

Annexes I

-I- Projet pédagogique de l'activité gymnastique

I. Fiche pédagogique de l'activité « gymnastique »	page 2
a. Les caractéristiques de l'activité, définition logique interne.....	page 2
b. L'activité dans le champ de l'EPS : didactique de l'APS « gymnastique »	page 2
c. Les objectifs et les finalités à l'école (...)	page 3
d. L'évaluation	page 4
e. Définition des modules	page 5

Annexes II

- II- Projet animation Gymnastique Acrobatique

1° - Les échauffements

2° - Les ateliers pédagogiques 1 à 10

3° - Les ateliers connexes de renforcement ou de simplification

4° - Les fiches d'évaluations

5° - Les diplômes

- Le cahier pédagogique n° 15 USEP « défi gym »

Annexes III

- III-Projet animation Gymnastique Rythmique

I. Fiche pédagogique de l'activité « gymnastique »

a- Les caractéristiques de l'activité, définition logique interne :

Dans le cadre fédéral, la gymnastique est présentée comme une « activité de production » de « formes gestuelles » créées ou codifiées, intégrant une motricité inhabituelle (souvent en appui manuel), et présentées sous forme d'enchaînement. Elle se décline en sept disciplines reconnues :

1. La gymnastique artistique masculine : sol, cheval d'arçons, anneaux, saut, barres parallèles, barre fixe;
2. La gymnastique artistique féminine : saut, barres asymétriques, poutre, sol ;
3. La gymnastique rythmique : cerceau, ballon, massues, ruban, corde, en ensemble, duo ou individuel ;
4. Le trampoline ;
5. Le tumbling : enchaînement de 8 sauts, acrobaties et figures consécutives ;
6. La gymnastique acrobatique, anciennement connue sous le nom d'acrosport ;
7. L'aérobic.

b- L'activité dans le champ de l'Education nationale: didactique de l'APS « gymnastique » :

Dans le champ de l'Education physique et sportive, la gymnastique est proposée sous forme d'ateliers à partir du « projet animation Gymnastique », décliné sur la gymnastique acrobatique et sur la gymnastique rythmique.

Ces nouveaux projets, outre les ateliers gymniques organisés de manière à offrir un maximum de temps en activité, permettent à l'enfant de dépasser le simple niveau de pratiquant pour vivre d'autres aspects de la vie en collectivité. L'élève passe tour à tour acteur et juge, mettant ainsi en exergue diverses valeurs portées par l'école dans la construction du citoyen, comme la responsabilité, le respect, ou encore l'autonomie...

Cette approche vise d'une part, à faire découvrir et vivre le plaisir de l'activité Gymnastique, au travers des projets animation (projets élaborés de concert entre l'USEP et la FFG) et d'autre part, elle doit contribuer à l'acquisition des programmes de l'école et des programmes du socle commun de connaissances et de compétences.

La gymnastique en EPS nécessite de :

1. Respecter la logique interne de l'activité, qui est de produire des formes avec son corps pour qu'elles soient vues et jugées selon un code établi ou à construire ;
2. Assurer une sécurité active et passive optimales ;
3. Favoriser l'individualisation des apprentissages ;
4. Proposer différentes formes d'ateliers avec différents niveaux de complexification et de progression;
5. Pratiquer les différentes disciplines de la gymnastique telles que la Gymnastique Rythmique, la Gymnastique Acrobatique ;
6. Diversifier les rôles tenus par les élèves, notamment celui de juge que rempliront tour à tour les élèves en mettant en place une évaluation « critériée » des évolutions gymniques, simple à comprendre et à renseigner (co-évaluation par binôme) ;
7. Proposer une double évaluation : par l'adulte et par les enfants réunis en binômes ;
8. Proposer un temps d'activité le plus important possible pendant la séance ;
9. Mettre l'accent sur la visée esthétique, le « donné à voir », le rôle du spectateur- observateur-évaluateur ;
10. Intégrer le module dans un projet de rencontres interclasses ou inter-écoles.

c - Les objectifs et les finalités à l'école au vu des projets et autres textes en vigueur :

« L'éducation physique et sportive vise le développement des capacités motrices et la pratique d'activités physiques, sportives et artistiques. Elle contribue à l'éducation à la santé en permettant aux élèves de mieux connaître leur corps, et à l'éducation à la sécurité, par des prises de risques contrôlées. Elle éduque à la responsabilité et à l'autonomie, en faisant accéder les élèves à des valeurs morales et sociales (respect de règles, respect de soi-même et d'autrui).

