

La gymnastique au cycle 1



Référence aux programmes 2008

- **Compétence 1: Adapter ses déplacements à des environnements ou contraintes variés**
 - **Compétence 4: Se repérer et se déplacer dans l'espace**
 - **Compétence 5: Décrire et repérer un parcours simple**
-
- Acquérir une image orientée de son propre corps
 - Suivre un parcours, verbaliser et représenter un déplacement

Gymnastique: Définition

- La gymnastique est une activité de production de formes corporelles inhabituelles réalisées dans le but d'être vues et/ou jugées selon un code admis par les pratiquants.

Pour l'élève de maternelle:

C'est risquer son équilibre en se renversant, en prenant de la hauteur, en se balançant, en sautant en l'air... C'est construire « le répertoire moteur de base ».

Le code gymnique traduit :

- Le risque (se mettre à l'épreuve des propositions)
- L'originalité (travail d'inventaire)
- La virtuosité (maîtrise des difficultés)

Trame générale simplifiée

VOLER

TOURNER

SE DEPLACER

➤ Voler

- pour se réceptionner
- Pour rebondir
- Pour monter
- Pour attraper

➤ Tourner (priorité vers l'avant)

- Sur un plan incliné pour réussir un tour complet
- Sur un plan horizontal
- Autour d'une barre pour s'enrouler en respectant l'axe de rotation

➤ Se déplacer

- Pour aller d'un point à un autre avec des appuis pédestres, quadrupédiques, manuels
- Pour monter ou grimper sur
- Pour passer des appuis pieds à des appuis mains (apprentissage sur l'équilibre et la vitesse des actions)

Finalité du module d'apprentissage

- Mettre l'enfant dans un projet d'apprendre en EPS en faisant de la gymnastique



Organisation du module d'apprentissage

➤ La ou les séances de découvertes

Découvrir les lieux, l'espace, le matériel : **Le repérage au cycle 1 est essentiel**

Faire émerger les premières actions gymniques

Mise en place des règles d'or et fonctionnement (chassables, mise en place et rangement du matériel, gestion de sa sécurité et de celles des autres)

FAIRE

➤ La et les séances d'exploration

Cibler et hiérarchiser les besoins

FAIRE

➤ Les séances de structuration

Faire progresser les élèves

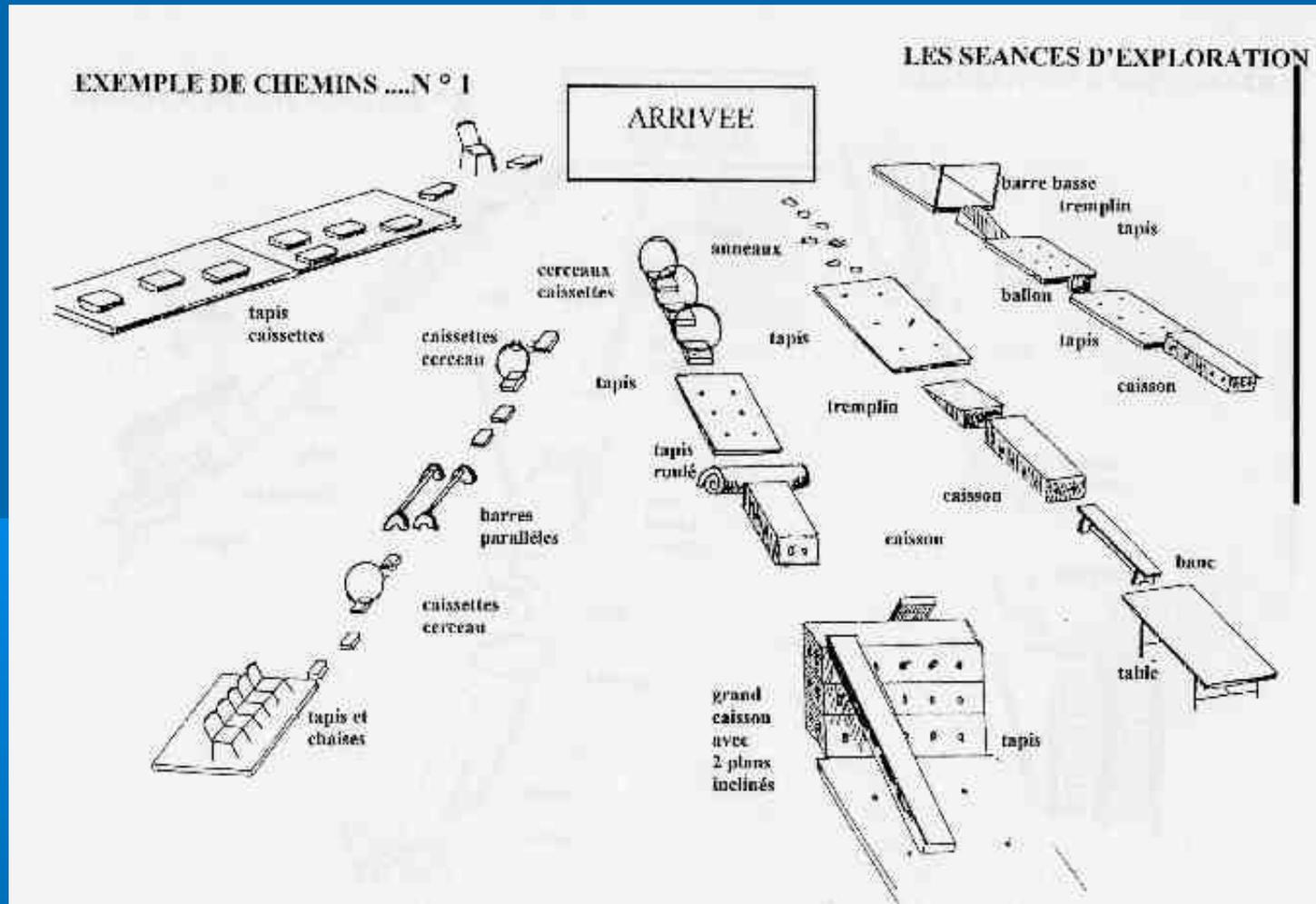
DIRE

➤ Les séances de réinvestissement

Valider les apprentissages

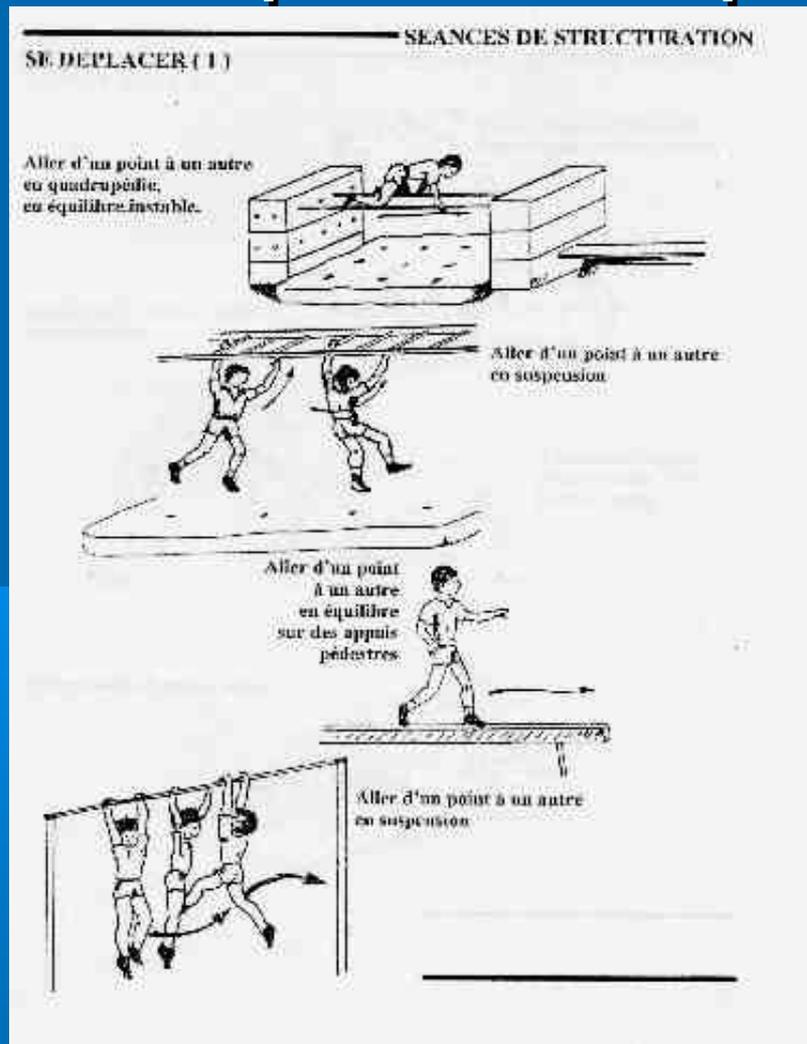
FAIRE...DIRE(mettre en mots ses réussites)

