#### Projet prévisionnel Et Séances D'apprentissages

Module	Groupe D'APS	APS Support	Niveau Scolaire
- Coordination motrice et condition physique.	GYMNASTIQUE	GYM AU SOL	1 <sup>ER</sup> AC
Objectif Terminal d'intégration	L'élève la 1ere année doit acquérir une mot rythme) et s'intégrer dans le groupe.	ricité correcte lui permettant de s'adapte	er aux exigences des situations (forme et
Objectif Terminal du cycle	L'élève de 1 ere année doit pouvoir se confi d'éléments gymniques devant le groupe cla		abituels pour réaliser un enchaînement simple
Connaissan	ces procédurales	Connaissances conceptuelles	Connaissances comportementales
- S'adapter à des positions inhabituelle	S	-Acquérir la terminologie spécifiqu	ue de la gymAssiduité
- Réaliser un enchainement de 3A et 2	B	-Connaitre l'utilité de l'échauffeme	ent -Engagement dans l'APS
		-Connaitre les règles de sécurité	-Organisation (matériel) et au sein du groupe -respecter l'autrui

Séquences	Séances	Objectifs des séances	Bilans des séquences
	01	Détecter les niveaux pratiques individuels des élèves par réalisation d'un enchainement libre.	
	02	Séance de familiarisation, présentation du cycle ainsi que les fiches des différents éléments gymniques, se familiariser avec le milieu spatiale	
	03	Réaliser et aider ses camarades à réaliser un mini enchainement d'au moins 3 éléments gymniques de difficultés A (roulade avant, arrière simple, et chandelle équilibrée)	
	04	Réaliser et aider ses camarades à réaliser un mini enchainement d'au moins 3 éléments gymniques de difficultés A (saut groupé, planche écrasée).	
	05	Réaliser et aider ses camarades à réaliser 3 éléments gymniques de difficultés A (Appui ventral à l'appui facial, poirier élévation des jambes pliées)	
	06	- Une séance d'intégration : réaliser un mini enchainement de 3 éléments gymniques de difficultés A.	
	07	- Réaliser et aider ses camarades à réaliser un mini enchainement d'au moins 3 éléments gymniques de difficultés B (roulement avant et arrière jambes écartés et tendus,)	
	08	- Réaliser et aider ses camarades à réaliser un mini enchainement d'au moins 3 éléments gymniques de difficultés B( ATR à la station debout, pont)	
	09	- Réaliser et aider ses camarades à réaliser enchainement de 3 éléments gymniques de difficultés A et 2 élément de B (prétest pour s'entrainera l'enchainement du test bilan )	
	10	-Réaliser devant le groupe classe un enchainement simple composé d'éléments gymniques	

		de difficultés : 3A et 2B dans un espace définit dans un délai ne dépassant pas 1 mn 30 s.	
	11		
Evaluation sommative	12		
Situation de	référence	L'élève doit être capable de mobiliser ses acquis pour réaliser un enchainement simple compose d' 3A+2B+ 0C.	éléments gmips de difficultés

#### Modalité d'évaluation :

### **1-Evaluation du procédurale** : sur 6 pts

Difficultés		6points
Composition	Exigences spécifiques	1,50points
	Enchainement	4,50points
Exécution		2 points
Note finale		14 points

1) Difficultés: 3A 2B 0C (3 \*1+ 2\*1,5=6 points)

2) Compositions: - Exigences spécifiques est sur 1.50 points: L'élève doit choisir trois familles différentes, chaque famille représente 0,5 point

3) - Qualité d'enchainement Enchainement est sur 4.50 points englobe : Agencement, Rythme, amplitude.

4) L'exécution : sur 2pts,

Appréciation analytique ou globale

- ➤ Appréciation analytique : Petite faute : 0,1 point Faute moyenne : 0,2 point Faute grossière : 0,3 point Chute : 0,5 points
- Appréciation globale : Parfaite exécution : 1/1 de la note maximale d'exécution Bonne exécution : 3/4 de la note maximale d'exécution Exécution moyenne : 1/2 de la note maximale d'exécution Exécution faible : 1/4 de la note maximale d'exécution Très faible exécution : 0

