



UNIVERSITÉ
DE GENÈVE

INSTITUT UNIVERSITAIRE
DE FORMATION DES ENSEIGNANTS

Benjamin Millet

Atelier de didactique
MASE
Education physique et sportive
2015-2016

Dossier « Activités gymniques »

Etablissement de l'Accueil du Post-Obligatoire
(ACPO)

Chargé d'enseignement : Bernard Poussin

Projet « Activités gymniques » 1^{ère}

Compétences dans l'action

Adapter sa motricité aux différents ateliers regroupant les actions gymniques, se renverser, tourner, sauter pour produire les formes demandées devant un groupe de juges (Garsault, 2004).

Compétences autour de l'action

Maîtriser le code binaire pour juger objectivement la prestation du gymnaste

Ressources constitutives

Habiletés motrices

- **Se renverser** : verrouiller les bras pour passer d'appuis pédestres à des appuis manuels.
- **Tourner** : déclencher une rotation dans le plan sagittal (vers l'avant) pour se réceptionner en équilibre.
- **Sauter** : prendre une impulsion sur un mini-trampoline et quitter ses appuis pédestres pour amplifier sa phase d'envol et se réceptionner en équilibre.

Habileté méthodologiques

- Construire un regard de juge et un vocabulaire gymnique pour observer, corriger et aider ses camarades.

Connaissances déclaratives

- Connaître et comprendre les différents critères d'observation pour aider ses camarades dans leurs progressions.
- Comprendre « l'évaluation binaire (acquis/non acquis) » (Garsault, 2004, p.43) pour observer et évaluer ses camarades.
- Connaître les différents ateliers pour les mettre en place correctement et rapidement.

Attitude

- « S'engager dans un projet d'apprentissage et le réajuster le cas échéant » (Garsault, 2004, p.63) pour réaliser la meilleure performance possible.
- Observer et apprécier la production des gymnastes sans moquerie et accepter le jugement des juges pour évaluer et être évalué par ses camarades.
- Adopter une tenue adéquate et le code gymnique pour intégrer les valeurs socio-culturelles de l'activité.

Description de l'épreuve

Objectif

Réaliser un ensemble de 4 figures, non-enchaînées, sur différents ateliers. Composer un ensemble de 4 figures en groupe pour la note collective.

Règlement

Le règlement se trouve en annexe 1. Il est affiché dans la salle.

Dispositif

Le plan de salle se trouve en annexe 2. Il est également affiché dans la salle.

Critère d'observation

Les fiches d'observation qui composent le dossier personnel sont proposées en annexe 3.

Evaluation

« Une évaluation de type binaire distanciée de la note, ainsi qu'un système cumulatif de validations renseignent l'élève sur ses progrès en cours et/ou en fin de cycle » (Garsault, 2004, p.41).

La moyenne sera constituée de 3 notes avec des coefficients différents : Performance collective (x1) ; Maîtrise individuelle (x2) ; Compétences autour de l'action (x1).

Organisation du cycle d'enseignement

Les élèves sont séparés en 4 groupes. Chaque groupe se voit attribué le montage et le démontage d'un atelier; celui-ci est le même tout au long du cycle d'apprentissage.

L'évaluation « s'appuie sur des critères d'évaluation simples et suffisamment concrets pour autoriser une évaluation binaire (acquis/non acquis) auxquels l'élève a accès dès le début du cycle » (Garsault, 2004, p.43). Il est important que les élèves travaillent à chaque fois avec leur dossier personnel (cf. annexe 3) regroupant l'ensemble des figures avec leurs critères d'évaluation, « ainsi l'élève est en mesure d'identifier clairement et concrètement ce qu'il a à faire, et aussi d'objectiver ses progrès par la validation progressive des situations » (Garsault, 2004, p.43). Dans son dossier personnel, l'élève valide une figure lorsque celle-ci est maîtrisée. Il pourra alors la choisir lors de l'épreuve.

Lors de l'épreuve final

- 1) Suite à l'échauffement général donné par l'enseignant, les élèves mettent les ateliers en place par groupe puis patiente en silence.