Une séance d'exploration 1 exemple de dispositif



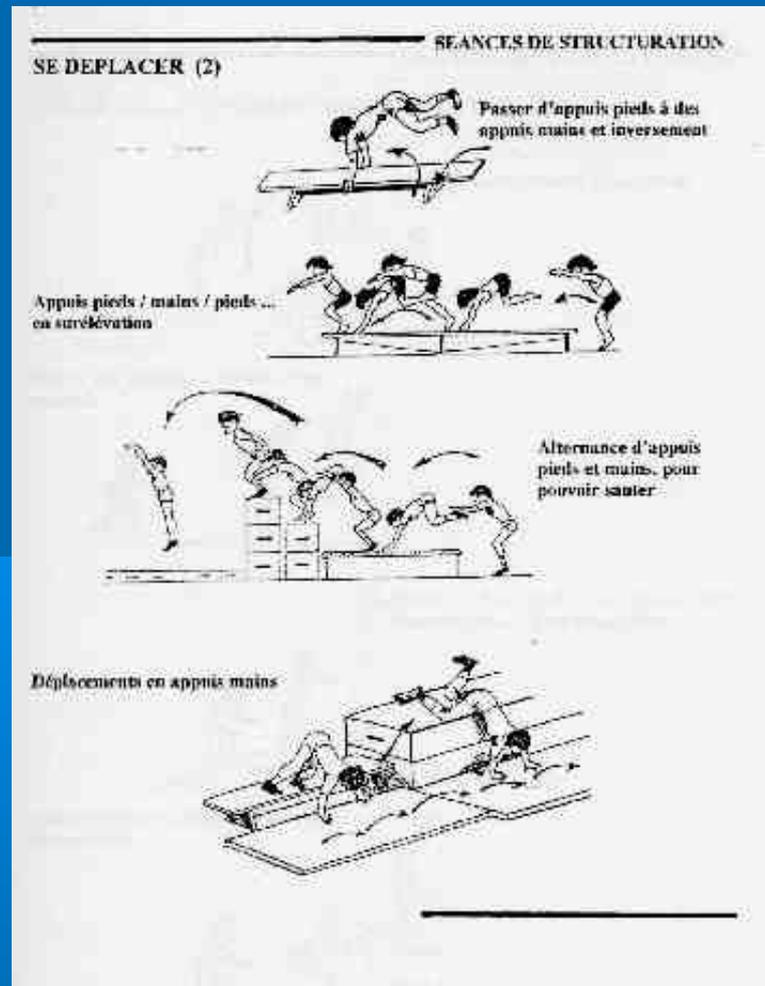
Une séance de structuration

1 exemple de dispositif



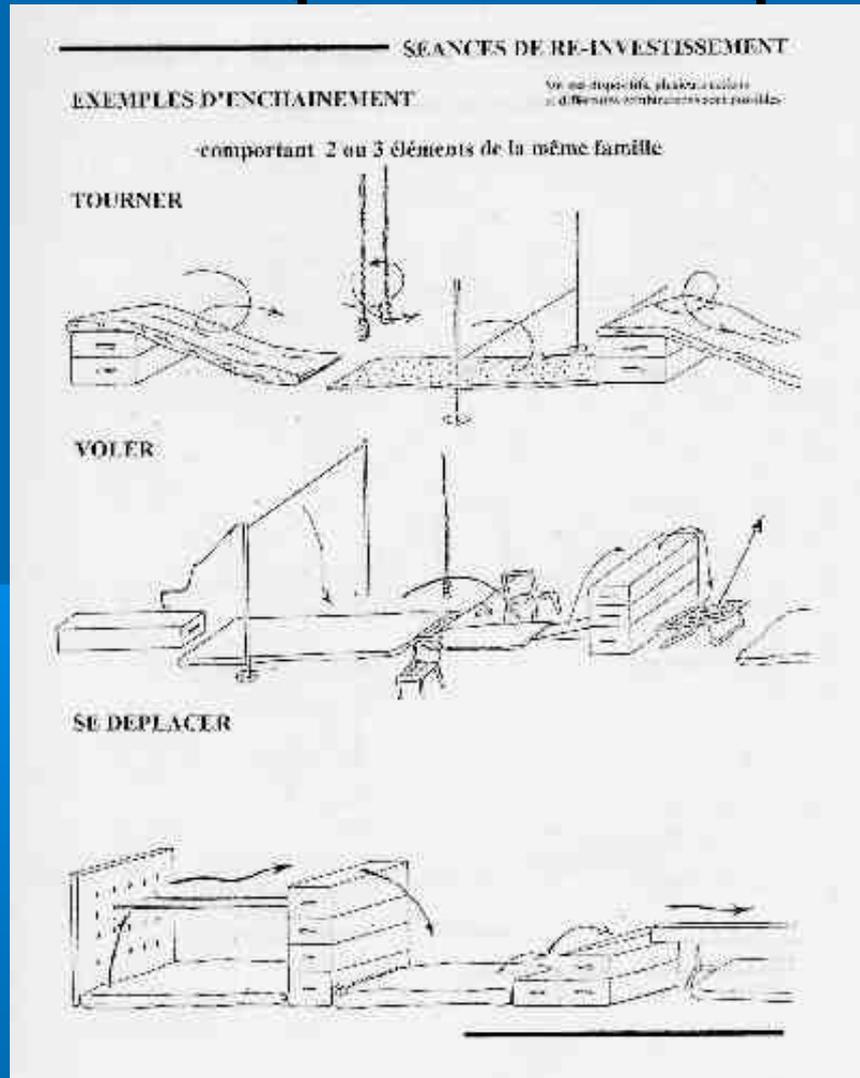
Une séance de structuration

1 exemple de dispositif



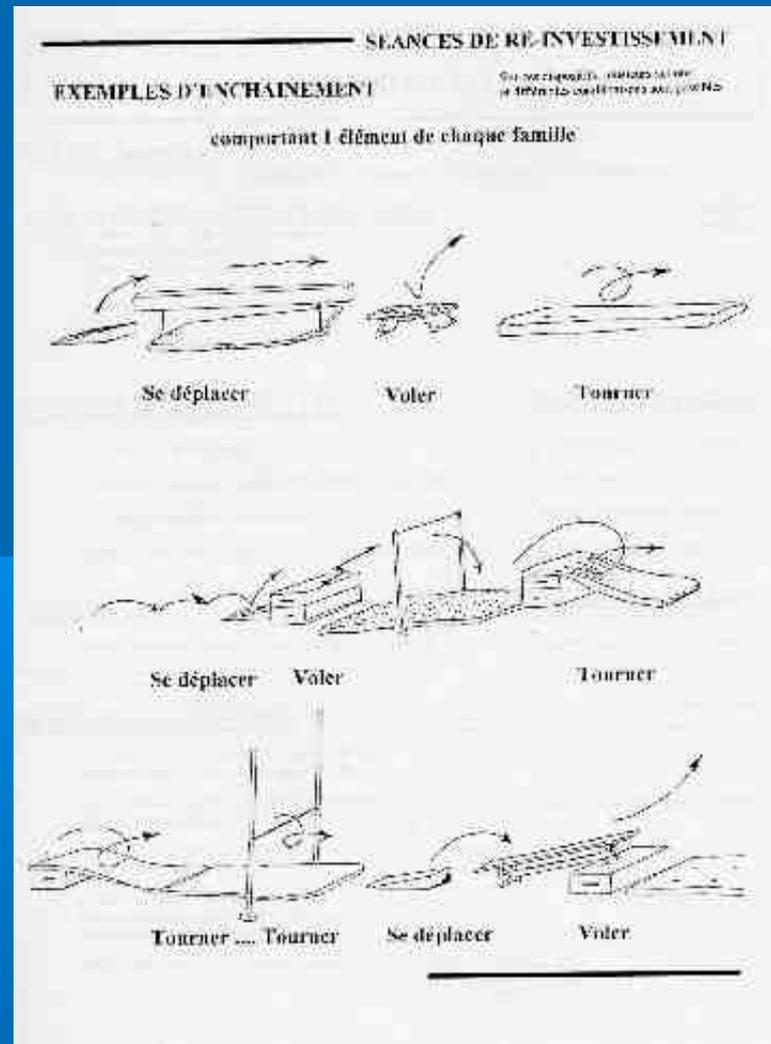
Une séance de réinvestissement

1 exemple de dispositif



Une séance de réinvestissement

1 exemple de dispositif



Organisation de la classe

➤ Aménagement du milieu

■ Le travail en circuit

C'est une succession de matériels ou d'appareils disposés sous la forme d'un parcours. L'enfant passe d'un appareil à l'autre en s'exerçant à chaque appareil une seule fois.

