

Agir et s'exprimer avec son corps en maternelle

Compétence attendue : Adapter ses déplacements à des environnements ou contraintes variés



Activité support : parcours de type gymnique

Cycle 1

Dans un système de contraintes, l'enfant va, pour répondre à des exigences, réajuster, modifier, enrichir sa conduite. Par essais et erreurs, en fonction du résultat de son action, il va progressivement adapter ses déplacements en fonction de ses ressources. Cette adaptation nécessite l'acquisition de capacités motrices, de connaissances sur soi, sur l'activité et des attitudes. Ces compétences construites dans le domaine agir et s'exprimer avec son corps vont également solliciter et enrichir les compétences langagières et celles du devenir élève notamment.

Les activités de type gymnique, par les contraintes dont elles sont porteuses (matérielles et exigences) vont contribuer à l'acquisition de cette compétence. Les compétences « SE REPERER ET SE DEPLACER DANS L'ESPACE » et « DECRIRE OU REPRESENTER UN PARCOURS SIMPLE » seront enseignées au travers de cette même activité support.

Les activités gymniques vont permettre de développer DES CONDUITES NOUVELLES ADAPTEES par rapport à des contraintes de plus en plus complexes, variées et inhabituelles :

- des **contraintes liées à un environnement de type gymnique** qui sollicitent le développement d'actions qui remettent en cause l'équilibre comme SE DEPLACER, GLISSER, TOURNER, RAMPER, SE SUSPENDRE, SAUTER, ROULER, SE DEPLACER EN QUADRUPEDIE, SE RENVERSER
- **des contraintes liées à l'action** : les paramètres de l'action : l'espace (AV AR haut bas latéral...), le temps (vite lent accéléré ou ralenti) et les conditions de réalisation de l'action : contrôlée, équilibrée, juxtaposée, combinée, coordonnée à d'autres (voir annexe 1 les axes de complexification et de simplification)



**CHOISIR ET REALISER UN PARCOURS ADAPTE A SES RESSOURCES POUR REALISER DES ACTIONS PROGRESSIVEMENT MAITRISEES ET ADAPTEES,
FAIRE DES CHOIX POUR AGIR EN TOUTE SECURITE ET EN RELATIVE AUTONOMIE**

CONSTRUIRE UNE CONDUITE ADAPTEE POUR AGIR EN SECURITE

2 axes à travailler

SECURITE PASSIVE

POUR L'ELEVE :
Connaitre, respecter, comprendre les différentes règles et consignes

Le rôle de l'enseignant
Installer et faire respecter les

- o Règles de sécurité et de fonctionnement
- o Dispositif sécurisé
- o Situations adaptées aux ressources des élèves

SECURITE ACTIVE

POUR L'ELEVE :

- Apprendre et développer une maîtrise corporelle
- Connaitre
 - o le dispositif et le but
 - o le résultat de mon action
 - o ce qu'il y a à faire pour réussir
 - o ce que je peux faire
- Avoir une attitude positive : oser faire ⇒ vouloir apprendre, être concentré et attentif

Le rôle de l'enseignant
Installer les conditions d'apprentissage et d'évaluation

Les objectifs :

- Enrichir le répertoire moteur de base (RMB).
- Construire des repères sur soi : passer de repères externes à des repères sur soi. Importance des informations visuelles, vestibulaires, kinesthésiques et des repères spatio-temporels.
- Se connaître et connaître ses ressources (cela passe par une connaissance du résultat de son action) dans des mobilisations nouvelles du corps.
- Maîtriser ses émotions.
- Avoir une attitude positive par rapport aux autres, aux règles, à son engagement pour faire et apprendre.



Développer des capacités motrices (développer et enrichir le répertoire moteur de base), des connaissances et des attitudes à travers les actions gymniques se déplacer, sauter, tourner, s'équilibrer, se renverser, avec des contraintes de réalisation différentes de la PS à la GS pour assurer la progressivité des apprentissages.