- 2) Les groupes 1 et 2 commencent en étant gymnaste, respectivement sur les postes 1 et 2.
- 3) Les groupes 3 et 4 sont juges pour les groupes 1 et 2.
- 4) Les gymnastes ont 3 minutes devant eux pour s'échauffer sur la place du concours (atelier), avant que l'enseignant annonce le début du concours, conformément au règlement de l'APSA, « Chaque société a le droit de s'échauffer sur la place de concours juste avant de se présenter à son concours du tour préliminaire, durant max. trois min. et conformément aux indications fournies par le chef de place » (Fédération suisse de gymnastique [FSG], 2016, p. 5).
- 5) Le gymnaste réalise sa figure et a le choix de garder sa prestation ou alors de recommencer, tout en sachant que seule la dernière tentative sera gardée même si le deuxième passage est moins bon que le premier. (2 tentatives maximum).
- 6) Si les 2 « oui » sont entourés, j'obtiens la totalité des points indiquée sous la figure.
- 7) Si un « oui » et un « non » sont entourés, j'obtiens la moitié des points.
- 8) Si les 2 « non » sont entourés, je n'obtiens pas de points.
- 9) Une fois l'ensemble des gymnastes du groupe 1 passé, le groupe 3 devient gymnaste à son tour et le groupe 1 juge. (idem pour 2 et 4).
- 10) Les gymnastes des groupes 3 et 4 ont alors 3 minutes devant eux pour s'échauffer sur l'atelier, avant que l'enseignant annonce le début du concours.
- 11) L'enseignant annonce le changement d'atelier une fois que les 4 groupes ont terminés.
- 12) La même logique est maintenue sur l'ensemble des ateliers. Les gymnastes bénéficient de 3 minutes d'échauffement sur chaque atelier avant le début du concours.

Le règlement (annexe 1) s'applique tout au long du cycle. Lors de l'épreuve s'ajoute les règles suivantes :

- 1) Le gymnaste n'a pas le droit d'interagir avec le jury.
- 2) Le juge n'émet pas de commentaire à haute voix.
- 3) Les gymnastes qui ne font rien, patiente en silence assis sur le côté de l'atelier.

Evaluation

Compétences dans l'action

Performance collective (x1)

...../6

Ensemble de points obtenus par l'addition des 4 figures réalisées par les membres de l'équipe, préalablement défini.

Nombre de points obtenus	-5	5-6	7	8-9	10-11	12-13	+13
Note	3.0	3.5	4.0	4.5	5.0	5.5	6.0

Maîtrise individuelle (x2)

...../6

Ensemble de points obtenus par l'addition des 4 figures réalisées par le gymnaste.

Nombre de points obtenus	-5	5-6	7	8-9	10-11	12-13	+13
Note	3.0	3.5	4.0	4.5	5.0	5.5	6.0

Compétence autour de l'action (x1)

...../6

L'ensemble des items se réfèrent au règlement de gymnastique (annexe 1). 0,5 point est retiré à chaque manquement des items ci-dessous. L'enseignant est le seul responsable de cette évaluation.

- Le gymnaste à une tenue adaptée à la pratique de la gym. /1pt.
- Le gymnaste respecte le jugement sur sa production. /1pt.
- En tant qu'observateur et juge, je respecte mes camarades gymnastes. /1pt.
- Je participe activement à la mise en place et au rangement de mon atelier. /1pt.
- Mon évaluation en tant que juge est précise et complète. /2pts.

Moyenne

...../6

SAPSR saut roulé

Comportement à transformer

Ces comportements ont été observés lors de l'exercice A de l'atelier 3 :

- Une recherche rapide du contact des mains avec le tapis, bras fléchis « bras petite antenne » (Coston, 2007, p.5).
- Un regard tourné vers l'arrière trop rapide, à la fin de l'impulsion.
- Un saut rasant en longueur sans amplitude.
- Une remontée avec l'aide des mains au sol après la rotation.

Ressource spécifique

- **Tourner** : déclencher une rotation dans le plan sagittal (vers l'avant) pour se réceptionner en équilibre

But : Réaliser un saut roulé.

Critères de Réussite : cf. code gymnique.

Dispositif : cf. schéma.

Organisation : 3 installations possibles. Les élèves s'organisent par binôme dans leur groupe s'inversent. Le gymnaste effectue ces trois passages à la suite. Le juge annonce le jugement à chaque passage afin que le gymnaste puisse en tenir compte

Contrainte : Zone interdite de 70cm au début du tapis. Ne pas toucher l'élastique.