Ce type d'organisation est bien adapté aux séances de découverte et d'exploration.

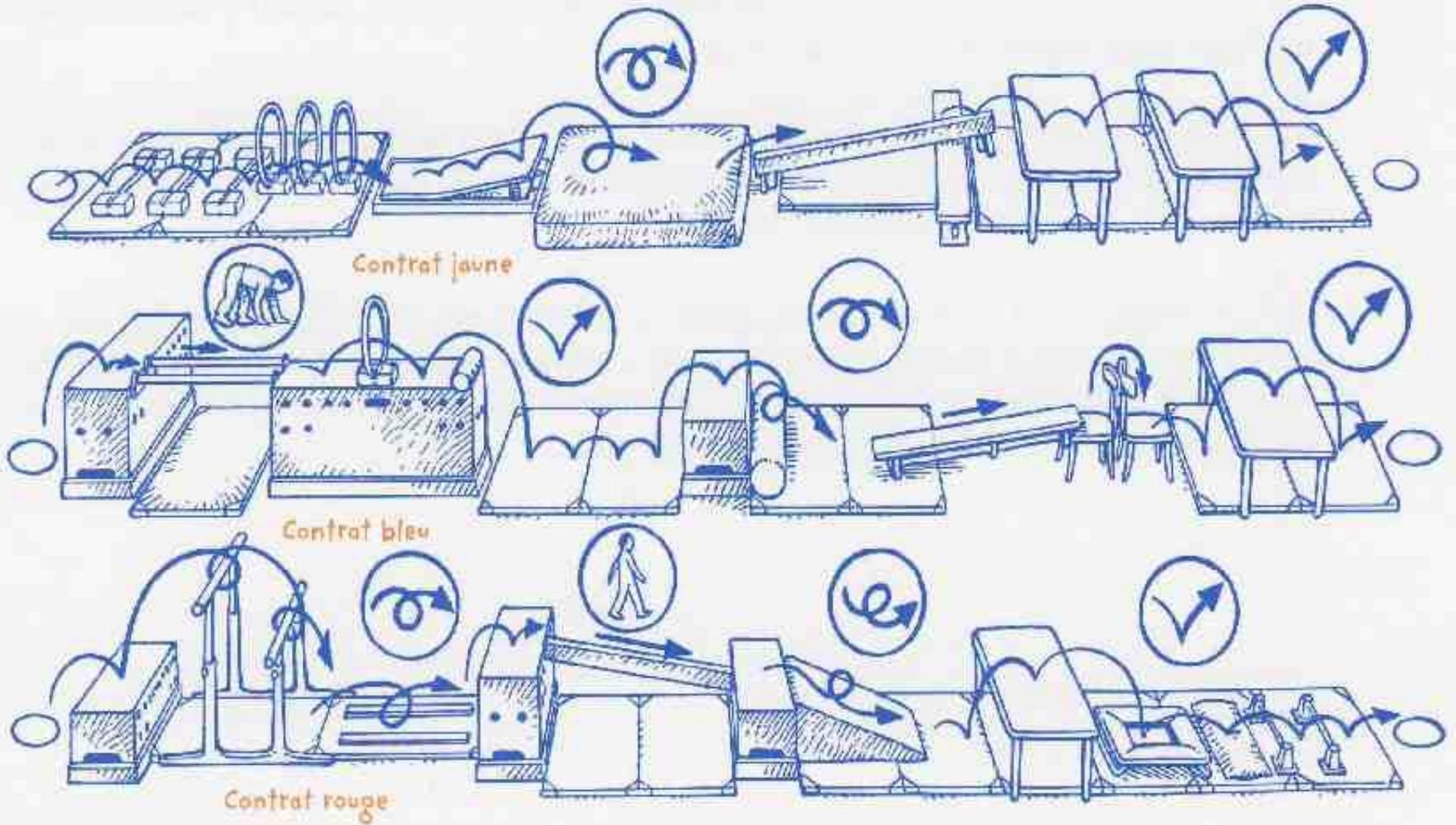
■ Le travail en ateliers

Un atelier se présente sous la forme d'un assemblage de matériels ou d'appareils destiné à provoquer des actions précises de découverte, de perfectionnement ou de renforcement. Les groupes d'enfants restent un temps donné à chaque atelier pour y répéter les consignes plusieurs fois.

5 à 6 enfants par ateliers/ Atelier de 5 minutes

Ce type d'organisation convient davantage pour des séances de structuration.