## **2-L'évaluation du conceptuelle :** sur 3 pts

3-L'évaluation du comportementale : sur 3 pts

# **4-grille d'évaluation :**

N •	Nom et	Nom et				Difficulté A / 3pt					Exécu	ıtion /2p	t	Connaissances Conc/3pt	Connaissances comp/3pt	NF/20										
	prén om		Elém	1	EI	ém2		Ele	ém3		E	lém4		E	lém5		Exigences Sp/1,5 pt	Enchainment /4,5			Faible	Moy en	Bien			
1		Α	Α	Ą	Α	Α	Ą	А	Α	Ą	B.	В	₿	В	В	В		agencement	Rythme	amplitude						
2																										
3																										

MO	DULE	C	NIVEAU	FAMILLE A	APS	SEAN CE	EFFECTIVE	MATEIEL				
		ation motrice et physique.	1 <sup>er</sup> AC Gymnastique Gym au sol		T.O		10 tapis gym, sifflet, chronomètre.					
OT	I		L'élève de la 1ére année doit acquérir une motricité correcte lui permettant de s'adapter aux exigences des situations (forme et rythme) et s'intégrer dans le groupe									
ОТ	C		L'élève de 1ere année doit pouve d'éléments gymniques devant l	le groupe classe	compose de : 3A 2	В		chainement simple				
OBJECTIF DE LA SEANCE			-Détecter les niveaux pratiques	individuels de	s élèves par réalisa	tion d'un enchainement	libre.					
DUREE	DUREE PARTIE		DISCRIPTION	CONSIGNE	CRITERE DE REALISATION		CRITER E DE REUSSI TE	SCHEMATISATION				
10 à 15 min	INTRODUCTIVE	-Eveil physique -Eveil psychique	Dans un terrain de basket Ball Toute la classe travail dans le même temps sur la longueur du terrain	Inspirer ; expirer s'étirer à fond	l'absence explication séance.  Exercices générau foulées, échauffem musculaire, étireme Exercices spécifique chaines musculaire gymnastique (moucircumduction des	Prise en main: vérification de la tenue et de l'absence explication de l'objectif de la éance.  Exercices généraux: Course en petites oulées, échauffement articulaire et nusculaire, étirement.  Exercices spécifiques: Stimulation des chaines musculaires les plus sollicitées en gymnastique (mouvements de la tête, circumduction des épaules,), sauts groupés, sauts en extension demi-tour						

35 à 45 min	FONDAMENTALE	Exécuter l'ensemble des éléments gymniques maitrisés	En divise la classe en 3 groupes 13 élèves ; chaque groupe de 13 divise encore en 3 groupes de 4 élèves sur deux tapis	se temps impart 1 min.	qui composé de det B Groupe B: Obser Groupe C: S'écl remplacer le group .  Atelier 2: 2 Tapis annexes p	hauffe et se prépare poi	A-Tous les élèves passent le test	Groupe B Prof
5 à 10 min	FINALE	Rassemblement des éd'apprentissage proch	lèves, Bilan de la séance pour so naine	e préparer la sé	ance			9 999 9 999 9 999
MO	DULE		NIVEAU	FAMILLE	APS	SEANCE	EFFECTIVE	MATEIEL
		ation motrice et physique.	1 <sup>er</sup> AC	Gymnastique	Gym au sol	2		12 tapis, sifflet
OT	I		L'élève de la 1ére année doit a rythme) et s'intégrer dans le g		tricité correcte lui p	permettant de s'adapter a	nux exigences des sit	uations (forme et
OT	C		L'élève de 1ere année doit pou d'éléments gymniques devant				s pour réaliser un e	nchainement simple
ОВ	JECT	IF DE LA SEANCE	Séance de familiarisation, préser	ntation du cycle a	insi que les fiches de	s différents éléments gym	niques, se familiarise	r avec le milieu spatiale
DUREE	PARTIE	BUT	DISCRIPTION	CONSIGNES	S CRITERE D	E REALISATION	CRITER E DE REUSSI TE	SCHEMATISATION