	PS	MS	GS
Compétences attendues	Réaliser un chemin de A à B (une entrée et une sortie) en respectant le « chacun son tour » et sans se presser	Réaliser un parcours constitué d'actions, chacun son tour d'un point A à une sortie B, en connaissant sa réussite dans chaque parcours..	Choisir et réaliser un parcours en fonction de la difficulté (adapté à mes ressources) que je sois sûr de réussir.
Contenus d'enseignement déclinés à chaque niveau de classe			
Des capacités	<p>SE DEPLACER, SAUTER:</p> <ul style="list-style-type: none"> - glisser, ramper sur des plans inclinés, dessous, dans un chemin... - marche AV, AR, latéralement, par-dessus, sur des substrats variés, plus ou moins grands.. - grimper, descendre (hauteur limitée à 50 cm), sauter pour grimper, descendre, - saut de type : 2 pieds -2 pieds - juxtaposer : se déplacer, s'arrêter et se déplacer, sauter <p>TOURNER:</p> <ul style="list-style-type: none"> - roulade costale sur plan incliné, au sol entre deux lignes  - culbuto au sol  <p>S'EQUILIBRER : Se déplacer équilibré entre deux lignes, au sol,</p>	<p>SE DEPLACER, SAUTER:</p> <ul style="list-style-type: none"> - en AV, AR, par-dessus, autour, coté, petit, grand, plus ou moins imposé (pied gauche, pied droit, les 2) - sauter pour descendre d'un contre haut (hauteur de ceinture maxi), arriver équilibrée dans une zone marquée au sol, sauter pour monter, - s'accrocher pour se déplacer - les sauts de type : 2p – 2p, 1p-2p, 1p-1p (cloche pied) - combiner : déplacements+1 arrêt, déplacements + 1 saut <p>TOURNER:</p> <ul style="list-style-type: none"> - roulade costale sur plan incliné, au sol, sur une ligne, yeux fermés, bras dans le prolongement du corps - s'enrouler départ à plat ventre à genoux, pour rouler en AV  - s'enrouler autour d'un cylindre +aide - rotation AV <u>sur un plan incliné</u> +aide (niveau 2), 	<p>SE DEPLACER, SAUTER:</p> <ul style="list-style-type: none"> - en AV, AR, par-dessus, autour, coté, petit, grand, vite, lent, en tournant sur soi - sauter pour descendre d'un contre haut, arriver équilibré en regardant la maitresse, en portant un objet, en frappant dans ses mains, avec ¼ tour - sauter, rebondir pour monter en posant les mains sur un plinth mousse - les sauts de type marelle - les sauts avec ¼ tour - s'accrocher pour se déplacer avec les mains - combiner : déplacements +arrêt, +saut sur un pied, dans une zone précise <p>TOURNER,</p> <ul style="list-style-type: none"> - rouler en AV <u>contrôlée</u> sur plan incliné pieds au même niveau, entre deux lignes, arriver accroupi, se relever avec les mains +aide

Des capacités	<p>sur une corde, sur des surfaces étroites, en AV, en AR, latéralement, de plot à plot, sur des pas japonais, sur un banc..... </p> <p>SE RENVERSER (quadrupédie de plus en plus renversée)</p> <ul style="list-style-type: none"> - ramper sur le ventre, sur le dos, en AV, en AR - sur un plan plus ou moins incliné, dans un tunnel - quadrupédie au sol, sur un plan peu incliné, sur divers supports 	<p>départ pieds surélevés, arriver assis en boule</p> <p>S'EQUILIBRER:</p> <ul style="list-style-type: none"> - se déplacer équilibré sur un banc avec changement d'orientation, sur 1 ou 2 poutres basses, sur un chemin étroit, en marchant, par-dessus, en enjambant, en se baissant, en transportant des objets... - se déplacer à 4 pattes sur un banc, sur une poutre basse en AV - tenir volontairement en équilibre sur 1 ou 2 pieds au sol, sur un contrehaut, sur un banc, avec une position d'équilibre... <p>SE RENVERSER (vers une quadrupédie de plus en plus renversée)</p> <ul style="list-style-type: none"> - ramper sur le ventre, sur le dos, sur un plan incliné, dans un tunnel, - quadrupédie au sol, sur un plan incliné pour monter et descendre, sur divers supports, à travers des cerceaux  - quadrupédie simultanée au sol : <u>bonds de lapin</u>  - quadrupédie plus renversée statique (pieds en contrehaut) 	<ul style="list-style-type: none"> - rouler autour d'un cylindre (+aide) - rouler en AV: 2 roulades avant enchainées 1°plan incliné 2°au sol (niveau 2)  - rouler autour d'une barre basse en restant en boule (+aide) arriver en contrôlant <p>S'EQUILIBRER</p> <ul style="list-style-type: none"> - se déplacer équilibré sur un banc, sur 1 poutre basse, avec changement d'orientation, en marchant, en sautillant, en se baissant, en transportant, en AR, en AR, sur la pointe des pieds, par-dessus, en enjambant - tenir volontairement en équilibre sur 1 ou 2 pieds sur le banc, sur la poutre basse, pieds à plat ou sur ½ pointes.. <p>SE RENVERSER (vers quadrupédie de plus en plus renversée et dynamique)</p> <ul style="list-style-type: none"> - quadrupédie simultanée au sol : <u>bonds de lapin</u> pour monter, sur divers supports, à travers des cerceaux  - quadrupédie plus renversée statique et dynamique : se déplacer latéralement sur les mains de plus en plus près, pieds de plus en plus surélevés,  - quadrupédie renversée statique, tenue bras tendus 
	Le parcours sera réalisé par une <u>juxtaposition</u> de ces actions élémentaires :	Le parcours sera réalisé par une <u>combinaison</u> de ces actions élémentaires :	
Des connaissances	<ul style="list-style-type: none"> - Connaître, s'approprier le dispositif, le but, les différents espaces, les signaux de début et de fin d'activité - Connaître les autres adultes intervenants - Savoir quel parcours j'ai réalisé ou non 	<ul style="list-style-type: none"> - Connaître et comprendre le but et le critère de réussite de l'atelier - Connaître et nommer le matériel - Savoir quel parcours, quelles actions j'ai réussi 	<ul style="list-style-type: none"> - Connaître les différents parcours et leurs difficultés - Connaître et nommer les actions - Choisir et réaliser un parcours composé d'actions adaptées que je sais réussir.