Circuit

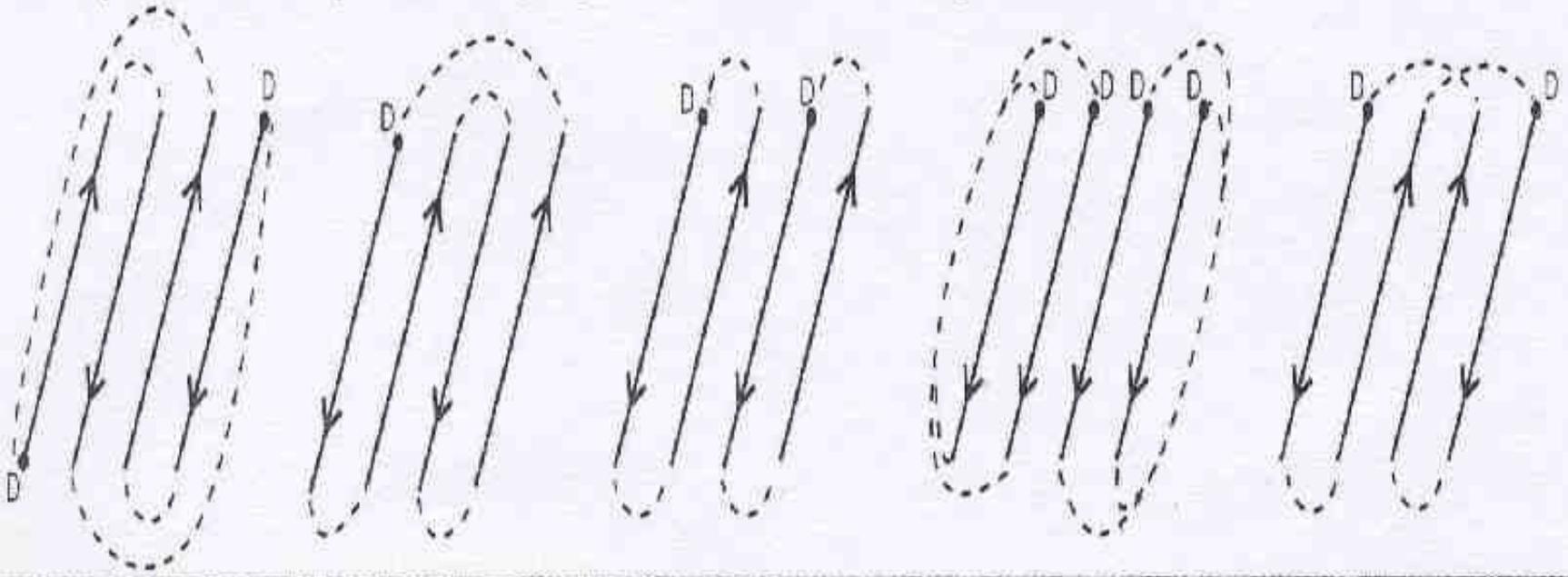




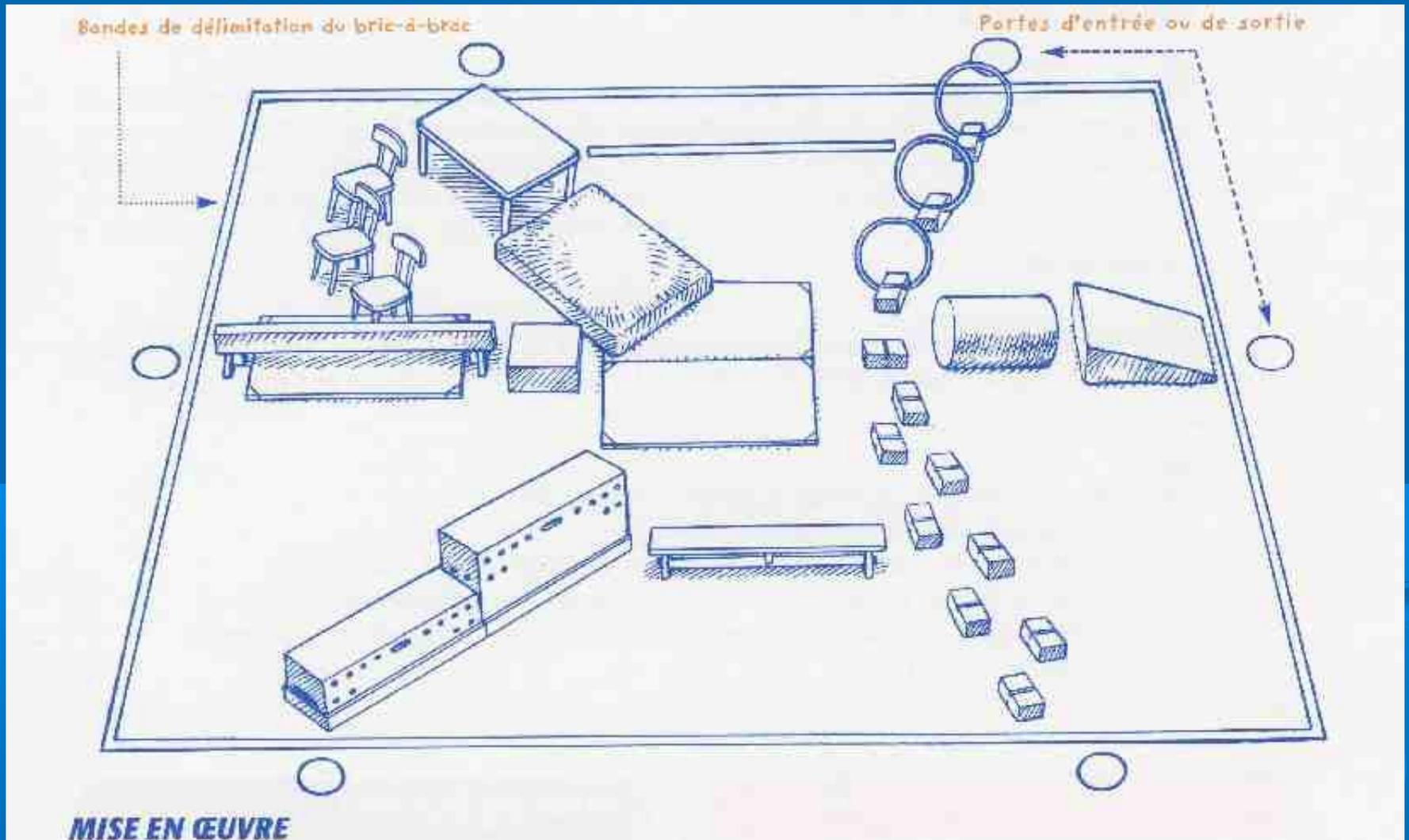
VARIANTES

DES ITINÉRAIRES STRUCTURANTS

Le dispositif retenu permet de proposer des formes d'organisations variées.



ETOILE

















Organisation sociale spécifique

ROLES

➤ Gymnaste

- Prendre en compte le résultat de son action
- Ajuster ses actions en fonction des buts visés
- Mesurer les risques pris ou à prendre
- Moduler son énergie

➤ Non-gymnaste ou spectateur

- Aider les autres
- Regarder les autres
 - pour les imiter
 - Pour trouver ce qui est semblable ou non
 - Pour comparer, classer...

Quelles règles ?

- Respecter les espaces gymniques et le sens des déplacements
 - ✓ Porte d'entrée
 - ✓ Porte de sortie
 - ✓ Ne pas courir sur le parcours
- Respecter les autres
 - ✓ Ne pas se bousculer
 - ✓ Attendre son tour
- Participer à l'installation ou au rangement du matériel
- Assurer sa sécurité et celles des autres

Quelle voie de progrès?

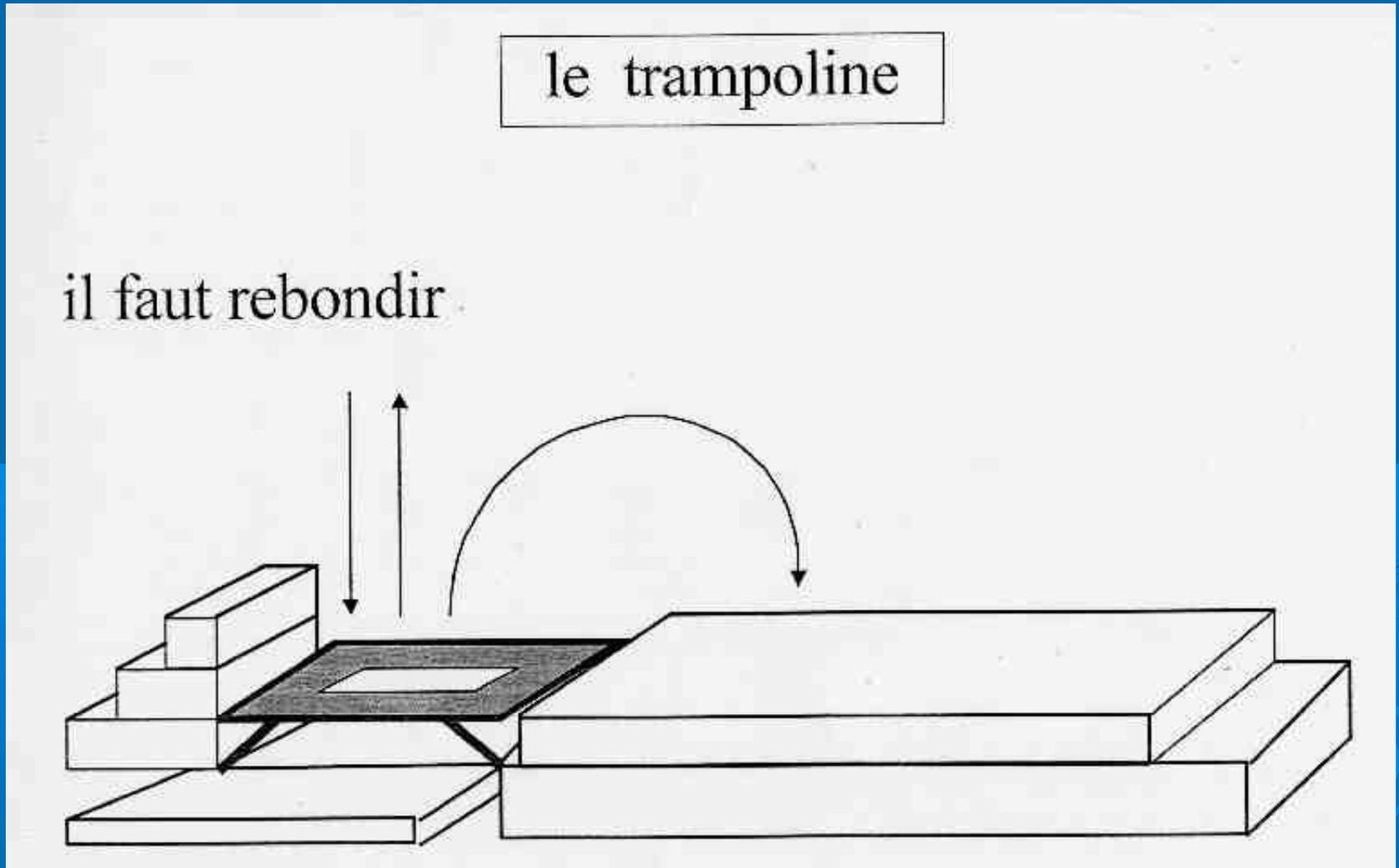
PETITE SECTION	<u>VOIE DE PROGRES</u>	GRANDE SECTION
L'enfant est imprégné par son activité.	→	Il contrôle son action et le résultat de celle-ci, parce qu'il est incité à le faire.
Il construit sa réponse, de proche en proche, au cours de répétitions.	→	Il accède à une idée de plus en plus claire du résultat qu'il doit atteindre grâce aux critères de réussite explicites. Il établit des relations entre le résultat de son action et ses manières de faire.
Il essaie, fait et refait. Des réponses régulières apparaissent dans des situations semblables.	→	Il constate l'écart entre ce qu'il voulait faire et ce qu'il fait. Il prend en compte ces résultats pour réorganiser son projet d'action.
Il n'identifie pas d'autres réponses que les siennes.	→	Il <u>compare</u> ses actions à celles des autres.
Il agit par contagion - fusion dans le groupe et par imitation.	→	Il confronte ses expériences et ses points de vue à ceux de ses pairs pour structurer les représentations fonctionnelles nécessaires à ses progrès.