La pratique des activités est organisée sur les trois années du cycle en exploitant les ressources locales. »
(B.O. hors-série du 19 juin 2008)

Ces projets contribuent à la bonne santé physique des élèves. Ils sont construits à partir d'objectifs pluriels :

1° - Favoriser la mise en condition physique : place importante laissée à l'échauffement en vue d'améliorer les capacités physiques et motrices (coordination, latéralisation...),

2° - Augmenter la quantité et l'intensité de travail pendant les séances : conserver une qualité de travail en fixant des objectifs adaptés au niveau physique et technique des élèves,

3° - Entretenir la motivation : grâce à un projet en plusieurs niveaux connu par l'ensemble des acteurs (enseignants, élèves, intervenants, parents...), des séances structurées et dessinées, avec des consignes simples et uniques pour chaque mouvement, un nombre de séances permettant de rendre visibles les progrès, une orientation des élèves vers une pratique adaptée à leurs motivations et à leurs capacités.

En rapport avec les compétences du socle de connaissances et de compétences et les textes en vigueur la gymnastique en EPS recherche, tout au long de la scolarité :

1° - Les objectifs liés aux programmes de l'école primaire :

TRANSVERSALITE DES APPRENTISSAGES - VIVRE ENSEMBLE		
Connaissances de soi		Connaissances sur l'activité
Compétences motrices	Objectifs santé -hygiène	Connaissances culturelles
I- Développer les capacités et les ressources nécessaires aux conduites motrices	II - Acquérir des compétences et connaissances utiles pour mieux connaître son corps, le respecter et le garder en bonne santé	III - Accéder au patrimoine culturel que représentent les différentes activités et pratiques sociales de référence
a- Enrichir le répertoire moteur de base : locomotions, déplacements, équilibres, manipulations, projections, réceptions, b- Construire et diversifier, enchaîner, combiner les actions	a- Acquérir des connaissances sur soi spécifiques dans l'APS, b- Prendre des risques mesurés, c- Mieux connaître son corps, ses possibilités, ses réactions à l'effort,	a- Acquérir des connaissances et savoirs précis sur les différentes APS rencontrées : instruments utilisés, règles respectées, codes mis en oeuvre, repère dans l'environnement. b- Comprendre ce qui a été vécu, ce qu'il faut faire

2° - Les compétences du socle commun de connaissances et de compétences :

Maitrise de la langue française	Capacité à lire et à comprendre les textes variés	Lecture et compréhension des projets animation FFG
	Enrichissement du vocabulaire	Connaissance et acquisition du vocabulaire lié à l'APS, au corps humain
Compétences sociales et civiques	Avoir une attitude citoyenne	Connaissance des règles, des rôles. Respect de l'autre, du matériel. Entraide, coopération, parade.
	Capacité à prendre des responsabilités	Exercer la fonction de juge
Autonomie et initiative	Être autonome dans son travail	Connaître le but et les critères de réalisation
	S'engager dans un projet et le mener à terme	Définir un contrat et le réaliser

3° - Les connaissances, capacités, attitudes suivantes, en fonction des cycles :