	<ul style="list-style-type: none"> - Dire, raconter ce qu'il y a à faire, ce qu'il a réalisé, décrire le dispositif 	<ul style="list-style-type: none"> - Décrire et retracer son parcours - Dire, décrire, expliquer : ce qu'il y a à faire, ce qu'il a réalisé, les règles 	<ul style="list-style-type: none"> - Mettre en relation mes résultats et les manières de faire - Mémoriser son parcours et en garder une trace - Justifier un acte : « j'ai réussi ou non parce que »...
Des attitudes	<ul style="list-style-type: none"> - <u>Rester concentré</u> jusqu'au bout du parcours. - Respecter les règles : <ul style="list-style-type: none"> * de sécurité : ne pas courir dans le parcours, ne pas bousculer un camarade, être seul sur un engin * de fonctionnement : sens de déplacement, entrée, sortie, continuité du parcours, consignes de la maîtresse, rester dans un groupe - Oser faire avec ou sans l'enseignant - Accepter d'attendre son tour 	<ul style="list-style-type: none"> - <u>Rester concentré</u> jusqu'au bout du parcours. - Respecter et comprendre les règles de sécurité et de fonctionnement - Respecter les autres, - Faire sans l'enseignant en respectant les règles - Savoir se concentrer - Accepter de regarder - Accepter de répéter 	<ul style="list-style-type: none"> - <u>Rester concentré</u> jusqu'au bout de la séance - Respecter les règles de sécurité et de fonctionnement, respecter les autres - Être capable de travailler seul pendant un temps donné et dans un espace à la vue du maître, avec des consignes simples, - Accepter de répéter, d'essayer, d'essayer des façons de faire différentes - Savoir observer, regarder et échanger ses impressions
Liens avec les autres domaines <i>(Avant et après la séance en salle)</i>	<ul style="list-style-type: none"> - S'approprier le langage : Nommer avec exactitude un objet, une personne, une action...., raconter, en se faisant comprendre un épisode vécu, formuler une description, questionner, décrire, expliquer, exprimer son point de vue, expliquer son projet - Découvrir l'écrit : Produire un énoncé oral dans une forme adaptée pour qu'il puisse être écrit par un adulte - Devenir élève : respecter les autres et respecter les règles de la vie commune, éprouver de la confiance en soi, contrôler ses émotions, exécuter en autonomie des tâches simples et jouer son rôle dans des activités scolaires, dire ce qu'il apprend - Découvrir le monde : Nommer les principales parties du corps humain et leur fonction, distinguer les cinq sens et leur fonction, situer des événements les uns par rapport aux autres, se situer dans l'espace et situer les objets par rapport à soi, comprendre et utiliser à bon escient le vocabulaire du repérage et des relations dans le temps et dans l'espace 		

DEUX COMPETENCES A ENSEIGNER A TRAVERS LA COMPETENCE ADAPTER SES DEPLACEMENT A DIFFERENTS TYPES D'ENVIRONNEMENT ET A DES CONTRAINTES VARIEES.