L'enseignant crée les conditions permettant à chaque enfant de s'évaluer

L'enseignant	L'enfant
installe dans le dispositif matériel les outils personnalisés	identifie ses actions (gommettes de couleur, étiquettes à son nom, objet)
Laisse le temps nécessaire :	nomme les actions identifiées (utilisation du vocabulaire spécifique, juste)
Organise l'observation des enfants entre eux	repère l'ensemble des actions et s'y situe
organise des comparaisons et des confrontations de points de vue	dresse l'inventaire des réponses motrices retenues comme pertinentes pour l'A.P.S. considérée
retient <ul style="list-style-type: none">- des critères de classement (établir des catégories)- des critères de hiérarchisation (action difficile, esthétique, collective, émouvante,....)	organise cet inventaire dresse le portrait de l'athlète, du gymnaste, du joueur, du danseur...

Quelle progression ?

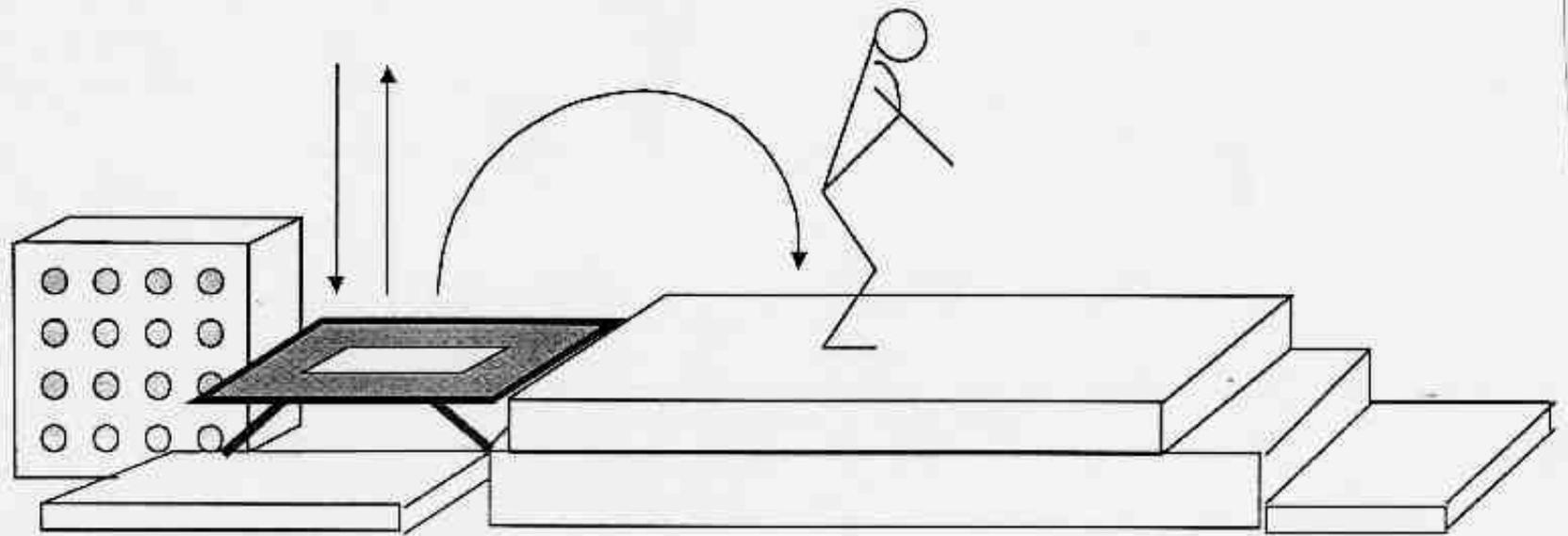
➤ Petite section



➤ Moyenne section

le trampoline

il faut rebondir

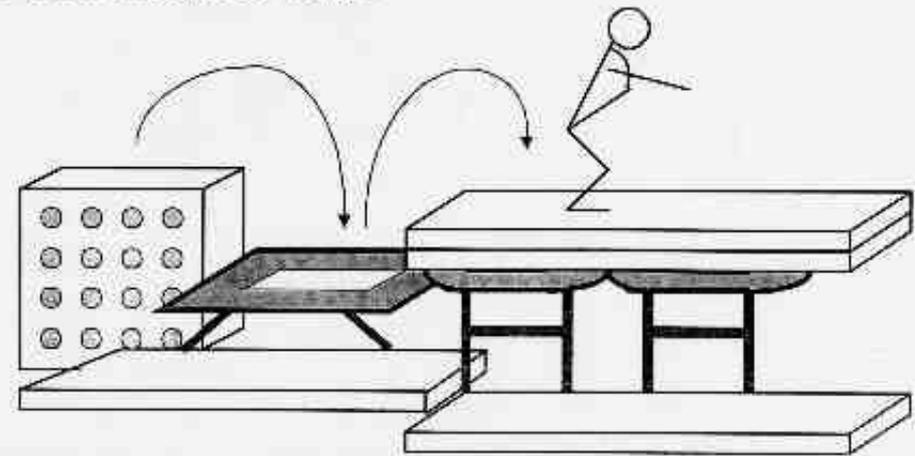


c'est réussi si on arrive sur les pieds

➤ Grande section

le trampoline

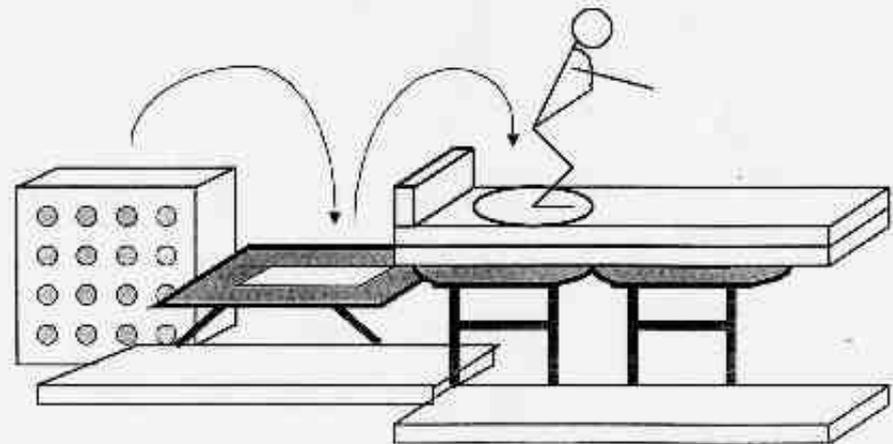
il faut rebondir haut



1 point : c'est réussi si on arrive sur les pieds

le trampoline

il faut rebondir haut



2 points : c'est réussi si on arrive sur les pieds

Un autre exemple : TOURNER

Cela pourrait se traduire par :

