

# Tous gymnastes !

Mon défi-gym

# Une petite salle



# Un espace contraint



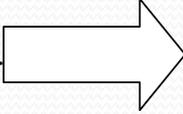
# L'espace optimisé.



# Structure de l'espace pour l'instant apprentissage directif



# Espace didactique, didactique de la gym au sol : salle de 6mx8m

Mur pour les éducatifs à l'ATR	<u>les renversements</u>		<u>Les positions tenues, éléments de souplesses et de liaison</u>		<u>Les sauts</u>		<u>Les rotations</u>	
	Groupe1		Groupe2		Groupe 3		Groupe 4	
	Sens de la rotation des groupes : 							
		Couloir de retour		Couloir de retour		Couloir de retour		

# renversements

*très facile*

*facile*

*difficile*



*roue*



*placement dos groupé*



*placement dos tendu*



*atr + roulade*



*rondade*



*atr*



*saut de mains*



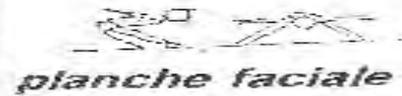
*souplesse arrière*



*flip-flap*

## *positions tenues 3 "*

*très facile*



*planche faciale*

*facile*



*planche*

*difficile*



*poirier*

## *éléments de souplesse*



*i grec (y)*



*pont*



*grand écart*

## *déplacements gymniques*



*appui brachial*



*enroulé*



*pirouette*



*pirouette + 1/2*

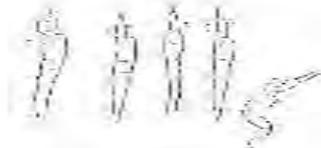
## Sauts

*très facile*



1 *chandelle*

*facile*



4 *tour*

*difficile*



6 *tour + 1/2*



2 *1/2 tour*



5 *saut groupé*



7 *grand jeté*



8 *saut carpié*



3 *saut ciseaux*



9 *jeté tournant*

## rotations

*très facile*



1 *roulade avant groupée*

*facile*



3 *roulade avant écart*

*difficile*



2 *roulade avant tendue*



2 *roulade arrière groupée*



6 *roulade arrière piquée*



1) *roulade arrière tendue*



7 *saut de l'ange*

## Des choix qui s'affirment

- faire simple mais “propre” : la virtuosité.
- faire plus difficile avec une prise de risque : l'audace.
- faire original mais gymnique : l'originalité.

Je constitue moi même les trois équipes qui vont tour à tour se lancer des défis et être jury des défis des deux autres équipes

	Battle 1	Battle 2	Battle 3
Adversaires	Verts	Oranges	Bleus
	Oranges	Bleus	Verts
jury	bleus	verts	oranges

# Préparation du battle .

Lors d'une ultime séance de travail par équipe, l'équipe range ses gyms, pour chaque famille d'éléments ,du moins évolué au plus évolué en faisant des choix stratégiques en fonctions des équipes adverses

fiche de préparation du battle gym.

<b>VERTS</b>	ROTATIONS		POSITIONS TENUES		RENVERSEMENTS		SAUTS		ENCHAINEMENT	
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										

fiche de préparation du battle gym.

<b>ORANGES</b>	ROTATIONS		POSITIONS TENUES		RENVERSEMENTS		SAUTS		ENCHAINEMENT	
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										

fiche de préparation du battle gym.

<b>BLEUS</b>	ROTATIONS		POSITIONS TENUES		RENVERSEMENTS		SAUTS		ENCHAINEMENT	
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										

**Résultat du  
défi**

**Gagne son  
défi**

**Perd son défi**

Points pour  
l'équipe

3 points

1 point

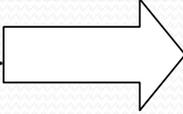
**Petit code de pointage afin d'estimer la meilleure réalisation par comparaison et en tenant compte des trois critères: virtuosité, audace, originalité**

Grosse faute	faute Moyenne	Petite faute
Faute technique Chute Gros déséquilibre Élément incomplet Trou de mémoire	Flexion bras/jambe Réception instable Léger déséquilibre Manque d'amplitude Petit manque d'enchaînement	Pointe de pied Petit geste parasite Léger manque de " finition" Petit rééquilibrage.

## Organisation du cycle de gymnastique

Séance 1 à 4	Découverte des figures	Apprentissage des figures	Découvertes des critères de réussites	Découvertes des notions de fautes techniques
Séances 5 et 6	Mise en place du Battle et remplissage de la feuille de match.	L'équipe prend en charge son échauffement	L'équipe fait le point sur son potentiel	L'équipe met en place une émulation pour bonifier son potentiel
Séances 7 et 8	Le Battle	Chaque gym lance ses 4 défis à son homologue de l'équipe adverse	Le jury (impair) attribue la victoire	Le professeur orchestre les défis et prend acte des décisions du jury.