<p>Ces compétences sont travaillées dans les contenus d'enseignement de l'activité gymnique et dans la démarche d'enseignement. C'est dans des allers retour entre la pratique en salle et le travail avant et après la séance en classe qu'elles se construisent.</p>	
<p>Se repérer et se déplacer dans l'espace</p>	<p>Décrire ou représenter un parcours simple.</p>
<p>Des informations relatives à l'espace et des informations relatives au corps sont nécessaires pour l'élaboration de conduites adaptées.</p> <p>Passer d'un « espace vécu » à un espace perçu à un espace représenté »</p>  <p>Il s'agit donc d'organiser la perception et d'organiser l'action :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Structurer l'espace : donner des repères <u>identifiables</u> faisant sens pour l'élève - <u>Recentrer l'élève sur les conditions de son action</u>, en lui permettant une mise à distance de son action : connaissance du résultat et manière de faire <p>PS : l'enfant se repère dans le dispositif (repérage allocentré c'est-à-dire centré sur des éléments de l'environnement)</p> <p>MS : l'enfant se repère dans le dispositif et commence à situer ses actions dans l'espace d'action, en fonction des autres (repérage excentré : corps/environnement)</p> <p>GS : l'enfant repère la position des différents segments du corps (repérage égocentré et géo centré)</p>	<p>Cette compétence correspond au recul réflexif nécessaire à l'apprentissage. Elle s'opérationnalise dans la notion de trace développée par R Michaud.</p> <p>Elle sollicite les fonctions du langage et s'opérationnalise dans la démarche : un avant, pendant, après la séance autour des <u>traces conservées et partagées</u>.</p> <p><u>Sont nécessaires</u> : un codage des actions, plan ou maquette ou photos du dispositif</p> <p>En PS : la description du chemin se fait dans la salle, un chemin peut être tracé en classe avec l'aide de l'enseignante avec comme support des photos et un plan global.</p> <p>En GS le chemin peut être reconnu en classe à partir d'un représenté, un projet de chemin personnel peut être travaillé. La description est plus élaborée et s'appuie sur un <u>vocabulaire précis</u> notamment en ce qui concerne l'espace et le dispositif.</p>

SITUATIONS D'EVALUATION ET *INDICATEURS D'ACQUISITION*

	CYCLE 1
<i>Situations de fin de module</i>	<p>4 ou 5 parcours avec des actions gymniques différentes dans chacun des chemins: se déplacer, sauter voler, tourner, se renverser, s'équilibrer. Avec une porte d'entrée où l'élève attend son tour et une porte de sortie où l'élève signifie sa sortie.</p> <p>Les 4 ou 5 parcours sont de difficulté progressive correspondant à des couleurs. (de très facile : tout le monde doit pouvoir réussir ce chemin, à difficile).</p> <p><u>L'élève est capable de :</u> PS : identifier et réaliser les parcours en respectant les consignes MS : identifier les actions dans les parcours et réaliser <u>au moins un parcours</u> avec toutes les actions réussies GS : choisir et réaliser le parcours où il est sûr de réussir 3 fois, en respectant les consignes de réalisation.</p> <p>Des vignettes seront accordées par l'enseignante pour valider les parcours.</p>
<i>Les critères d'évaluation</i>	<p>Le parcours est réussi si</p> <ul style="list-style-type: none"> - Le parcours est réussi(PS) - Les actions sont réussies (MS GS) conformes aux consignes de réalisation. <p><u>Mais aussi</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Le début et la fin sont respectés (PS) - Le chacun son tour sont respectés (PS) - L'élève est concentré sur tout le parcours (MS GS) - Les consignes de réalisation sont respectées (MS GS) - Le projet est validé si la réalisation est conforme au contrat annoncé (GS) - L'élève connaît les chemins et les actions(PS) - L'élève connaît les actions sur les chemins, ses réussites et est capable de dire et représenter son chemin (MS GS) <p><i>Si tous ces critères sont validés : la compétence adapter ses déplacements en activité gymnique est validée.</i></p>

CONSTRUIRE UN MODULE D'APPRENTISSAGE A PARTIR D'UN DISPOSITIF EVOLUTIF DE LA PS A LA GS

UNE DEMARCHE

- Un module d'apprentissage long d'au moins 14 à 16 séances.
- La séance EPS en 3 temps avant, pendant et après l'activité.
- Des tâches d' qui organisent l'apprentissage des élèves avec :
 - un dispositif clairement identifiable et repéré avant par les élèves,
 - **un but,**
 - des **critères de réussite** simples et observables connus par les élèves,En GS, la mise en relation entre résultat et manière de faire est à travailler.
- Construire, conserver des traces et les exploiter en classe (dessins, schémas, résultats...).
- Développer et entretenir le lien entre la maîtrise de la langue et EPS, lien qui structure à la fois les apprentissages moteurs et la pensée de l'élève.
- Organiser les relations et la communication entre les élèves.
- **DONNER DU TEMPS POUR APPRENDRE, de nombreux essais sont nécessaires.**

UNE MISE EN ŒUVRE :

- Un dispositif évolutif de la PS à la GS : les contraintes sont portées par le dispositif pour les PS, elles sont données par des consignes de réalisation pour les GS (exemple d'une contrainte de réalisation d'une action : marcher en AR sur le banc pour les GS alors qu'il s'agira de se déplacer sur le banc sans tomber pour les PS))
- Le dispositif est travaillé en classe et repris en salle en salle (surtout pour PS).
- Le dispositif est construit avec des repères identifiables :
 - o bandes de délimitation pour l'espace de jeu
 - o un espace de parole
 - o un sens de rotation
 - o 4 Portes d'entrée de couleurs différentes ou animaux (ou plus si possible) et de sortie repérables par les enfants (exemple une main au mur pour mettre son empreinte, ce qui donne le signal au suivant).
 - o Des zones d'arrêt intermédiaires si les chemins sont longs, matérialisées, repérables par les enfants (tapis moquette)