10 à 15 min	INTRODUCTIVE	-Eveil physique -Eveil psychique	Dans un terrain de basket Ba Toute la classe travail dans le même temps sur la longueur terrain	e expirer	l'absence explicati séance.  Exercices générat foulées, échauffer musculaire, étirem Exercices spécifiq chaines musculaire gymnastique (mou circumduction des rotations latérales échaines musculaire gymnastique (mou circumduction des rotations latérales échaines musculaires des rotations latérales de rotations latér	on de l'objectif de la  ux: Course en petites nent articulaire et ent.  ues: Stimulation des es les plus sollicitées en	- Engagement moteur de tous les élèves	
nin 35 à 45 min	LE FONDAMENTALE	Garder l'équilibre, et s'habituer à l'espace pour vaincre la peur vaincre la peur groupe sur 6 atelier de 3 élè travail dans un, tour de rôle		-relâchement pour la prise ve d'elan e -élever le bassin et le ventre et fixer le regard en	-Pour chaque ateli présentation positie extention, pied join position de V .  -Puis réaliser 3 pas extension, rester de l'élan et garder l'élan et garde une (pompe) sans mou 10 seconde. travail Variantes :  Compléxification fixation en position	présentation position debout le corp en extention, pied joins, élever les mais en position de V.  -Puis réaliser 3 pas d'élan avec un saut en extension, rester dans le couloir pendant l'élan et garder l'equilibre pendant le saut  -l'élève garde une position de traction (pompe) sans mouvement (statique) pendant 10 seconde. travail du gainage  Variantes:  Compléxification: augmenter le temps de fixation en position du pompe		
5 à 10 min	FINALE	d'apprentissage proch						7,4
MO	DULE	${f C}$	NIVEAU	FAMILLE	APS	SEAN CE	EFFECTIVE	MATEIEL

		ntion motrice et physique.	1 <sup>er</sup> AC	gymnastique	Gym au sol	3		6 tapis , chrono, tremplin				
OT	I		L'élève de la 1ére année doit acquérir une motricité correcte lui permettant de s'adapter aux exigences des situations (forme et rythme) et s'intégrer dans le groupe									
OT	C		L'élève de 1ere année doit pouvoir se confirmer et s'adapter à des mouvements inhabituels pour réaliser un enchainement simple d'éléments gymniques devant le groupe classe compose de : 3A 2B									
OB.	JECT	IF DE LA SEANCE	Réaliser et aider ses camarades à simple, et chandelle équilibrée)	réaliser un mini e	nchainement d'au n	noins 3 éléments gymnique	es de difficultés A (r	oulade avant, arrière				
DUREE	PARTIE	BUT	DISCRIPTION	CONSIGNES	CRITERE DE REALISATION		CRITER E DE REUSSI TE	SCHEMATISATION				
		-Eveil physique	Dans un terrain de basket Ball Toute la classe travail dans le même temps sur la longueur du terrain	Inspirer; expirer s'étirer à fond	J 3		- Engagement moteur de tous les élèves	9 9 9 9				
10 à 15 min	a 15				foulées, échauffem musculaire, étirem Exercices spécifiq chaines musculaire gymnastique (mou circumduction des rotations latérales o	ent articulaire et ent. ues : Stimulation des es les plus sollicitées en	2					

FONDAMENTALE FONDAMENTALE	Rassemblement des élèves, Bilan de la séance pour se d'apprentissage prochaine  NIVEAU  ordination motrice et ition physique.		menton-poitrine - pousser sur les de façon elever dans l'axe et Atelier 2 - départ accroupi, p d'épaule - placer le dos des - coller le menton à - se laisser déséqui poussant avec les p rattraper avec les n - poser les mains à sol pendant la rotat Atelier 3 Départ: assis, fair en utilisant les Coudes au sol, le niveau des lombai Variantes Simplification Pour l'atelier 1 util a se relever Pour l'atelier 2 Traivail par binome mains pour aider a	pousser sur les deux jambes de la même façon lever dans l'axe et sans s'aider des mains. Atelier 2 départ accroupi, pieds parallèles à largeur l'épaule placer le dos des mains sur les épaules coller le menton à la poitrine se laisser déséquilibrer vers l'arrière en poussant avec les jambes sans chercher à se rattraper avec les mains poser les mains à plat au sol et repousser le sol pendant la rotation. Atelier 3 Départ: assis, faire monter le tronc inférieur en utilisant les bras comme des appuis. Coudes au sol, les mains sont placées au niveau des lombaires. Variantes Simplification Pour l'atelier 1 utiliser les mains pour aider à se relever Pour l'atelier 2 Traivail par binome ( pousser avec les mains pour aider a se rouler )		
d'apprentissage prod		preparer la se	eance			P - 44 4
MODULE	NIVEAU	FAMILLE	APS	SEAN CE	EFFECTIVE	MATEIEL
- Coordination motrice et condition physique.		gymnastique	Gym au sol	4		6 tapis , chrono, tremplin
OTI OTC	L'élève de la 1ére année doit ac rythme) et s'intégrer dans le gr L'élève de 1ere année doit pouv	roupe				,