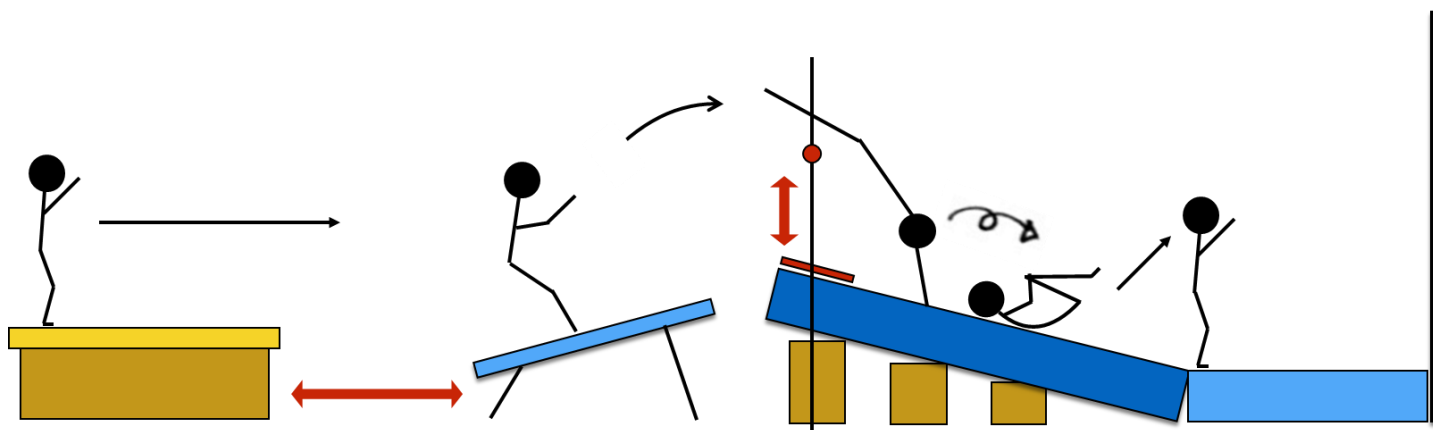
Choix de l'élève : La distance entre le caisson et le mini-trampoline. La hauteur et la distance de l'élastique.

Problématisation : 1. Où se porte mon regard avant, pendant et après le saut ? 2. Comment faire pour se relever sans les mains après la rotation ?

Règles d'action

- Lors de ma prise d'élan, j'effectue un saut d'appel long et rasant, pieds joints en avant du centre de gravité lors du contact avec la toile du mini-trampoline.
- Lors de la phase de vol, j'ouvre les épaules, bras tendus et regard entre les mains.
- Lors du contact avec le tapis, j'amortis la descente en fléchissant progressivement les bras jusqu'à la fermeture des épaules
- Lorsque les hanches passent au-dessus des épaules, je rentre la tête (menton-poitrine).
- Lors de la rotation, je garde une posture groupée (menton-poitrine / talons-fesse) jusqu'au contact de mes talons avec le tapis.
- Lors du contact des talons au sol, je projette dynamiquement mes bras vers l'avant pour me relever.

Schéma de la situation



Code gymnique

Réception sur le tapis bras et jambes tendus, hors de la zone interdite		Se relève sans les mains et équilibré 2 secondes	
☐ Oui		☐ Non	
☐ Oui		☐ Non	
☐ Oui		☐ Non	

SAD « Se relever sans les mains après rotation »

Comportements à transformer

Cette situation a été proposée à tous les élèves pour échauffer le dos et pour tenter de résoudre les problèmes de rotation suivant :

- Une position dégroupée avec des talons éloignés des fesses et un menton éloigné de la poitrine empêchant la rotation vers l'avant ainsi qu'une ouverture précoce du corps empêchant la remontée à la station debout.
- Des bras collés au corps avec des mains en appui en arrière des fesses ne permettant pas une remontée dynamique.

Ressource spécifique

- **Tourner** : déclencher une rotation dans le plan sagittal (vers l'avant) pour se réceptionner en équilibre

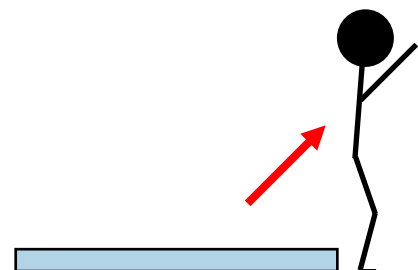
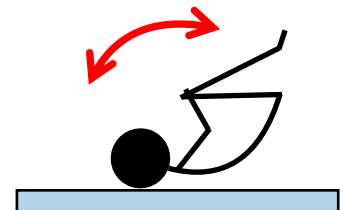
But : Se relever en position debout et en équilibre.