En PS on peut demander un arrêt simple avec comme consigne « quand le camarade de devant est sorti je m'engage », en GS même consigne mais on peut demander une posture tenue, un arrêt équilibré (nous sommes en train de construire un enchaînement de type gymnique)

- La constitution d'équipes (groupe par chemin) est faite en classe
- Deux parcours seront travaillés à chaque séance (rotation organisée en classe).

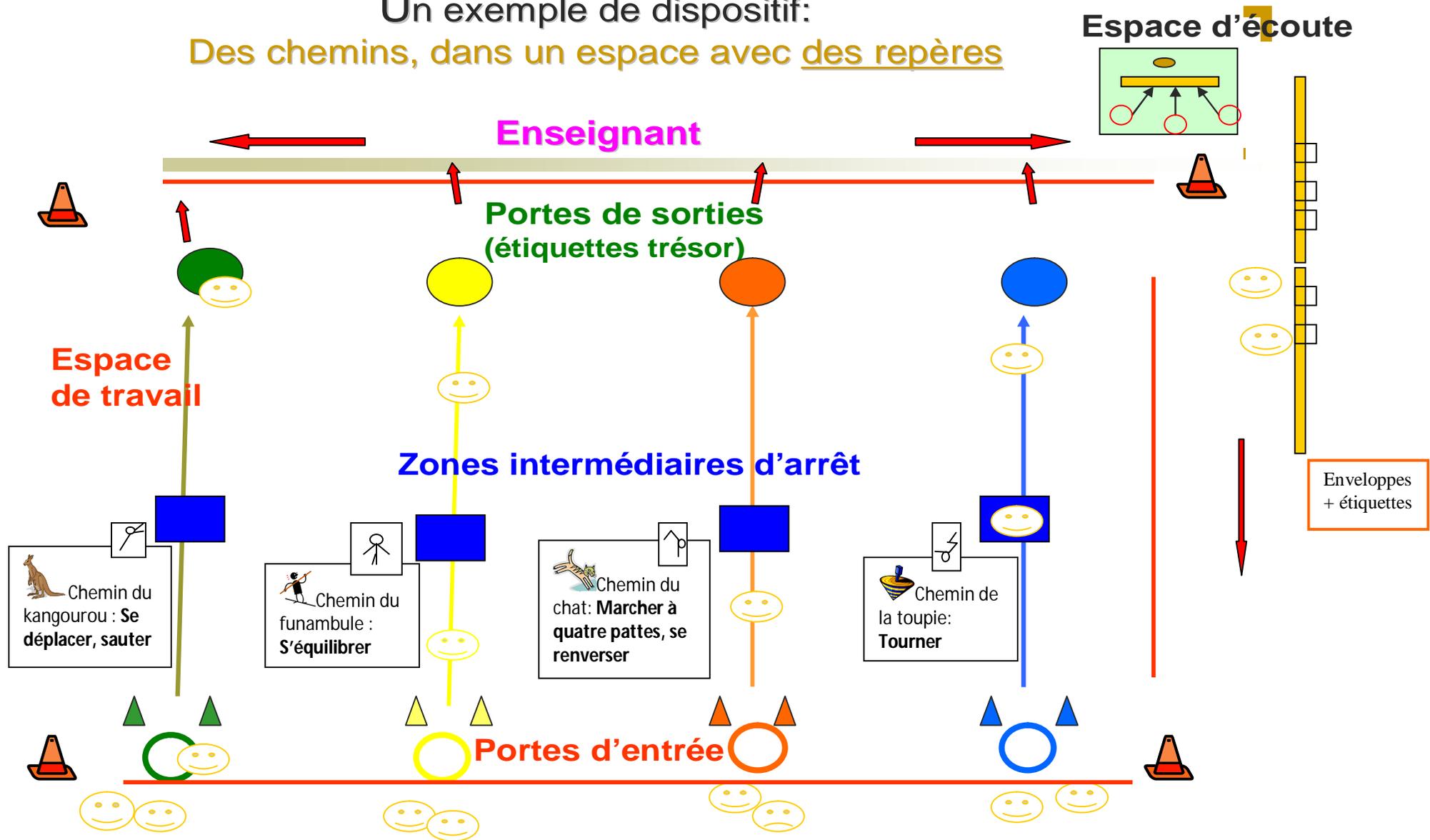
En PS, la phase de découverte où l'on installe les règles de sécurité et de fonctionnement (portes sorties, arrêts, zone de jeu, équipes) est très longue (6 à 8 séances).