# Espace didactique, didactique de la gym au sol : salle de 6mx8m

Mur pour les éducatifs à l'ATR	<u>les renversements</u>		<u>Les positions tenues, éléments de souplesses et de liaison</u>		<u>Les sauts</u>		<u>Les rotations</u>	
	Groupe1		Groupe2		Groupe 3		Groupe 4	
	Sens de la rotation des groupes : 							
		Couloir de retour		Couloir de retour		Couloir de retour		

# renversements

*très facile*

*facile*

*difficile*



*roue*



*placement dos groupé*



*placement dos tendu*



*atr + roulade*



*rondade*



*atr*



*saut de mains*



*souplesse arrière*



*flip-flap*

Grosse faute	faute Moyenne	Petite faute
<p>Faute technique</p> <p>Chute</p> <p>Gros déséquilibre</p> <p>Élément incomplet</p> <p>Trou de mémoire</p>	<p>Flexion bras/jambe</p> <p>Réception instable</p> <p>Léger déséquilibre</p> <p>Manque d'amplitude</p> <p>Petit manque d'enchaînement</p>	<p>Pointe de pied</p> <p>Petit geste parasite</p> <p>Léger manque de " finition "</p> <p>Petit rééquilibrage.</p>

## EDUCATIF 1

objectifs :

renforcement des appuis,  
recherche de l'alignement bras –tronc.





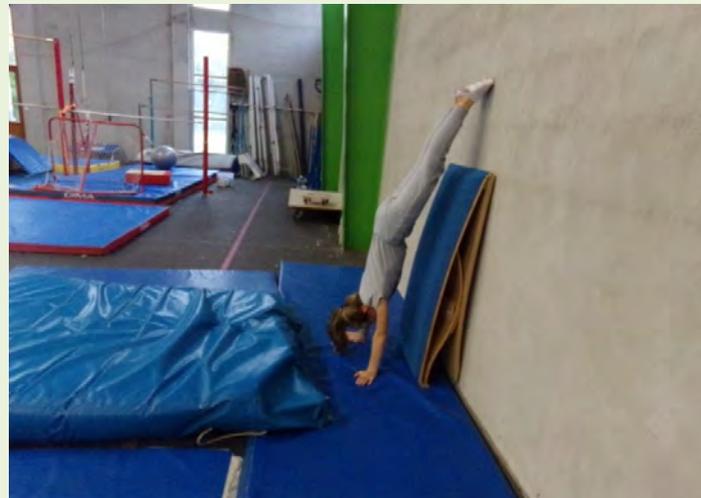
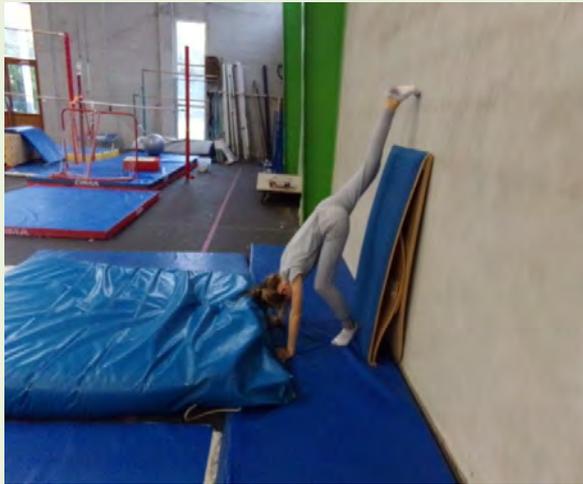






## EDUCATIF 2

objectifs :renforcement des appuis, recherche de l'alignement bras-tronc-jambes.









## EDUCATIF 3

objectifs :

conservation de l'alignement bras-tronc-jambes.



## EDUCATIF 4

objectifs :

Mise en place de la parade avec une gym qui maîtrise déjà ses appuis.



## EDUCATIF 5

objectifs :De la fente avant, feinte d'ATR,conserver l'alignement,tester ses appuis.



## Organisation du cycle de gymnastique

Séance 1 à 4	Découverte des figures	Apprentissage des figures	Découvertes des critères de réussites	Découvertes des notions de fautes techniques
Séances 5 et 6	Mise en place du Battle et remplissage de la feuille de match.	L'équipe prend en charge son échauffement	L'équipe fait le point sur son potentiel	L'équipe met en place une émulation pour bonifier son potentiel
Séances 7 et 8	Le Battle	Chaque gym lance ses 4 défis à son homologue de l'équipe adverse	Le jury (impair) attribue la victoire	Le professeur orchestre les défis et prend acte des décisions du jury

## Espace du jury

Espace de l'équipe verte

Espace de l'équipe orange

Espace du  
professeur

# Une organisation satisfaisante

Tous en action

Les gyms sont “portés” par le groupe

Les différents talents sont valorisés

Les élèves montrent sans s'en rendre compte

Les élèves ont une réussite inespérée

Aucun absentéisme

Pas de temps mort pendant l'évaluation

Une évaluation individuelle et collective ultra aisée.

Fin

Merci de votre écoute

Isabelle Vanneau