ОВ	JECT	IF DE LA SEANCE	Réaliser et aider ses camarades à récrasée).	éaliser un mini e	nchainement d'au moins 2 éléments gymnique	s de difficultés A (s	aut groupé, planche
DUREE	PARTIE	BUT	DISCRIPTION	CONSIGNES	CRITERE DE REALISATION	CRITER E DE REUSSI TE	SCHEMATISATION
10 à 15 min	INTRODUCTIVE	-Eveil physique -Eveil psychique	Dans un terrain de basket Ball Toute la classe travail dans le même temps sur la longueur du terrain	Inspirer ; expirer s'étirer à fond	Prise en main: vérification de la tenue et de l'absence explication de l'objectif de la séance.  Exercices généraux: Course en petites foulées, échauffement articulaire et musculaire, étirement.  Exercices spécifiques: Stimulation des chaines musculaires les plus sollicitées en gymnastique (mouvements de la tête, circumduction des épaules,), faire des rotations latérales du tronc et les membres sup, jambes écartées et toucher les talons avec les mains.	- Engagement moteur de tous les élèves	D T
35 à 45 min	FONDAMENTALE	Sauter haut et garder l'équilibre	On divise la classe sur 2 groupes, chaque groupe dans un atelier composé de 1 élement chaque groupe s'occupe a réaliser un élement, après 15 min changer l'atelier , travail par binome 1 execute et 2 observe	-Le dos plat -faire sortir la poitrine et l'agrandisse ment du corps -respecter le tour de role	Atelier1 (saut groupé): : Prendre une impulsion la plus haute possible. En l'air rapprocher les genoux de la poitrine et les tenir temporairement avec les bras.(fermeture puis ouverture du cops) Atelier 2: Ecarter les jambes, aligner les jambes, former un angle de 90 degré entre le tronc et les jambes	-Maintenir 5" tronc et jambe libre au- dessus de l'horizontal -Tenir les jambes en l'air momentanément, (corps groupé), réception stabilisée sur le tapis.	Elan
5 à 10 min	FINALE	Rassemblement des é d'apprentissage procl	Elèves, Bilan de la séance pour se naine	préparer la séa	nce		6 494 9 494

MO	DULE		NIVEAU	FAMILLE	APS	SEAN CE	EFFECTIVE	MATEIEL			
		ntion motrice et physique.	1 <sup>er</sup> AC gymnastique Gym au sol 5				6 tapis, chrono, tremplin				
OT	Ī		L'élève de la 1ére année doit acquérir une motricité correcte lui permettant de s'adapter aux exigences des situations (forme et rythme) et s'intégrer dans le groupe								
OT	C		L'élève de 1ere année doit pouve d'éléments gymniques devant l				pour réaliser un er	nchainement simple			
OBJECTIF DE LA SEANCE			Réaliser et aider ses camarades à r pliées)	éaliser 2 éléme	nts gymniques de dif	ficultés A (Appui ventral à	l'appui facial, poirie	er élévation des jambes			
DUREE	PARTIE	BUT	DISCRIPTION	CONSIGNE	CRITERE DE REALISATION		CRITER E DE REUSSI TE	SCHEMATISATION			
10 à 15 min	r 15		Dans un terrain de basket Ball Toute la classe travail dans le même temps sur la longueur du terrain	Inspirer; expirer s'étirer à fond	l'absence explicati séance.  Exercices générau foulées, échauffem musculaire, étirem Exercices spécifiq chaines musculaire gymnastique (mou circumduction des rotations latérales des la comparable des la compara	ent. l <u>ues</u> : Stimulation des es les plus sollicitées en	- Engagement moteur de tous les élèves	addad A			