En GS, la phase de découverte dure 2 à 3 séances puis on peut redonner des consignes sur chaque chemin avec des actions plus complexes.

Attention il faut toujours essayer de maintenir dans le dispositif la possibilité de faire de deux manières (une plus facile, une plus difficile) afin que la difficulté et l'attention soient maintenues pour tous.

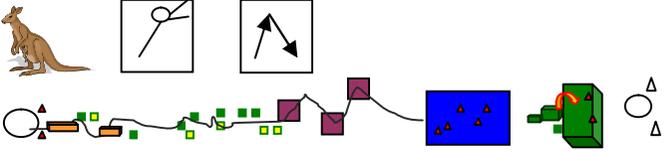
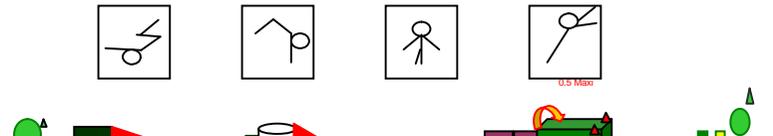
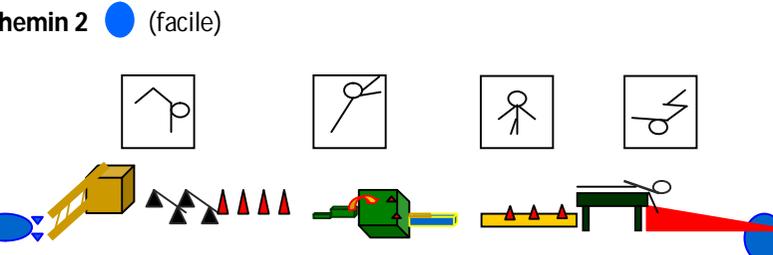
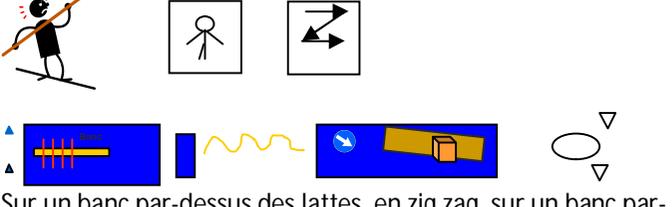
Les premières séances sont consacrées à la gestion des règles, de la circulation, construction de la notion d'équipe. Les actions à réaliser sur les chemins sont faciles et peut définies.

Un exemple de dispositif: Des chemins, dans un espace avec des repères



ORGANISER UN MODULE D'ACTIVITES GYMNIQUES (cycle 1)