Critère de Réussite : Réussir à chaque fois à se relever sans les mains.

Organisation : Des tapis de sol sont dispersés dans la salle. Un élève par tapis de sol, assis sur le tapis les pieds en dehors du tapis. Départ en « boule », bascule en arrière pour revenir vers l'avant trois fois avant de se relever sans s'aider des mains au sol.

Contrainte : Se relever avec les pieds sur le tapis de sol.

Choix des élèves : Effectuer l'exercice avec partenaire en face pour lui prendre les bras et l'aider à se relever à la station debout.



Règles d'action

- Je reste groupé les talons aux fesses et le menton à la poitrine,
- Je maintiens mes tibias avec mes mains en contractant les abdominaux jusqu'au contact des pieds au sol pour conserver l'élan.
- Lors du contact des talons au sol, je projette dynamiquement mes bras vers l'avant pour me relever.

SAD « La brouette roulée »

(Ubaldi, J.-L., Coston, A., Coltice, S., & Philippon, S., 2006, p.29)

Comportement à transformer

L'enseignant en les accompagnants l'élève propose cette situation de remédiation aux élèves qui ont les comportements suivants lors l'atelier saut roulé ou la SAPRS

- Des bras fléchis au premier contact du tapis limitant la phase d'amorti.
- Une tête rentrée et des épaules fermées de manière précoce limitant l'ouverture recherchée.
- Un regard dirigé vers l'arrière avant même le contact avec le tapis.

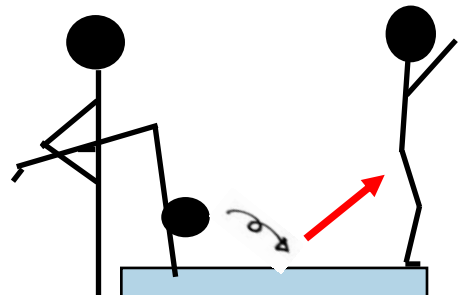
Ressources spécifique

- **Tourner** : déclencher une rotation dans le plan sagittal (vers l'avant) pour se réceptionner en équilibre

But : « Effectuer une brouette avec son camarade et rouler par flexion des bras et le rentré de tête » (Ubaldi et al., 2006, p. 29)

Critère de réussite : Se relever sans les mains.

Organisation : L'Elève se place en appui facial les mains sur un tapis de sol. L'enseignant en le prenant à hauteur des genoux l'accompagne pour placer les hanches au-dessus des mains. Depuis cette position, l'élève déclenche la rotation en avant. Pour donner de la vitesse à la rotation, l'enseignant peut accompagner le mouvement vers l'avant.



Règles d'action

Pour maintenir la position « brouette »

- Je verrouille mes bras et contracte ma ceinture abdominale.
- Je recule mes épaules et avance mon bassin.
- Je fixe mon regard sur mes mains.

Pour déclencher la rotation.

- Je fléchis lentement les bras et avance mes épaules pour amortir la rotation.
- Je rentre petit à petit la tête et roule sur la nuque en arrondissant le dos.
- Je garde mes talons contre mes fesses et mon menton contre la poitrine en maintenant mes tibias et en contractant les abdominaux jusqu'au contact des pieds au sol pour conserver l'élan.
- Lors du contact des talons au sol, je projette dynamiquement mes bras vers l'avant pour me relever.

Bibliographie

- Coston, A. (2007). Les activités gymniques: Les chemins d'accès à la culture (1^{ère} partie). *Revue Hyper*, 237, 8-13.
- Fédération Suisse de Gymnastique [FSG], (2016). *Prescription de concours. Championnats suisses de gymnastique de sociétés*. Aarau : STV FSG.
- Garsault, C. (2004). Finaliser les apprentissages en EPS: Les brevets sportifs. In Document académique, *L'EPS en Zone d'Education Prioritaire* (pp. 40-55). Montpellier: Académie de Montpellier.
- Ubaldi, J.-L., Coston, A., Coltice, S., & Philippon, S. (2006). Cibler, habiller, intervenir pour permettre à nos élèves d'apprendre en EPS. *Les cahiers du CEDRE*, 6, 7-31.

Annexe 1

Règlement de gymnastique aux agrès

Organisation / mise en place

1. J'effectue la mise en place (et le rangement) de l'installation que nous attribue l'enseignant, avec mon groupe.
2. Une fois l'installation terminée, je m'assois sur le banc en attendant que les autres groupes terminent.