15 à 45 min	LE FONDAMENTALE		On divise la classe sur 2 groupes, chaque groupe dans un atelier composé de 1 élement chaque groupe s'occupe a réaliser un élement, après 15 min changer l'atelier , travail par binome 1 execute et 2 observe	jambes pliéesLes jambes et les mains tendues. Les jambes jointes.	triangle avec la tête et les mains, front au tapis. Élévation des jambes pliéesLes jambes et les mains tendues. Les jambes jointes.  Atelier 1 : Poirier élévation des jambes pliées. Former un triangle tête/mains stableAlignement du tronc.  Atelier 2 : Appui ventral à l'appui facial. Alignement des pieds, bassin, épaulesEquilibrer sur deux mains puis faire 1/4 tour et rééquilibrer sur une seule main et jambe Variantes : Simplification : -aider son camarade en lui fixer son dos et son bassin -monté des jambes pliés Complexification : monté des jambes tendues		Maintenir l'AFT pendant 3s.  Maintenir l'équilibre pendant 3s.	POPOPOPOPOPOPOPOPOPOPOPOPOPOPOPOPOPOPO	
5 à 10 min	FINALE	d'apprentissage proch	naine					- 4-9 1	
MO	DULE		NIVEAU	FAMILLE A	APS	SEAN CE	EFFECTIVE	MATEIEL	
		ation motrice et physique.	1 <sup>er</sup> AC	gymnastique	Gym au sol	6		6 tapis , chrono, tremplin	
			L'élève de la 1ére année doit ac rythme) et s'intégrer dans le gi		ricité correcte lui p	permettant de s'adapter a	ux exigences des si	tuations (forme et	
OT	C		L'élève de 1ere année doit pouvoir se confirmer et s'adapter à des mouvements inhabituels pour réaliser un enchainement simple d'éléments gymniques devant le groupe classe compose de : 3A 2B						
ОВ	JECT	IF DE LA SEANCE	- Une séance d'intégration : réalis				és A.		
DUREE	PARTIE	BUT	DISCRIPTION	CONSIGNES	S CRITERE DE REALISATION E RE		CRITER E DE REUSSI TE	SCHEMATISATION	

10 à 15 min	INTRODUCTIVE	-Eveil physique -Eveil psychique	Dans un terrain de basket Ball Toute la classe travail dans le même temps sur la longueur du terrain	Inspirer; expirer s'étirer à fond	l'absence explicationséance.  Exercices générau foulées, échauffement musculaire, étirement exercices spécifique chaines musculaires gymnastique (mouve circumduction des contations latérales de sup, jambes écartée	ent.  ues : Stimulation des s les plus sollicitées en vements de la tête, épaules,),faire des lu tronc et les membres	- Engagement moteur de tous les élèves	9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9	D a
35 à 45 min	FONDAMENTALE	de personne les éléments gymniques sur l'atelier	On divise la classe sur 2 groupes, chaque groupe dans un atelier s'occupe a réaliser un mini enchainement de 3 élement de A avec une durée de 1 min a chaque passage Les deux ateliers face au prof pour qu'il juge tous les passages	respecter le temps accordé à cette pratique	sup, jambes écartées et toucher les talons avec les mains .  Atelier 1  Passage par ordre , les élèves vont exécuté ce qu'ils ont acquis pendant les dernières séances avec le choix des élément  Atelier 2 idem		-réussir l'exécution des élément comme il faut	prof  O O O O O O O O O O O O O O O O O O	
5 à 10 min					20 5 G	9-9-9-9-9-9-9-9-9-9-9-9-9-9-9-9-9-9-9-			
MOI	MODULE NIVEAU		NIVEAU	FAMILLE A	APS	SEAN CE	EFFECTIVE	MATE	IEL
	- Coordination motrice et condition physique.		1 <sup>er</sup> AC	gymnastique	Gym au sol	7		6 tapis, chr tremplin	ono,
OT	[		L'élève de la 1ére année doit ac rythme) et s'intégrer dans le gr	A	ricité correcte lui po	ermettant de s'adapter au	ix exigences des si	tuations (forme	e et