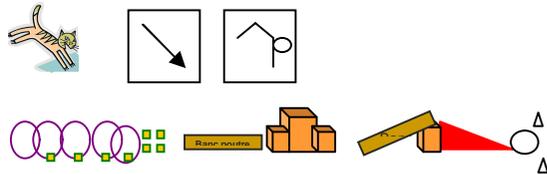
AVANT EN CLASSE	DANS LA SALLE : AGIR, COMPRENDRE, GARDER DES TRACES 4 phases qui organisent l'enseignement et mettent une focale sur ce qu'il y a à apprendre					APRES EN CLASSE
<p>A partir du dispositif représenté par des Photos (MS PS), un plan (GS)</p> <p style="text-align: center;">↓</p> <p>Le maître (en interaction avec les élèves)</p> <p>Explique les règles de sécurité</p> <p>Construit progressivement les REGLES DE FONCTIONNEMENT</p> <ul style="list-style-type: none"> - Situer les espaces de travail et les espaces d'écoute - Les espaces interdits - Les règles d'or - Le sens de circulation <p>Présente, explique :</p>	<p>Découverte :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Découvrir les chemins et leurs actions - Respecter les règles - Faire tous les chemins - Travailler en équipe 	<p>Référence :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Savoir les chemins que l'on a fait : - Garder une trace : établir mon profil de gymnaste 	<p>Structuration</p> <ul style="list-style-type: none"> - S'exercer, apprendre pour progresser se mettre en projet - Garder une trace 		<p>Bilan</p> <p>L'élève doit être capable de savoir ce qu'il a fait (PS) et ce qu'il a appris (GS)</p>	<p>A partir du dispositif représenté, des fiches, des traces recueillies</p> <p style="text-align: center;">↓</p> <p>Le maître</p> <p>Crée les conditions pour que les élèves décrivent PS MS, expliquent GS</p> <ul style="list-style-type: none"> - Les règles comprises ou non - Le dispositif - Le but - les résultats en vue d'une fiche de progrès - les manières de faire globales et /ou individualisées <p>Crée les conditions pour que les élèves échangent</p>
	<p>Doivent clairement identifiés :</p> <ul style="list-style-type: none"> - le dispositif - les règles, - le but - les critères de réussite (progressivement) 	<p>Doivent clairement identifiés :</p> <ul style="list-style-type: none"> - le dispositif - les règles, - le but - les critères de réussite 	<p>Doivent clairement identifiés : les tâches (ce qu'il y a à faire) :</p> <ul style="list-style-type: none"> - le but, - le critère de réussite - les manières de faire (MS, GS) - la mise en relation entre manière de faire et résultat pour les GS 		<p>Doivent clairement identifiés :</p> <ul style="list-style-type: none"> - le dispositif - les règles, - le but - <u>les critères de réussite</u> 	
	<p>1 Dispositif : 4 chemins avec une action identifiée par chemin</p> <p>Des chemins faciles : tout le monde doit réussir</p> <p>Découvrir les actions de type gymniques : se déplacer sauter voler, tourner, s'équilibrer, marcher à 4 pattes</p>	<p>4 mêmes chemins avec une action identifiée par chemin</p> <p>Noter les chemins et les actions que je réussis</p>	<p>4 parcours qui complexifient les actions</p> <p><i>Mettre en place : une différenciation pour certaines actions, pensez des simplifications ou des complexifications possibles</i></p> <p>S'exercer pour progresser</p>	<p>4 parcours de difficulté croissante qui mêlent les actions a</p> <p>S'exercer pour progresser</p>	<p>Sur les mêmes 4 parcours de difficulté croissante qui mêlent les actions apprises dans la phase de structuration.</p> <p><u>Faire un contrat</u> : choisir le parcours que je peux réussir 3 fois (MS GS)</p> <p><u>Réaliser mon contrat</u> : mesurer mes progrès par rapport à la phase de référence</p>	
	4 à 6 séances		8 à 10 séances		4 séances	

<ul style="list-style-type: none"> - Le dispositif PS - le but PS MS - les critères, de réussite MS GS - les consignes de réalisation, contraintes) MS GS I - les manières de conserver la trace de son résultat 	<p>PS 6 séances MS GS : 3 séances de découverte + 3 séances sur le même dispositif mais avec des contraintes progressives sur les actions. But : faire le chemin de l'entrée à la sortie CR : respecter les actions</p>	<p>PS : des contraintes portées par le dispositif MS GS : des contraintes de réalisation But : faire le chemin de l'entrée à la sortie CR : respecter les actions (PS) les contraintes de réalisation (MS GS)</p>	<p>2 séances pour s'essayer et choisir son parcours + 2 séances de bilan PS But : faire tous les chemins, CR : savoir quels chemins j'ai fait MS GS : But : faire son contrat au mieux, CR : réussir le chemin choisi ne pas se tromper dans son choix.</p>	<p>sur ce qui a été fait :</p> <ul style="list-style-type: none"> -Codage des actions, -Représentation personnelle du dispositif, d'un atelier de l'espace du parcours effectué, - Construction d'une maquette -Les progrès réalisés -Les peurs, les difficultés, les plaisirs
<p>Constitue les groupes : la notion d'équipe</p>	<p>DES EXEMPLES DE CHEMINS POUR DECOUVRIR ET ENTRER DANS L'ACTIVITE</p> <p>CHEMIN : SE DEPLACER DANS UN BRIC A BRAC, SAUTER, VOLER</p>  <p>Suivre le chemin sans en sortir, sauter de zone à zone, monter sauter.</p>	<p>DES EXEMPLES DE CHEMINS A DIFFICULTES PROGRESSIVES POUR FAIRE DES PROGRES</p> <p>CHEMIN 1 ● (Très facile, chacun doit pouvoir réussir au moins 1 chemin)</p> 	<p>Rouler costal sur le plan incliné monter et descendre 4 pattes, marcher par-dessus des traits sur le banc, monter, sauter dans la zone immobile.</p>	<p>Crée les conditions pour que les élèves racontent :</p> <ul style="list-style-type: none"> -A partir d'une une histoire imaginée autour des actions effectuées, autour de personnages qui font de la gym
<p>Peut donner une observation précise à faire pour les MS, GS : Quel déplacement a été trouvé sur un atelier, quelle différences dans les réponses, comment tourne t-on ?</p>	<p>ou encore</p>  <p>Saut 2p 2p, ramper dessus, dessous, dedans, sauter 1p, 1p, par-dessus, se déplacer sans rien renverser, monter descendre, sauter dans une zone.</p>	<p>C Réussite : PS : réaliser toutes les actions demandées C Réussite : MS GS : poser la nuque, rouler droit, monter et descendre sans arrêt, ne pas tomber, rester immobile.</p>	<p>Chemin 2 ● (facile)</p> 	<p>Crée les conditions pour que les élèves échantent MS GS sur des éléments de culture : films, images de gymnastique...</p>
<p>Reprend le bilan et met en perspective pour apprendre</p>	<p>CHEMIN : S'EQUILIBRER</p>  <p>Sur un banc par-dessus des lattes, en zig zag, sur un banc par-dessus.</p> <p>ou encore</p>	<p>Monter 4 pattes à l'échelle descendre, passer par-dessus les obstacles, sauter dans la zone, sur la poutre basse en avant par-dessus les quilles,</p>		