Cycle 1	Cycle 2	Cycle 3
COMPETENCES SPECIFIQUES		
Réaliser des actions à visées artistique, esthétique ou expressive	Concevoir et réaliser des actions à visées artistique, esthétique, ou expressive Réaliser des actions de plus en plus tournées et renversées, de plus en plus aériennes, de plus en plus manuelles, de plus en plus coordonnées	Concevoir et réaliser des actions à visées artistique, esthétique ou expressive
COMPETENCES TRANSVERSALES		
<ul style="list-style-type: none"> - S'engager dans l'action, - Faire un projet d'action individuel ou collectif, - Identifier et apprécier les effets de l'activité, - Se conduire dans le groupe en fonction des règles 	<ul style="list-style-type: none"> - S'engager lucidement dans l'action, - Construire un projet d'action, - Mesurer et apprécier les effets de l'action, - Appliquer les règles de vie collective 	<ul style="list-style-type: none"> - S'engager lucidement dans la pratique de l'activité, - Construire un projet d'action, - Mesurer et apprécier les effets de l'activité, - Appliquer et construire des principes de vie collective
CONNAISSANCES A ACQUERIR		
<ul style="list-style-type: none"> - Les connaissances relatives à l'activité, aux instruments utilisés, aux règles, la connaissance sur soi, - Les savoirs pratiques sur le « comment réaliser », - Les savoirs faire sociaux (façon de se conduire dans le groupe) 		<ul style="list-style-type: none"> - Les connaissances relatives à l'activité, à son fonctionnement dans l'activité, - Les moyens et les façons de s'y prendre, - Les connaissances sur soi, - Les savoirs faire sociaux.

d- L'évaluation :

L'évaluation en cours de formation se fait en binôme, par validation des acquis de chaque exercice par niveau, en fonction des capacités de l'élève : « Être capable de »

Voir « projet animation Gymnastique » en annexe.

e- Définition des Modules

A. L'enseignant, l'intervenant et le projet

Les projets animation Gymnastique s'appuient sur une approche transversale des activités gymniques et permettent à l'élève d'en acquérir les bases. Ils sont composés de :

1° - Neuf niveaux d'échauffements différents :

- a) La forme : Tous les échauffements peuvent se réaliser sans et/ou avec musique (dans le cadre de l'évolution de l'apprentissage). La musique rend attrayante et ludique la séance, donne du dynamisme et sensibilise au travail rythmique et à la relation musique -mouvement.
- b) Les principes de l'échauffement : Chaque échauffement comprend une partie cardio-vasculaire et de coordination motrice, une partie développement musculaire, une partie étirement. Les contenus évoluent progressivement entre les différents niveaux d'échauffement proposés.

2° - Des fiches-séances correspondant chacune à un niveau, comprenant chacun 6 à 15 exercices, avec comme principe : simplicité des exercices, progressivité des séances, lisibilité d'une co-évaluation formatrice, avec une évaluation en cours de formation, un maximum de 2 niveaux abordés par séance, adaptabilité au progrès des pratiquants, soutien pour ceux qui seraient en retard sur la validation des exercices :

- Pour la Gymnastique acrobatique, chaque niveau comprend 6 exercices.
- Pour la Gymnastique rythmique, chaque niveau comprend 15 exercices et 2 productions en groupe.

3°- Des ateliers connexes ou renforcement / simplification correspondant chacun à un niveau permettant de renforcer ou de simplifier l'apprentissage des éléments identifiés.

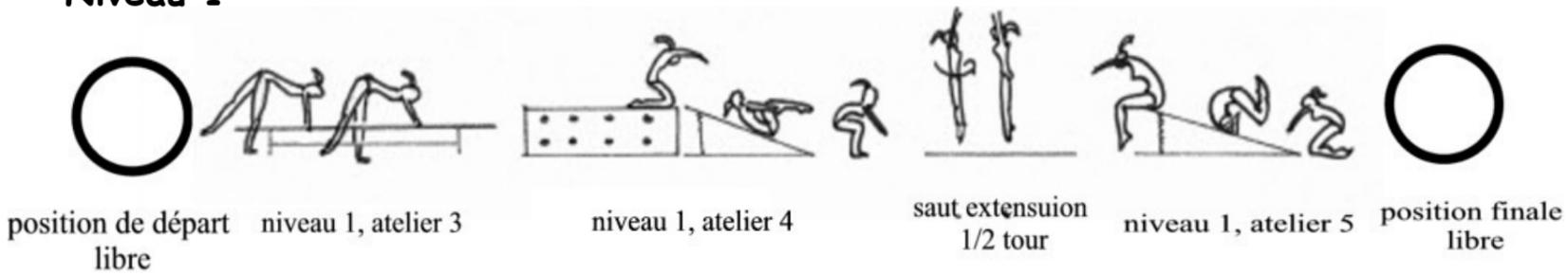
Ces projets ont fait l'objet d'une convention avec l'USEP sur les trois premiers niveaux.