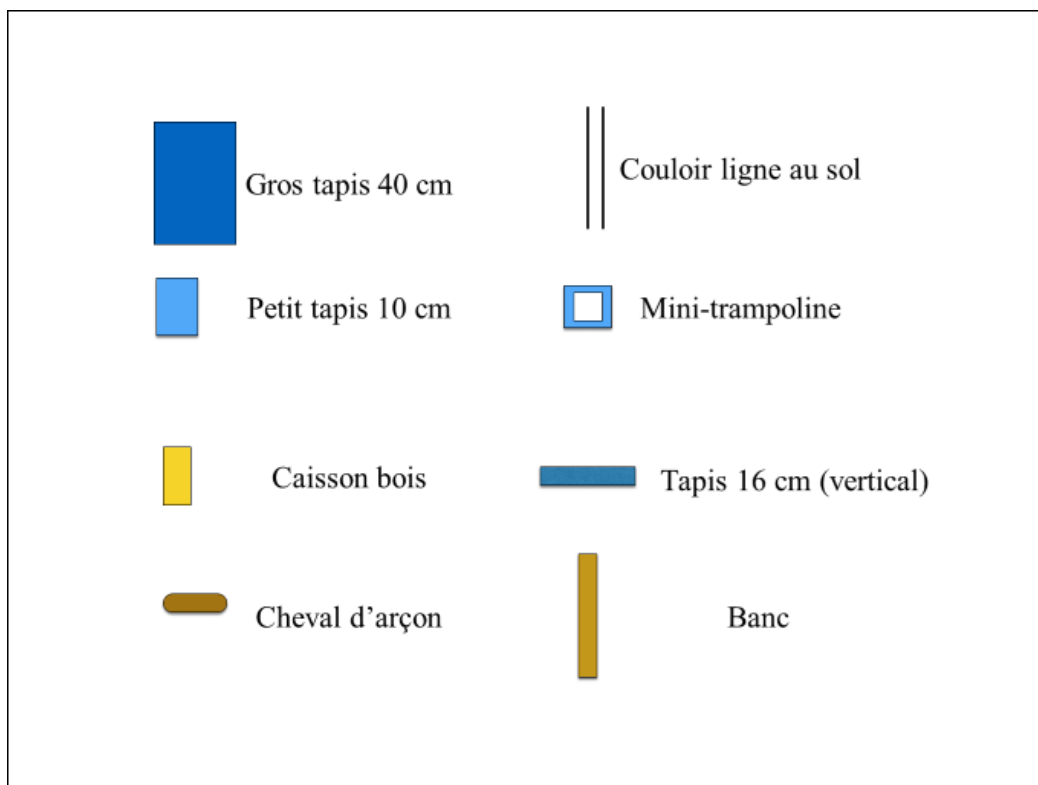
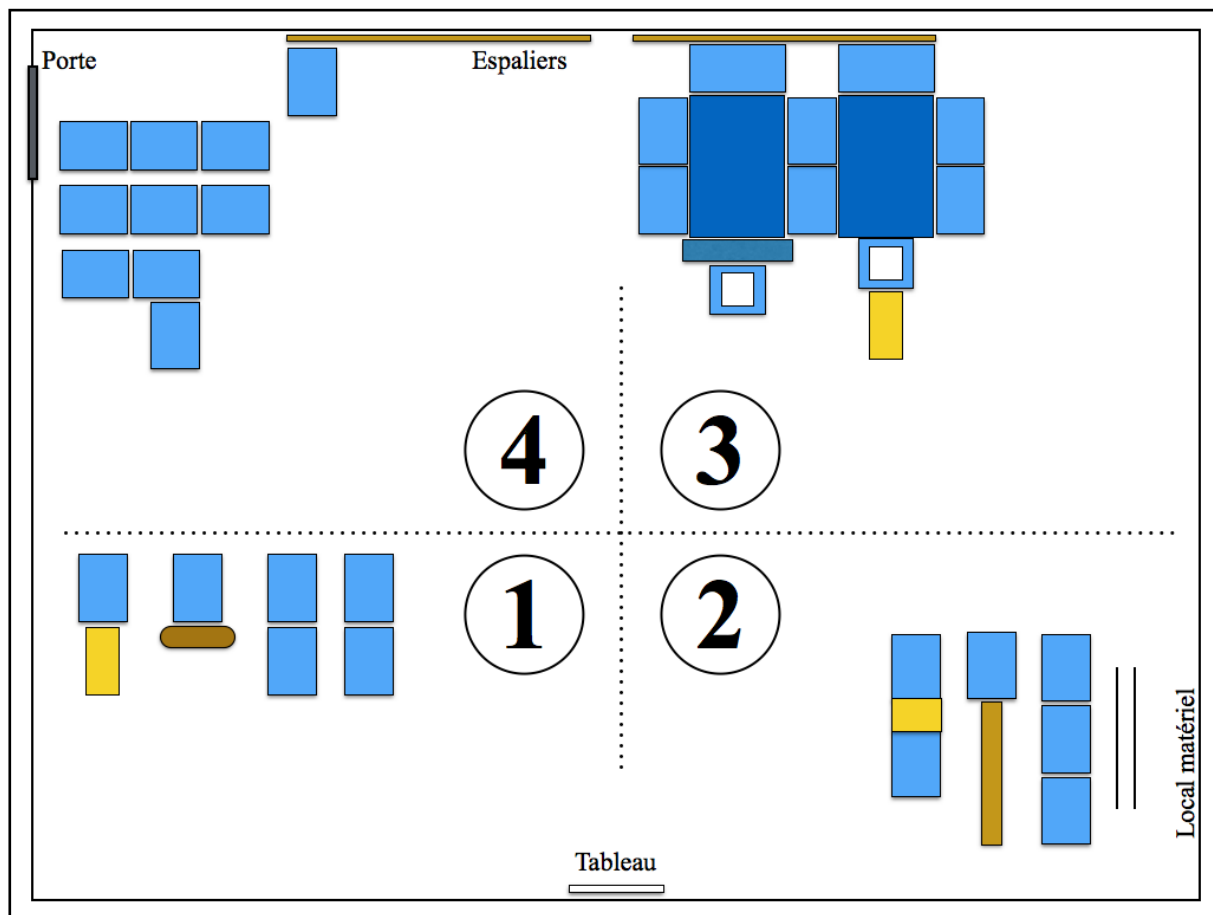
Sécurité