Pour les 2 ans : Parcours de motricité intégrant des jeux de roulades

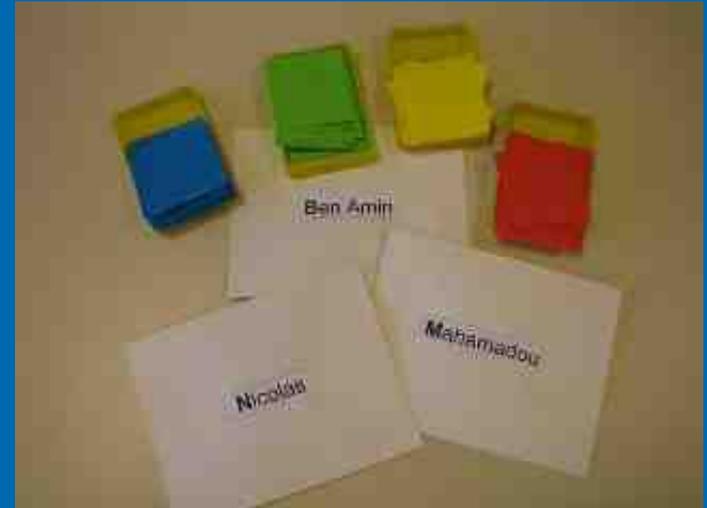
PS : l'élève apprend à accepter la posture groupée

MS : l'élève apprend à inverser ses repères

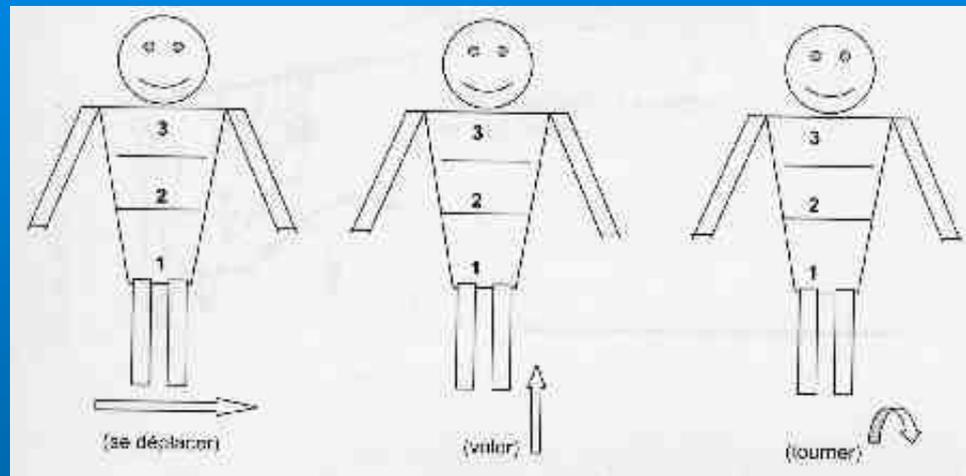
GS : l'élève apprend à diversifier et enchaîner les roulés

Quelle évaluation?

- Une chasse au trésor

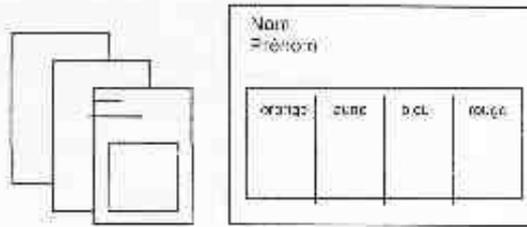


- Carte d'identité du gymnaste



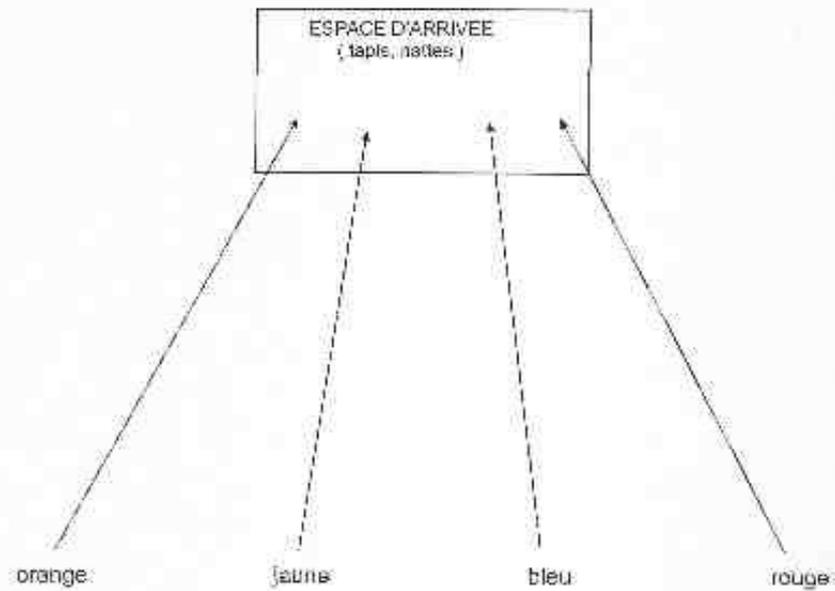
LES SEANCES D'EXPLORATION : EXEMPLE DE DISPOSITIF

permettant de réaliser des fonction sur exploré tous les chemins.



Fiche individuelle sur laquelle l'enfant colle la (les) vignette (s) correspondante(s) au (x) chemin(s) parcouru(s)

Réserve de vignettes correspondant aux 4 chemins



LES SEANCES DE STRUCTURATION : EXEMPLE DE DISPOSITIF

Fiche individuelle

Nom.....			
Prénom.....			
	se déplacer	voler	tourner
1			
2			
3			
4			
5			
6			

Nom
Prénom

Chaque enfant marque ses réussites aux différents ateliers spécifiés

Chaque «< chemin >> est composé de plusieurs ateliers spécifiés



se déplacer



se déplacer



voler



voler

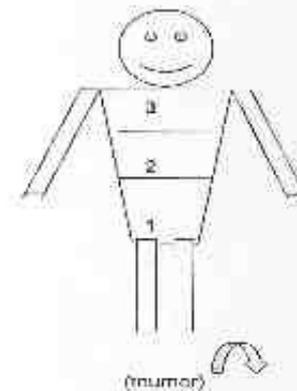
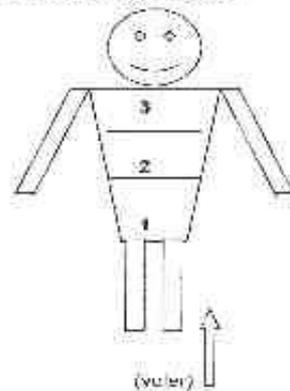
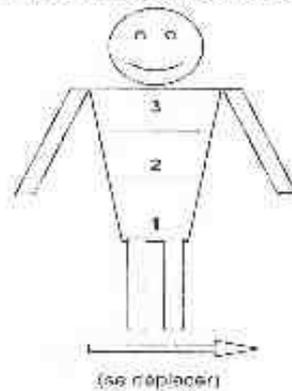