4°- Au regard de la logique interne de la gymnastique, le travail en atelier des actions motrices sera réinvesti, en fin de module, sous forme de mini-enchaînements et ce, en fonction des installations locales.

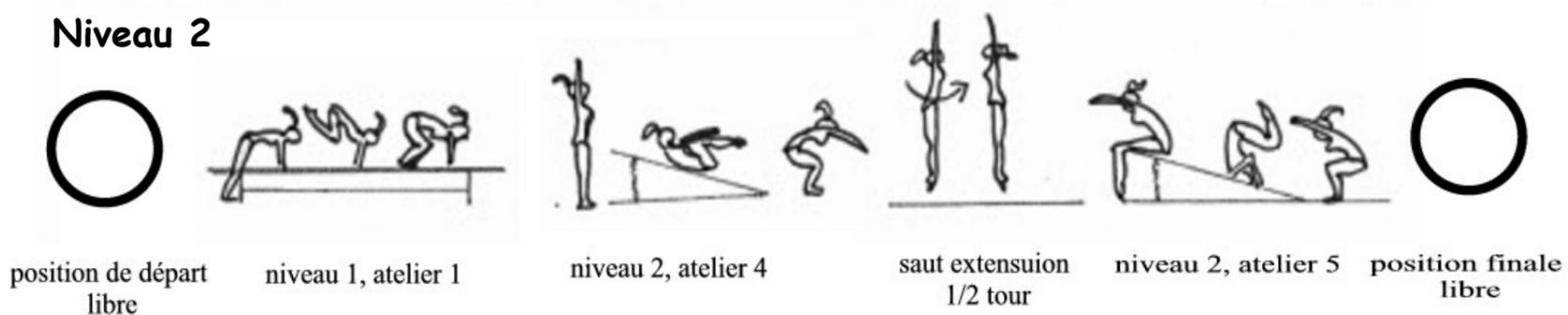
Activités Gymniques Acrobatiques

Exemples de mini-enchainements :

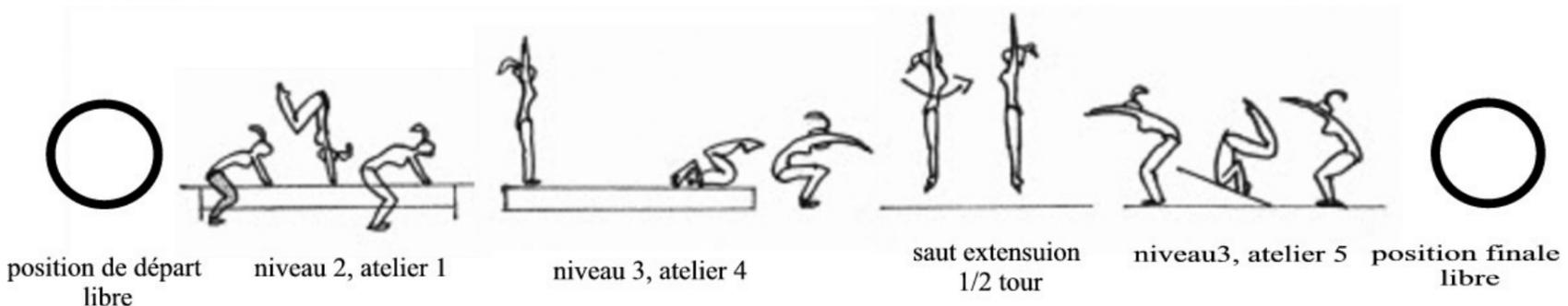
Niveau 1



Niveau 2



Niveau 3



Gymnastique rythmique

Les mini-enchainements seront composés de 3, 4 ou 5 éléments d'un même engin à choisir dans les différents niveaux du projet animation de gymnastique rythmique.