3. Je viens avec une tenue adéquate: Cheveux attachés (élastique) / aucun bijoux / T-shirt et short (ou leggings) de sport.
4. Lorsque je travaille sur un poste, je ne fais pas autres choses que ce qui est demandé.
5. Je ne monte pas sur une installation avant l'autorisation de l'enseignant.
6. Que ce soit lors de l'observation ou d'une démonstration, le respect envers autrui est de mise.

En cas de non-respect du règlement, je serais sanctionné d'une punition ou d'un renvoi selon les circonstances.

Annexe 2

Plan de salle

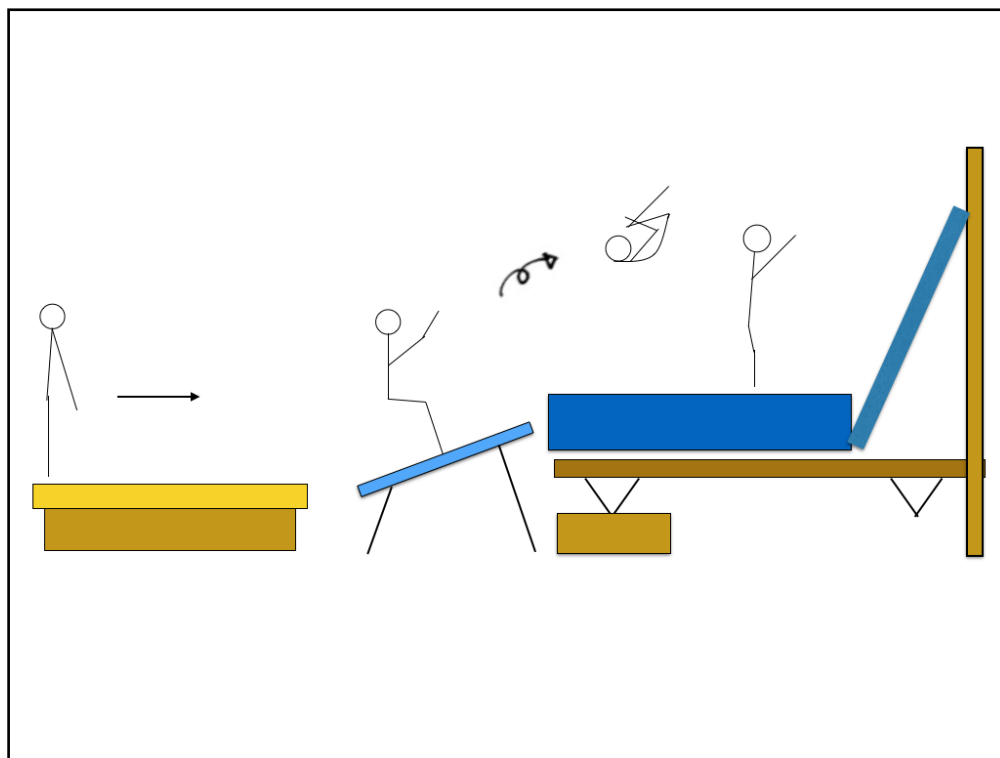


Annexe 3

Dossier personnel

Gymnastique

ACPO-2016



Prénom : _____

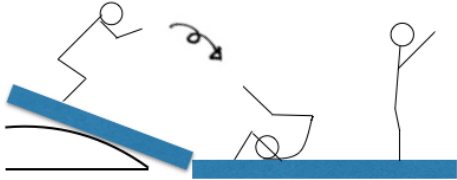