OT	C		d'éléments gymniques devant l	le groupe classe					
OBJECTIF DE LA SEANCE			- Réaliser et aider ses camarades à réaliser un mini enchainement d'au moins 2 éléments gymniques de difficultés B (roulement avant et arrière jambes écartés tendus,)						
DUREE	PARTIE	BUT	DISCRIPTION	CONSIGNES	CRITERE DE REALISATION	CRITER E DE REUSSI TE	SCHEMATISATION		
10 à 15 min	INTRODUCTIVE	-Eveil physique -Eveil psychique	Dans un terrain de basket Ball Toute la classe travail dans le même temps sur la longueur du terrain	Inspirer; expirer s'étirer à fond	Prise en main: vérification de la tenue et de l'absence explication de l'objectif de la séance.  Exercices généraux: Course en petites foulées, échauffement articulaire et musculaire, étirement.  Exercices spécifiques: Stimulation des chaines musculaires les plus sollicitées en gymnastique (mouvements de la tête, circumduction des épaules,), faire des rotations latérales du tronc et les membres sup, jambes écartées et toucher les talons avec les mains.	- Engagement moteur de tous les élèves			
35 à 45 min	FONDAMENTALE	I .	On divise la classe sur 2 groupes, chaque groupe dans un atelier composé de 1 élement chaque groupe s'occupe a réaliser un élement, après 15 min changer l'atelier , travail par binome 1 execute et 2 observe	-Garder les jambes tendues serrés. pousser des mains pour se releverMaintenir les jambes tendus jusqu'à la réception.	Avec un plan incliné  Atelier 1 : roulement avant jambes  écartées  Pousser des deux jambes, Jambes serrés et tendus, Pousser sur les mains.  Atelier 2 : Roulement arrière les jambes  écartées tendus  - Départ debout, Dos courbé, Ouverture précoce des jambes tendues.  Variantes :  Complexification : sans utiliser l'inclinaison	ATELIER 1: - Se relever en position debout jambes écartées et tendusTourner dans l'axe. ATELIER 2: - Se relever en position debout jambes Ecartées et tendus Maintenir les jambes tendues lors du roulement.			

Rassemblement des élèves, Bilan de la séance pour se préparer la séance d'apprentissage prochaine							P 444 P 444	
MO	DULE		NIVEAU	FAMILLE A	PS	SEAN CE	EFFECTIVE	MATEIEL
		ntion motrice et physique.	1 <sup>er</sup> AC	gymnastique	Gym au sol	8		6 tapis , chrono, tremplin
OT	I		L'élève de la 1ére année doit ac rythme) et s'intégrer dans le gr	-	icité correcte lui pe	ermettant de s'adapter a	ux exigences des sit	uations (forme et
OT	C		L'élève de 1ere année doit pouve d'éléments gymniques devant l	e groupe classe	compose de : 3A 2E	3		_
OB	<b>JECT</b>	IF DE LA SEANCE	- Réaliser et aider ses camarad B( ATR à la station debout, p	ultés				
DUREE	PARTIE	BUT	DISCRIPTI ON	CONSIGNE S	REALISATION REUSSI		E DE	SCHEMATISATI ON
10 à 15 min	INTRODUCTIVE	-Eveil physique -Eveil psychique	Dans un terrain de basket Ball Toute la classe travail dans le même temps sur la longueur du terrain	Inspirer; expirer s'étirer à fond	l'absence explication de l'objectif de la <b>mo</b>		- Engagement moteur de tous les élèves	

35 à 45 min	FONDAMENTALE	Pousser avec les mais et élever les jambes en haut	On divise la classe sur 2 groupes, chaque groupe dans un atelier composé de 1 élement chaque groupe s'occupe a réaliser un élement, après 15 min changer l'atelier , travail par binome 1 execute et 2 observe	-Se concentrer sur le gainage du corps. sentir l'alignementEviter de poser des pieds trop éloignée. Extension non harmonieuse => cassure au niveau lombaire. Eviter les flexions des bras.	centrer sur ainage du ps. sentir ignement. iter de les mains. Tendre les pointes des pieds. Atelier 2  Pont (mouvement de souplesse).  Pont (mouvement de souplesse). Départ allongé sur le dos. ter les ions des  Extension répartie sur tous les niveaux : colonne vertébrale + épaules + hanches.		-S'équilibrer pendant la réalisation du pontMaintenir le pont pendant 3 sLe dos droitAlignement du corps à la verticale (main, épaule, tête, dos, fesse jambe sont alignés)Maintenir l'ATR pendant 3 s.	B A B	
5 à 10 min	FINALE	Rassemblement des é d'apprentissage proch	lèves, Bilan de la séance pour se naine	préparer la séa	nce			P - 000 D - 00	
МО	DULE		NIVEAU	FAMILLE A	PS	SEAN CE	EFFECTIVE	MATEIEL	
		ation motrice et physique.	1 <sup>er</sup> AC	gymnastique	Gym au sol	9		6 tapis, chrono, tremplin	
			L'élève de la 1ére année doit ac rythme) et s'intégrer dans le gr		ricité correcte lui pe	ermettant de s'adapter au	ix exigences des si	tuations (forme et	
OT			L'élève de 1ere année doit pouvoir se confirmer et s'adapter à des mouvements inhabituels pour réaliser un enchainement simple d'éléments gymniques devant le groupe classe compose de : 3A 2B						
ОВ	OBJECTIF DE LA SEANCE		- Réaliser et aider ses camarad A et 2 élement de B (prétest p				cultés		
DUREE	DOUREE PARTIE		DISCRIPTION	CONSIGNES	CRITERE DE	REALISATION	CRITER E DE REUSSI TE	SCHEMATISATION	