Les projets animations Gymnastique proposent une conception pédagogique et un ensemble d'organisation permettant à l'enseignant de :

- travailler en fonction de ses possibilités et de son temps de disponibilité (1 heure par semaine),
- utiliser un espace limité et peu de matériel gymnique,
- donner des points de repères et de fixer des objectifs immédiats et à plus long terme,
- accorder une certaine autonomie aux élèves,
- motiver les élèves par des co-évaluations fréquentes.

Dans ce projet le rôle de l'adulte est déterminant. Il implique une présence active, un investissement pour animer, enseigner, organiser, faire évoluer, motiver. Il s'agira au travers du projet pédagogique écrit en concertation entre l'enseignant et l'intervenant, de :

- s'approprier ce projet et de structurer ses séances devant évoluer en fonction des progrès des élèves,
- proposer des séances spécifiques sur un élément posant des difficultés (situations de remédiation) pour encourager et mettre l'élève en situation de réussite.

L'intervenant par sa connaissance technique de l'activité, favorise les apprentissages, tout en assurant la mise en place d'une sécurité passive et active optimale. Il interviendra 3 séances maximum sur l'ensemble d'un module de 8 séances.

Dans le cadre de la convention départementale, dans le Val d'Oise, ces projets Animations Gymnastique concernent les élèves de Cycle 2.

B. Module des activités gymniques acrobatiques

Exemple de Planification des séances sur 9 semaines

Semaine du	Echauffements	Séances techniques	Evaluations
1 ^{ère} semaine	Echauffement 1	N1	
2 ^{ème} semaine		N1	
3 ^{ème} semaine		N1-2	remise de diplômes
4 ^{ème} semaine	Echauffement 2	N1-2	
5 ^{ème} semaine		N1-2	
6 ^{ème} semaine		N1-2-3	remise de diplômes
7 ^{ème} semaine	Echauffement 3	N2-3	
8 ^{ème} semaine		N2-3	
9 ^{ème} semaine		N3	remise de diplômes
10 ^{ème} semaine	Echauffement 3	enchainements	
11 ^{ème} semaine	Echauffement 3	enchainements	Evaluation finale

Liste du matériel nécessaire pour le programme animation :

Proposition minimale :

Blanc	Tapis 2x1x0.05	Caisson 1trou 33cm	Caisson 2trous 48cm	Tremplin	Mini Trampoline	Plan incliné	Espalier/mur	Asymétriques	Tapis 2x2x0.20
2	30	4	4	4	1	4	1	1	6

Préconisation de la FFG :

Blanc	Tapis 2x1x0.05	Caisson 1trou 33cm	Caisson 2trous 48cm	Tremplin	Mini Trampoline	Plan incliné	Espalier/mur	Asymétriques	Tapis 2x2x0.20
4	60	6	6	6	1	4	1	1	6

Déroulement d'une séance

La séance est prévue pour durer une heure mais il faut prévoir le temps de montage et démontage du matériel surtout si l'enseignant ne pratique pas dans une salle spécialisée pour la gymnastique.

- Echauffement cardio-vasculaire, articulaire et spécifique d'environ $\frac{1}{4}$ h
- Distribution des feuilles de validation. Les élèves sont placés par groupe sur les 6 ateliers. Sur chaque atelier les enfants ont à réaliser, sur plusieurs passages, un élément avec une consigne précise à respecter ainsi qu'un ou deux exercices connexes. Ils changent d'atelier toutes les 7 à 8 minutes. Au fur et à mesure des séances, les enfants progressent chacun à leur niveau, à chaque fois qu'un enfant valide un atelier (ex : atelier 1 niveau 1), il peut passer au niveau supérieur (atelier 1 niveau2), par contre un niveau ne sera complètement validé (diplôme) que lorsque l'élève aura validé les exercices de tous les ateliers d'un même niveau.
- La validation peut se faire par binôme, lors des passages sur chacun des ateliers.
- Les 2 dernières séances servent à la production de mini enchainements des éléments travaillés durant le module.