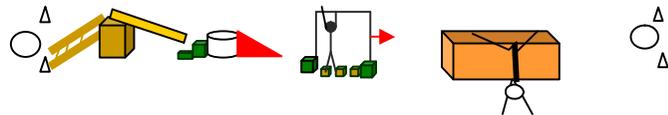
Sur 2 poutres basses ou au sol, un banc, monter, redescendre, entre 2 lignes en AR, sur des caisses différentes.

CHEMIN : SE DEPLACER EN SE SERVANT DE SES MAINS ET EN SE RENVERSANT



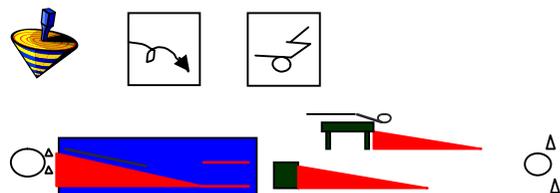
4 pattes dans les cerceaux, sur le banc, sur des escaliers, en montant sur un banc en pente, en descendant sur un plan incliné.

ou encore



4 pattes monter l'échelle, descendre sur le banc, différentes hauteurs en suspension (appuis pieds possible), se déplacer en quadrupédie (pied sur le banc).

CHEMIN : ROULER SUR SOI, TOURNER EN AV, ROULER AUTOUR



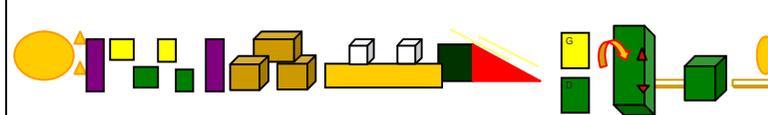
Rouler costal corps droit en pente, sur des lignes au sol, d'un

rouler du banc (ou à genoux), en avant, arriver accroupi

C Réussite : PS : réaliser toutes les actions demandées

C Réussite : MS GS ne pas s'arrêter, ne rien faire tomber, ne pas tomber, rouler corps droit.

Chemin 3 ● (de difficulté moyenne)

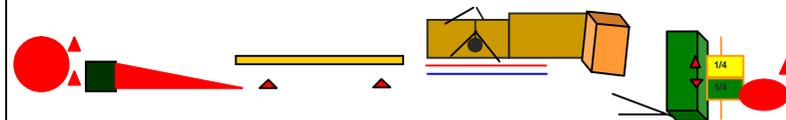


Se déplacer en sautant 2p 2p D, G (marelle), monter et descendre en bond de lapins, sauter par-dessus les zones sur le banc, rouler en avant, monter sauter, monter sauter dans des zones.

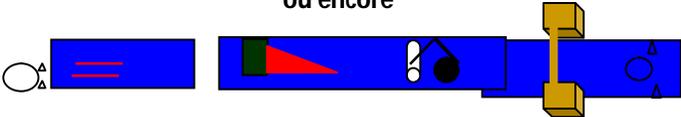
C Réussite : PS : réaliser toutes les actions demandées

C Réussite : MS GS sauter sans se tromper, ne pas s'arrêter, ne pas tomber, poser la nuque arriver assis en boule, rester immobile dans les zones

Chemin 4 ● (difficile)



Rouler en avant marcher en arrière 1/2 tour en avant, se déplacer en quadrupédie (mains sur 1 des 2 lignes) rebondir monter sauter faire saut

	<p>banc en av ou d'un contre haut en av (+ aide)</p> <p>ou encore</p>  <p>Rouler corps droit sur lignes, en avant léger contre haut, rouler en avant pied sur le rouleau, tourner autour. (+ aide)</p>	<p>¼Tour</p> <p>C Réussite : PS : réaliser toutes les actions demandées C Réussite : MS GS, poser la nuque rouler droit, ne pas tomber, ne pas s'arrêter bras tendus, rester immobile dans la zone.</p>	
--	---	--	--

DES LEVIERS POUR VARIER, SIMPLIFIER, COMPLEXIFIER LES ACTIONS GYMNIQUES

Annexe 1