10 à 15 min	INTRODUCTIVE	-Eveil physique -Eveil psychique	Dans un terrain de basket Ball Toute la classe travail dans le même temps sur la longueur du terrain	Inspirer; expirer s'étirer à fond	l'absence explication séance.  Exercices généraux foulées, échauffement musculaire, étirement exercices spécifique chaines musculaires gymnastique (mouve circumduction des étrotations latérales du	<u>x</u> : Course en petites ent articulaire et ent.  nt.  nes : Stimulation des les plus sollicitées en	- Engagement moteur de tous les élèves		a de la company
35 à 45 min	FONDAMENTALE	Réaliser un enchainement des élément de choix de l'éleve	On divise la classe sur 2 groupes, chaque groupe dans un atelier s'occupe a réaliser un mini enchainement de 3 élement de A avec une durée de 1 min a chaque passage Les deux ateliers face au prof pour qu'il juge tous les passages	Respecter l'ordre et le temps de passage		cute son enchainement exécute devant lui avec	-réussir l'exécution des élément comme il faut	prof  O O O O O O O O O O O O O O O O O O	
5 à 10 min	FINALE	Rassemblement des é d'apprentissage proch	lèves, Bilan de la séance pour so naine	e préparer la sé	ance			P.	9 9 9 9 9 9 9 9 9
MOI	MODULE		NIVEAU	FAMILLE	APS	SEAN CE	EFFECTIVE	MAT	TEHEL
	- Coordination motrice et condition physique.		1 <sup>er</sup> AC	gymnastique	Gym au sol	10		6 tapis, c	hrono,
OTI	[		L'élève de la 1ére année doit a rythme) et s'intégrer dans le g		tricité correcte lui pe	rmettant de s'adapter at	ix exigences des si	tuations (for	ne et

OT	C		d'éléments gymniques devant l	le groupe classe	et s'adapter à des mouvements inhabituels compose de : 3A 2B	•	•
OB	JECT	TIF DE LA SEANCE	-Réaliser devant le groupe class définit dans un délai ne dépassa	se un enchainem ant pas 1 mn 30	ent simple composé d'éléments gymniques os.	le difficultés : 3A	et 2B dans un espace
DUREE	PARTIE	BUT	DISCRIPTION	CONSIGNES	CRITERE DE REALISATION	CRITER E DE REUSSI TE	SCHEMATISATION
10 à 15 min	INTRODUCTIVE	-Eveil physique -Eveil psychique	Dans un terrain de basket Ball Toute la classe travail dans le même temps sur la longueur du terrain	Inspirer; expirer s'étirer à fond	Prise en main: vérification de la tenue et de l'absence explication de l'objectif de la séance.  Exercices généraux: Course en petites foulées, échauffement articulaire et musculaire, étirement.  Exercices spécifiques: Stimulation des chaines musculaires les plus sollicitées en gymnastique (mouvements de la tête, circumduction des épaules,),faire des rotations latérales du tronc et les membres sup, jambes écartées et toucher les talons avec les mains.	- Engagement moteur de tous les élèves	
35 à 45 min	FONDAMENTALE	Réaliser devant le groupe classe un enchainement simple composé d'éléments gymniques de difficultés 3A+2B.	On divise la classe sur 2 groupes, chaque groupe dans un atelier s'occupe a réaliser un enchaînement de 3 élement de A et 2 élement de B 1er groupe passe devant le prof et le 2eme se préparer au passage	-respecter l'ordre de passage pour le 1er groupe -le 2eme s'echauffe et se préparer a l'exécution	-Présenter l'enchainement choisi au prof et Réaliser le avec cohérence	-Tous les élèves passent le test	prof   I I I I I I I I I I I I I I I I I I
							© @ © ©

mim	ALE	Rassemblement des élèves, Bilan de la séance , retour au calme	P 200
<b>√</b> 05	<u>-</u>		
N			