C- Module de la gymnastique rythmique

Semaine du	Echauffements	Séances techniques	Evaluations
1 ^{ère} semaine	Echauffement 1	N1	
2 ^{ème} semaine		N1	
3 ^{ème} semaine		N1-2	remise de diplômes
4 ^{ème} semaine	Echauffement 2	N1-2	
5 ^{ème} semaine		N1-2	
6 ^{ème} semaine		N1-2-3	remise de diplômes
7 ^{ème} semaine	Echauffement 3	N2-3	
8 ^{ème} semaine		N2-3	
9 ^{ème} semaine		N3	remise de diplômes
10 ^{ème} semaine	Echauffement 3	enchainements	
11 ^{ème} semaine	Echauffement 3	enchainements	Evaluation finale

Liste du matériel nécessaire pour le programme animation :

Cordes	Cerceaux	Ballons	Paires massues	Rubans	Cerceaux Pour délimitation
6	6	6	3	6	6

Déroulement d'une séance

La séance est prévue pour durer une heure (exemple pour une classe de 30 élèves) mais il faut prévoir le temps d'installation des planches explicatives pour chaque atelier.

- Echauffement cardio-vasculaire, articulaire d'environ 10 minutes
- Mise en place des 5 ateliers (1 par engin) avec environ 10 minutes d'explication et de démonstration des éléments.
- Les enfants sont répartis sur les 5 ateliers. Sur chaque atelier, les enfants ont à réaliser 3 éléments en suivant les consignes (ex : corde « échapper un nœud », « rotations au dessus de la tête », « faire sauter »). Ils changent d'atelier toutes les 7 à 8 minutes. Au fur et à mesure des séances, les enfants progressent chacun à leur niveau, à chaque fois qu'un enfant valide un atelier (ex : engin, niveau 1), il peut passer au niveau supérieur (engin, niveau2), par contre un niveau ne sera complètement validé (diplôme) que lorsque l'élève aura réussi les exercices de tous les ateliers d'un même niveau. Si l'on considère, par rapport à l'âge des enfants que certains éléments sont difficiles à réaliser, l'enseignant peut décider de valider les niveaux en nombre de critères minimum atteint, à savoir de 8/15 pour la grande section, 10/15 pour le CP et 12 /15 pour le CE1.
- Lors de la 2^{ème} séance d'un même niveau, les explications étant moins longues, l'enseignant peut raccourcir le travail les ateliers afin de prendre du temps pour la production de groupe.
- La validation peut se faire par binôme, lors des passages sur chacun des ateliers.
- Les 2 dernières séances servent à la production de mini-enchainements des éléments travaillés durant le module.

II. Organisation des rencontres sportives départementales

Le « défi gym » est une proposition de rencontres sportives départementales.

Ce défi gym conclut une unité d'apprentissage de 10 à 14 séances d'EPS incluant la familiarisation avec les fiches de route et d'ateliers, tant pour les enfants que pour les adultes. Ainsi l'enfant vit un vrai moment de rencontre sans perte de temps liée à l'interprétation des consignes de passage.

Le défi gym est une forme de rencontre qui oppose des équipes organisées sur la base de la mixité et de l'hétérogénéité, tout en veillant à la prise en compte de la morphologie des enfants pour l'atelier de gymnastique acrobatique (atelier n°6), avec pour finalité l'autonomie de l'enfant et la connaissance de ses capacités.

L'aire d'évolution optimale doit être comprise dans un espace de 40 m sur 20 m, avec au maximum de 72 enfants. Pour autant, nous privilégierons les rencontres au cours desquelles une classe de cycle 3 organisera la rencontre pour deux classes de cycle 2, les élèves de cycle 3 prenant en charge l'explication et l'encadrement des activités déclinées au sein des 6 ateliers et la gestion du goûter.

