

Matériel	NO séance	Niveau scolaire	APS support	Famille d'APS	Module d'enseignement	
	4	1 ère Année Bac	Sol	GYM	Engagement moteur et efficience sportive	
Objectif terminal d'intégration		L'élève de 1ere année doit pouvoir organiser présenter et réaliser un projet individuel ou collectif d'expression motrice sous forme d'enchaînement d'éléments gymniques devant le groupe classe composé de : <u>2B+3C+2D</u>				
Compétence Visée		Pouvoir organiser présenter et réaliser un projet individuel ou collectif d'expression motrice sous forme d'enchaînement d'éléments gymniques devant le groupe classe composé de : <u>2B+3C+2D</u>				
Objectif de la séquence 2		Elaborer et réaliser un enchaînement de 4 éléments gymniques de difficultés minimale B appartenant a 4 familles différentes et contenant une série acrobatique de 2 éléments ou chorégraphiques de trois éléments				
Objectif de la séance		Combiner et enchaîner trois actions gymniques de familles différentes avec une difficulté minimale B et au moins un élément de difficulté D tout en choisissant a l'aide de l'enseignant son dispositif adéquat et son matériel nécessaire				
Etapes	Durée	Contenu				
Préparatoire	15 mns	<ul style="list-style-type: none"> - Présentation de notre objectif ainsi que notre forme de travaille. - Echauffement général a base de course et de mouvements en dehors des ateliers proposés. - Echauffement spécifique dans les ateliers sous forme de circuits en réalisant des éléments de base de difficultés A et B 				
F O N D A M E N T A L E	35 mns	<p>But 1 : Choisir et réaliser individuellement un élément de difficulté D a corriger ou de difficulté optimale.</p> <p>But 2 : Intégrer son élément D choisi dans un mini enchaînement composé de trois éléments gymniques de familles différentes. (en respectant le dispositif de l'atelier).</p>	<p>Critères de réussite :</p> <p>*Réussir à réaliser un élément D 2 fois sur 3 essais avec maximum une faute technique moyenne.</p> <p>*Réussir a réaliser son mini enchaînement avec au minimum un total de point de 3pts /4.5pts.</p>	<p>Critères de réalisation :</p> <ul style="list-style-type: none"> - L'apprentissage et la réalisation d'un éléments D demande de prendre des risques. - Chaque élément des familles choisis sera accompagné d'une fiche contenant des critères de réalisation pour chaque élément. -Etre réaliste dans le choix d'un élément a difficulté proximale. -Intégrer l'élément D choisi dans l'enchaînement après un autre non couteux. 		

		<p><u>Conditions de réalisation :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -Travailler dans des ateliers en prenant en compte les remarques de ses camarades dans le même atelier. - La réalisation de quelques éléments D est facilité par un dispositif matériel ou une parade/aide humaine. -Dans chaque atelier sera affiché une planche définissant 2 a 3 critères de réalisation ainsi qu'une image de l'élément. -Chaque élève dispose de 20mns dans les ateliers et de 15mns dans le travaille de l'enchaînement. 	<p><u>Consignes :-</u> Se donner assez de temps pour le choix d'un élément D de difficulté optimale.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Essayer au moins 2 éléments D de familles différentes avant de conclure son choix. - Essayer de connaitre ses capacités et ses limites a fin de faire un bon choix. 	<p><u>Variables de régulation :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - si le choix d'un élément D est réalisé, repérer un autre élément D. -Pour plus de sécurité, la pirouette est l'élément D le plus facile. -si on a élément outre ceux proposés on le communique au professeur
Finale	5 mns	<ul style="list-style-type: none"> -Exercices d'étirements par groupes d'ateliers. -Bilan de la leçon :Repérer les élèves qui n'ont pas encore réalisé un éléments D et ceux qui ont pu choisir 2 -les difficultés rencontrées lors de l'intégration de l'élément D dans un enchaînement. -Objectif de la leçon 5 : Ajuster et réaliser un ou 2 éléments D (Renforcement musculaire) 		
Evaluation		<ul style="list-style-type: none"> - Evaluation de l'exécution technique lors de son mini enchaînement final - Référence a une appréciation analytique selon le code de pointage scolaire. 		