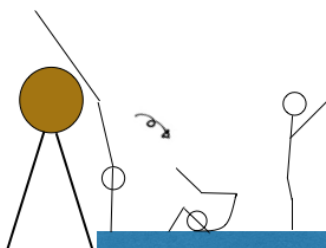
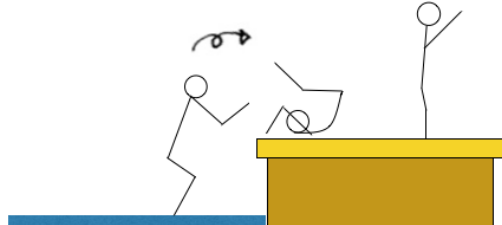
Nom : _____

Classe ; _____

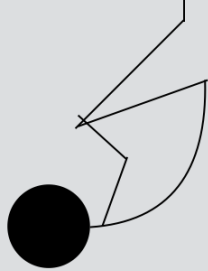
Groupe : _____, _____, _____, _____

Atelier 1 : Tourner, la roulade avant

Lorsque j'ai validé un exercice, je mets un « X » dans la case « 👍 ».

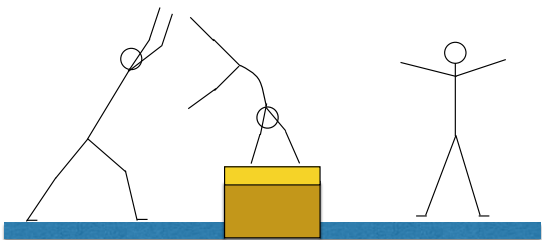
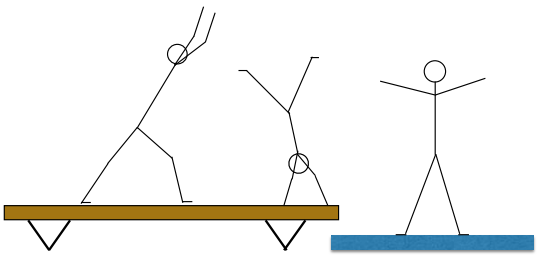
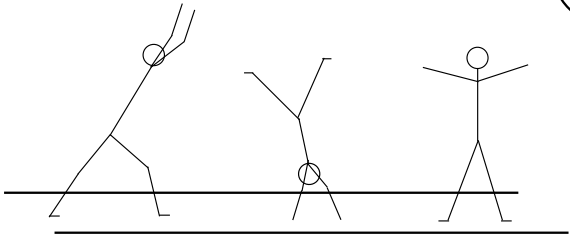
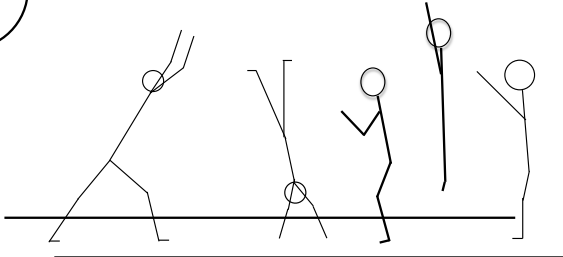
 A. Roulade avant contre-bas 2pts 👍 ☐	 B. Roulade avant sol 3pts 👍 ☐
1	
 C. Roulade avant Cheval 3pts 👍 ☐	 D. Roulade avant contre-haut 4pts 👍 ☐

Pour réussir cette figure, je dois réussir les deux critères ci-dessous.

