les élèves sont répartis en 5 groupes sur 5 ateliers : Atelier 1 : préparation au salto arrière (contre bas) à l'aide tapi de chute. Atelier 2 : saut carpé, Rondade, Flic-flac, ATR demi-tour Atelier 3 : saut de tête, RAP, roulade arrière jambes tendues, roue avec une seule main, Atelier 4 : roulade sautée, couronné, roulade arrière jambes tendues, Flic- flac Atelier 5 : Atelier libre.	- A1 : exploiter la hauteur du tapis pour se retourner en arrière. - A2, 3, 4: garder le rythme et l'esthétique en reliant des éléments de C, D et E de différents types. - A5 : reprendre tous les éléments travaillés dans les séances précédentes.	-. A1 : blocage sans rotation. - A2, 3, 4: continuité et équilibre.
Finale	5 à 10 min	- Retour au calme, - Bilan de la séance. Le meilleur moyen pour s'assurer de la bonne réception d'une information est d'interroger le récepteur.	Avoir les feed-back des élèves.	- Participation de la classe questions / réponses



A1



A5

Atelier libre

FICHE DE SEANCE

Objectif de la séance		Corriger les fautes les plus répandues des élèves au cours d'une présentation de l'enchaînement 2 B + 3 C + 1 D			
Module		Groupe D'APS	APS Support	Niveau Scolaire	Leçon NO
<i>Effort physique et performance sportive</i>		Activités d'expression	Gymnastique	1 ^{ère} année Baccalauréat	9
Objectif Terminal d'intégration		<ul style="list-style-type: none"> L élève de la 1ère année doit pouvoir confronter et analyser différentes situations motrices et améliorer ses réalisations et faire progresser son efficacité motrice et sa performance sportive. 			
Objectif Terminal du cycle		L'élève de 1ere année doit pouvoir organiser présenter et réaliser un projet individuel ou collectif d'expression motrice sous forme d'enchaînement d'éléments gymniques devant le groupe classe, composé de : 2B+3C+2D			
Compétence (s) visée (s)		<ul style="list-style-type: none"> ❖ Contrôle des différents rôles à partir de la pratique et de l'organisation dans le groupe. ❖ Etre capable d'évaluer et d'estimer l'effort fournis. 			
<i>Parties</i>	<i>Durée</i>	Moyens		<i>But</i>	Indicateurs d'évaluation
		<i>Description de la situation</i>			
Initiale	10 à 15 min	<ul style="list-style-type: none"> -Vérification des absences. - Échauffement et éveil psychique et physiologique. - Expliquer le déroulement du test d'observation. 		<ul style="list-style-type: none"> - Eviter les accidents ostéo-articulaires et musculaires. 	-Bonne exécution de tous les éléments d'échauffement.
Fondamentale	35 à 45 min	<p>les élèves sont réparties en trois groupes, le premier se présente pour la correction des fautes, le deuxième se prépare dans un autre atelier et le troisième fait des essais de saut sur le tremplin et le tapis de chute</p> <p style="text-align: center;">Atelier de passage</p> <div style="display: flex; justify-content: center; gap: 10px;"> <div style="width: 40px; height: 40px; background-color: #d9d9d9;"></div> <div style="width: 40px; height: 40px; background-color: #d9d9d9;"></div> <div style="width: 40px; height: 40px; background-color: #d9d9d9;"></div> </div>		<ul style="list-style-type: none"> - Détecter les fautes à éviter dans la prestation de l'évaluation sommative. 	<ul style="list-style-type: none"> - Pour l'enseignant : Repérer les fautes communes. - pour les élèves : Garder le rythme sans fautes grossières.
Finale	5 à 10 min	<ul style="list-style-type: none"> - Retour au calme, - Bilan de la séance. Le meilleur moyen pour s'assurer de la bonne réception d'une information est d'interroger le récepteur. 		Avoir les feed-back des élèves.	- Participation de la classe questions / réponses

FICHE DE SEANCE

Objectif de la séance		Évaluer le niveau de pratique des élèves en gymnastique et vérifier le projet de cycle.				
Module		Groupe D'APS	APS Support	Niveau Scolaire	Leçon NO	
<i>Effort physique et performance sportive</i>		Activités d'expression	Gymnastique	1 ^{ère} année Baccalauréat	10	
Objectif Terminal d'intégration		<ul style="list-style-type: none"> • L'élève de la 1^{ère} année doit pouvoir confronter et analyser différentes situations motrices et améliorer ses réalisations et faire progresser son efficacité motrice et sa performance sportive. 				
Objectif Terminal du cycle		<ul style="list-style-type: none"> • L'élève de 1^{ère} année doit pouvoir organiser présenter et réaliser un projet individuel ou collectif d'expression motrice sous forme d'enchaînement d'éléments gymniques devant le groupe classe, composé de : 2B+3C+2D 				
Compétence (s) visée (s)		<ul style="list-style-type: none"> ❖ Contrôle des différents rôles à partir de la pratique et de l'organisation dans le groupe. ❖ Être capable d'évaluer et d'estimer l'effort fournis. 				
<i>Parties</i>	<i>Durée</i>	Moyens			<i>But</i>	<i>Indicateurs d'évaluation</i>
		<i>Description de la situation</i>				
Initiale	10 à 15 min	<ul style="list-style-type: none"> -Vérification des absences. - Échauffement et éveil psychique et physiologique. - Expliquer le déroulement du test d'observation. 			<ul style="list-style-type: none"> - Éviter les accidents ostéo-articulaires et musculaires. 	<ul style="list-style-type: none"> -Bonne exécution de tous les éléments d'échauffement.
Fondamentale	35 à 45 min	<p>les élèves sont appelés dans l'ordre de la liste pour passer dans les deux tapis où ils présentent leur enchaînement.</p> <p>Ils doivent aussi présenter leurs choix dans une feuille préparée par l'enseignant en cerclant les éléments qui seront introduits dans leurs enchaînements.</p> <p>Les autres élèves font l'observation et la détection des éléments qui ont été présentés par leurs camarades.</p> <div style="text-align: center; margin-top: 10px;"> <p>Atelier de passage</p>  </div>			<ul style="list-style-type: none"> - Évaluer le niveau de pratique des élèves en gymnastique. - faire un bon choix dans les éléments présentés dans la fiche. 	<ul style="list-style-type: none"> - Pour l'enseignant : Que ses élèves Minimisent leurs fautes. - pour les élèves : Présenter les éléments qui figurent dans leurs fiches d'enchaînement.
Finale	5 à 10 min	<ul style="list-style-type: none"> - Retour au calme, - Bilan de la séance. Le meilleur moyen pour s'assurer de la bonne réception d'une information est d'interroger le récepteur. 			<ul style="list-style-type: none"> Avoir les feed-back des élèves. 	<ul style="list-style-type: none"> - Participation de la classe questions / réponses