tourner

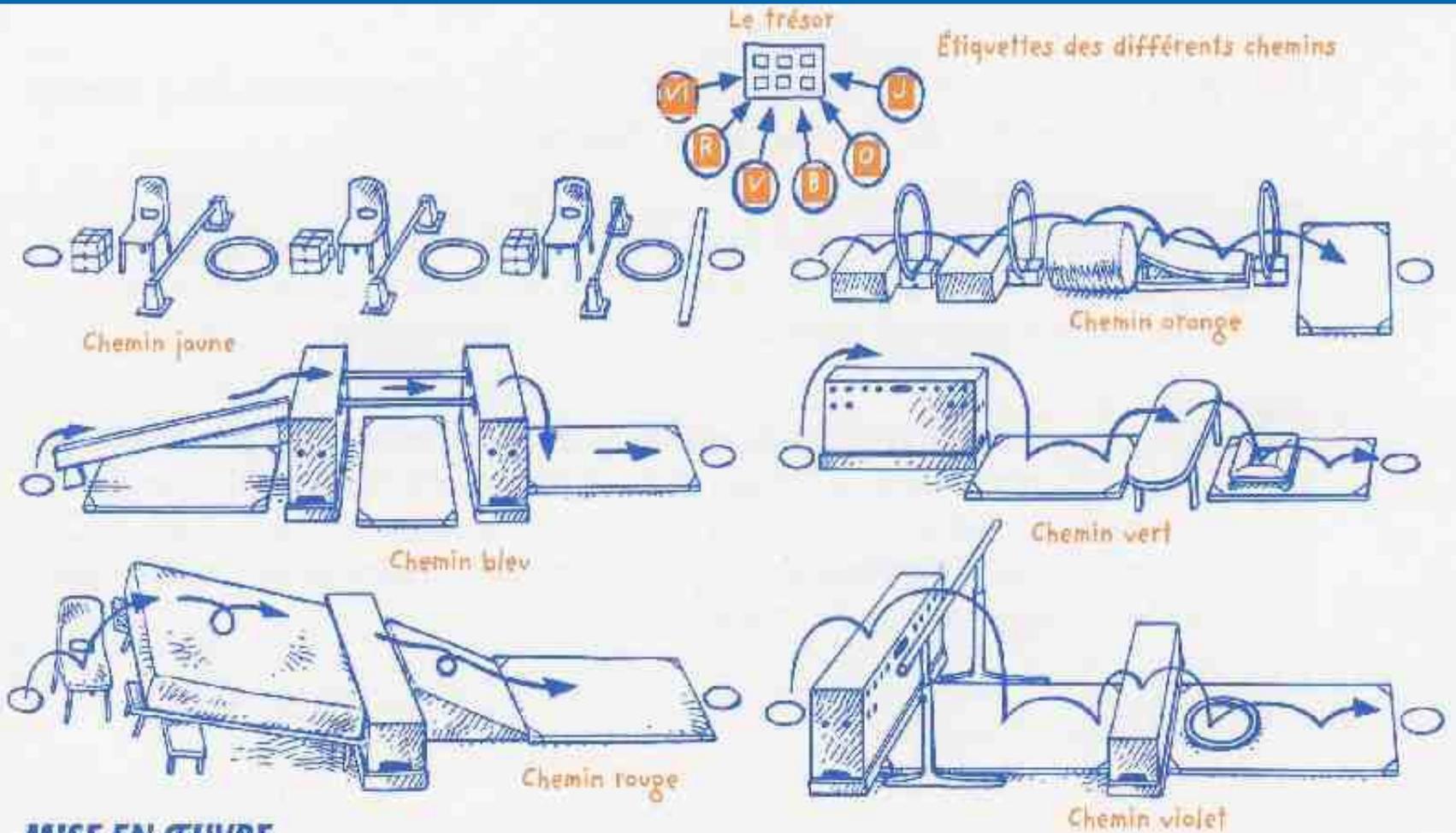


tourner

A la fin de la période d'apprentissage, chaque enfant colorie le niveau obtenu dans chaque famille sur sa carte d'identité de gymnaste



Chasse au trésor



MISE EN ŒUVRE



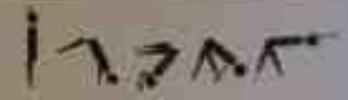


Date MARDI 10 JANVIER 2006

Prénom NOËLE



ATELIERS GYMNIQUES : ROULER



Le résultat de ma chasse au trésor

Atelier 1  Vert	Roulade en hauteur	<table border="1"><tbody><tr><td><input checked="" type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td></tr><tr><td><input checked="" type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td></tr></tbody></table>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2								
<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>														
<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>														
Atelier 2  Bleu	Rouler dessous-dedans	<table border="1"><tbody><tr><td><input checked="" type="checkbox"/></td><td><input checked="" type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td></tr><tr><td><input checked="" type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td></tr></tbody></table>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	3								
<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>														
<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>														
Atelier 3  Jaune	Rouler sur le côté	<table border="1"><tbody><tr><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input checked="" type="checkbox"/></td><td><input checked="" type="checkbox"/></td><td><input checked="" type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td></tr><tr><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td></tr></tbody></table>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	3
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>														
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>														
Atelier 4  Orange	Roulades avant enchaînées	<table border="1"><tbody><tr><td><input checked="" type="checkbox"/></td><td><input checked="" type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td></tr><tr><td><input checked="" type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td></tr></tbody></table>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	3								
<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>														
<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>														

Date FÉVRIER MARDI 7

Prénom NOËLLE

ATELIERS GYMNIQUES

Le résultat de ma chasse au trésor

			Le résultat de ma chasse au trésor										
Atelier 1  Vert	Voler 	<input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2									
Atelier 2  Bleu	Marcher 	<input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2									
Atelier 3  Jaune	Se déplacer à 4 pattes 	<input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2									
Atelier 4  Orange/Beige	Roulade avant 	<input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	6									
Atelier 5  Rouge	Roulade arrière 	<input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	1									

Pour aller plus loin...



ATELIER Jaune €

Figure : Rouler sur le côté

ACTION : ROULER



Ce que l'élève fait	Description de la tâche	Ce que je dis pour aider l'élève à réussir
Roulade sur le côté.	Exercice1 : <ul style="list-style-type: none"> Départ position allongée. Roule avec ton corps en passant sous l'élastique sans le toucher. 	<ul style="list-style-type: none"> Place les bras le long de ton corps. Déplace ton corps lentement en utilisant tes fesses. Regarde les fils.

ATELIER €

Figure : Roulade arrière sur plan incliné

ACTION : ROULER



Ce que l'élève fait	Description de la tâche	Ce que je dis pour aider l'élève à réussir
Une roulade arrière	<ul style="list-style-type: none"> Départ position allongée sur le dos Roulade arrière. 	<ul style="list-style-type: none"> Pense à placer tes mains à côté de tes oreilles Groupe tes jambes Laisse tes jambes basculer vers l'arrière Enroule ta tête en gardant ton menton contre ta poitrine. Garde tes mains en contact avec le tapis.

ATELIER €

Figure : Marches barres parallèles

ACTION : S'ÉQUILIBRER



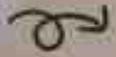
Ce que l'élève fait	Description de la tâche	Ce que la maîtresse me dit pour m'aider à réussir
<i>Un déplacement équilibré en hauteur</i>		





Mon Parcours de gymnastique

2014

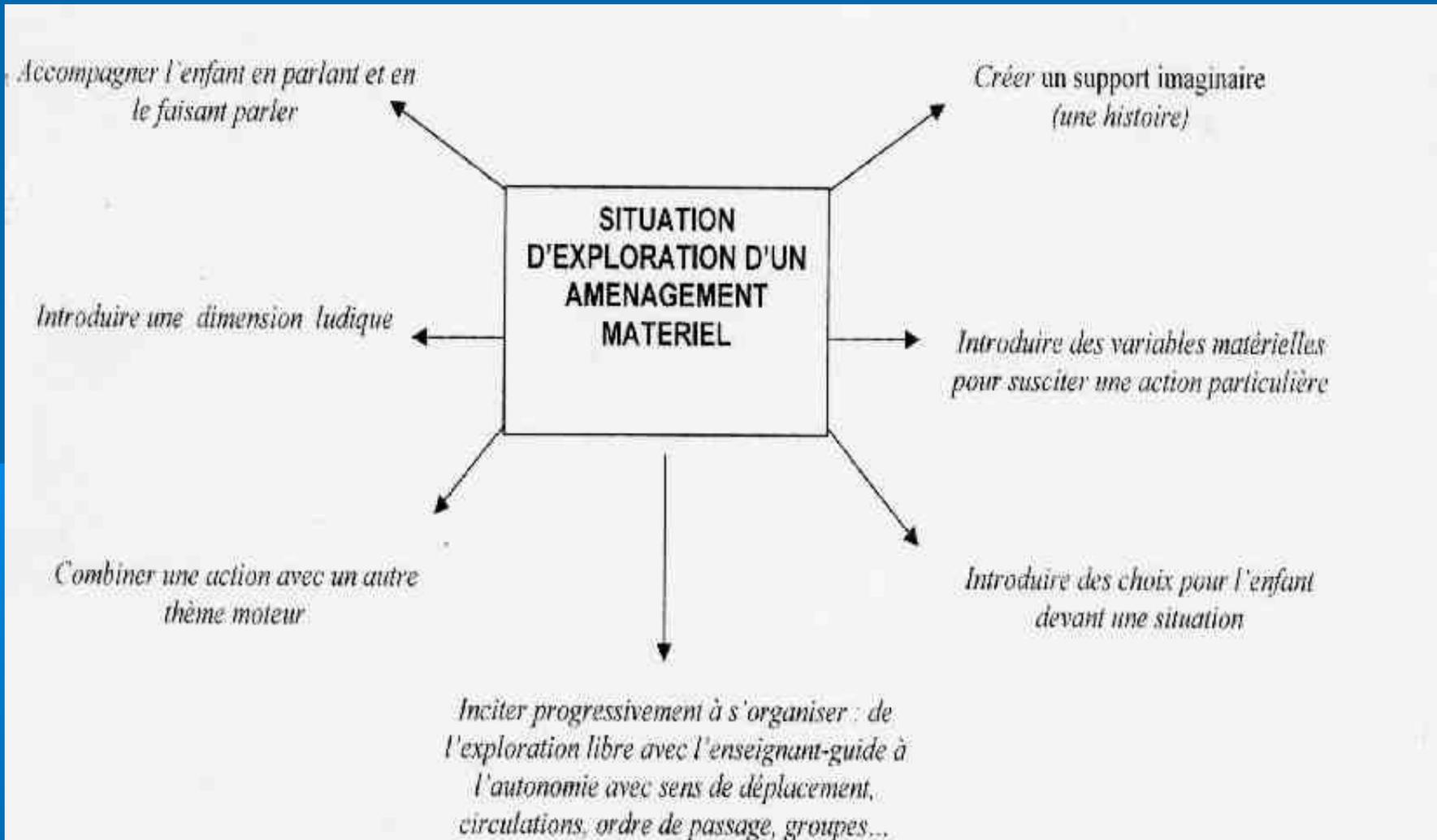
ORDRE	1	2	3	4	5	6	7	8
PHOTOS								
SYMBOLLE								