A des fins logistiques, il est conseillé de prendre contact avec le comité départemental de gymnastique et le club local pour l'aide humaine, pédagogique et matérielle. Comme lieu, utiliser si possible les salles de gymnastique spécialisées des clubs locaux. Prévoir une durée minimum de 2 heures pour une rencontre. Concernant les fiches à distribuer, les fiches de route pour les élèves sont confiées aux adultes. Pour la gestion matérielle, il est important pour gagner du temps, de l'installer avant la rencontre. Mais le rangement peut se faire avec les enfants.

Pour présenter l'activité aux élèves, utiliser les photos et la bande dessinée de présentation de la gymnastique spécialement conçue pour eux.

Chaque passage aux ateliers dure 10 à 12 minutes (soit au minimum 2h de rencontre). Celui-ci est découpé en deux temps :

- 1er temps : entraînement pour effectuer les exercices demandés dans les 3 niveaux de pratique
- 2è temps : réalisation de l'exercice en fonction du contrat choisi par les enfants, et validation par les enfants du binôme suivant et par l'adulte.

La rencontre défi gym se déroule donc sur un espace de 20 m x 40 m, selon des rotations autour de 6 ateliers, par binôme à la morphologie proche. La rotation se fait dans l'ordre numérique (ateliers numérotés). Ceci avec un maximum de 6 équipes (soit 12 enfants) par atelier, comme ci-dessous :

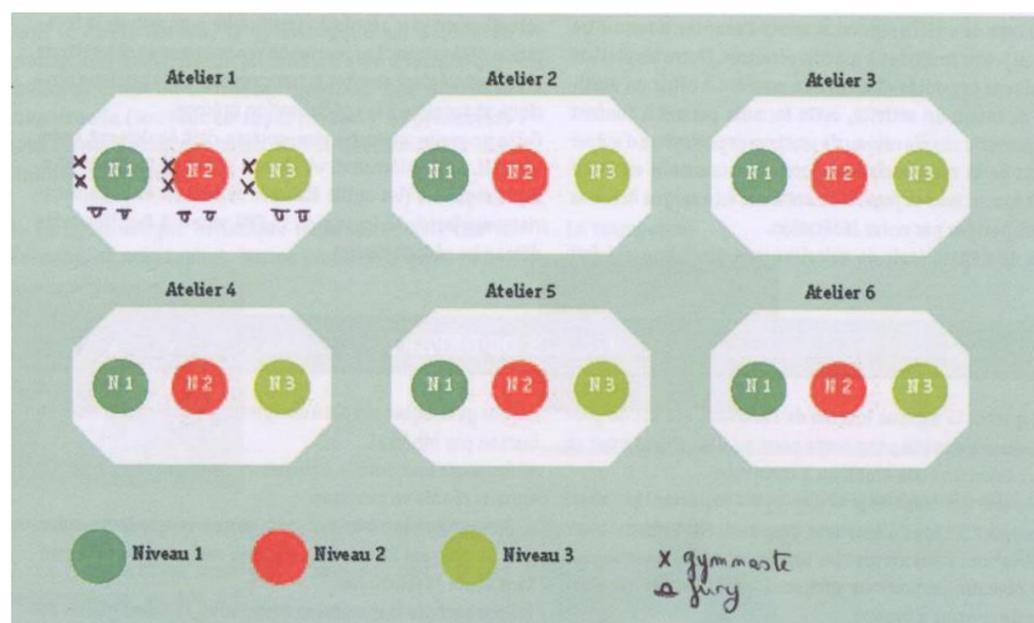


TABLEAU DE COTATION À L'USAGE DES ENFANTS			
	Niveau 1	Niveau 2	Niveau 3
FAIT mais non réalisé	1 point	2 points	3 points
FAIT et réalisé selon le critère de réussite	4 points	5 points	6 points