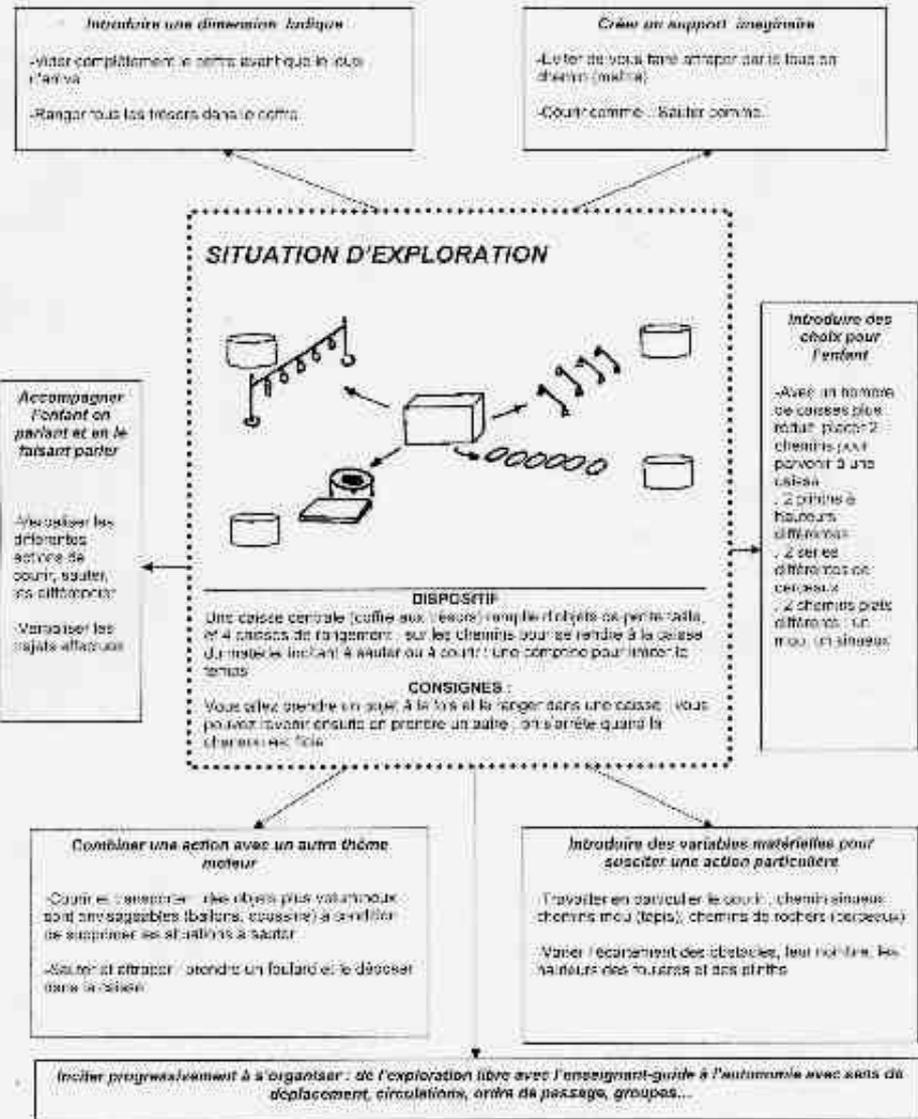


Quelle pratique avec les TPS?

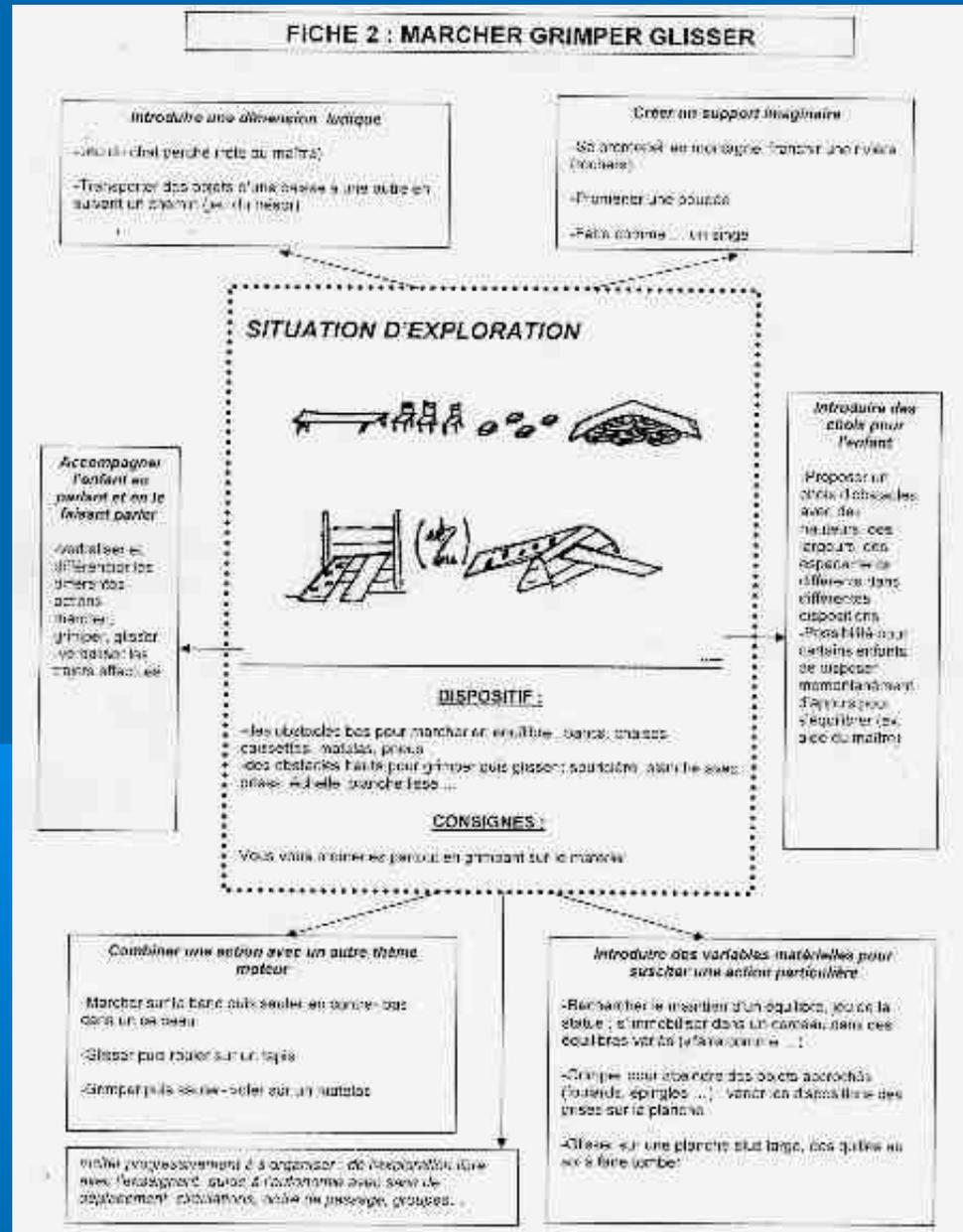


1 exemple de dispositif

FICHE 1 : MARCHER - COURIR - SAUTER



1 exemple de dispositif



1 exemple de dispositif