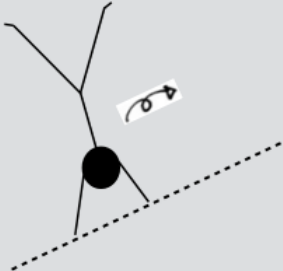
Fiche d'observation Atelier 1			
Exercice: A B C D		Gymnaste:	Observateur:
Exécution	Réception		
Roule groupé mains aux tibias  Oui Non	Se relève sans les mains et tient 2''  Oui Non		

Atelier 2 : Se renverser, la roue

Lorsque j'ai validé un exercice, je mets un « X » dans la case « 👍 ».

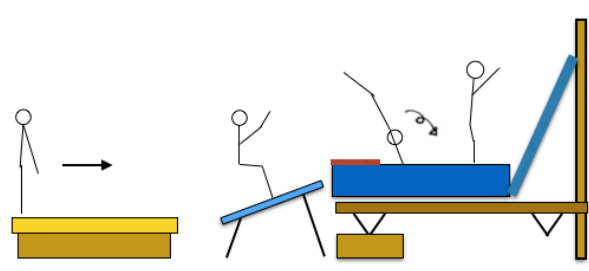
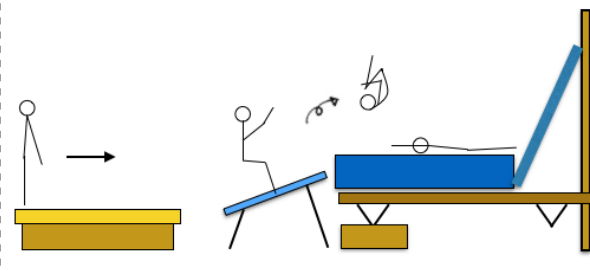
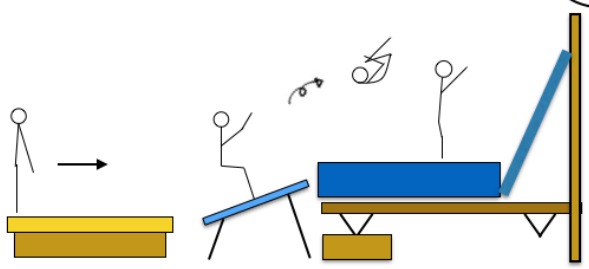
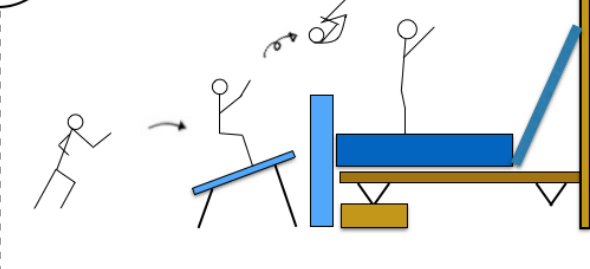
 A. Roue avec caisson 2pts 👍 ☐	 B. Roue depuis banc 3pts 👍 ☐
 C. Roue sol en couloir 3pts 👍 ☐	 D. Elan, roue avec demi-tour, saut extension 4pts 👍 ☐

Pour réussir cette figure, je dois réussir les deux critères ci-dessous.

Fiche d'observation Atelier 2			
Exercice: A B C D		Gymnaste:	Observateur:
Exécution		Réception	
Roue dans l'axe (sauf A), bras et jambes tendus 		Réception équilibrée 2 secondes 	
Oui	Non	Oui	Non

Atelier 3 : tourner, le salto avant

Lorsque j'ai validé un exercice, je mets un « X » dans la case « 👍 ».

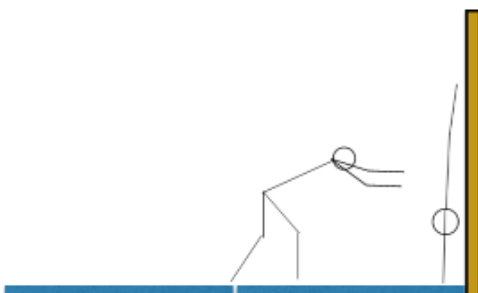
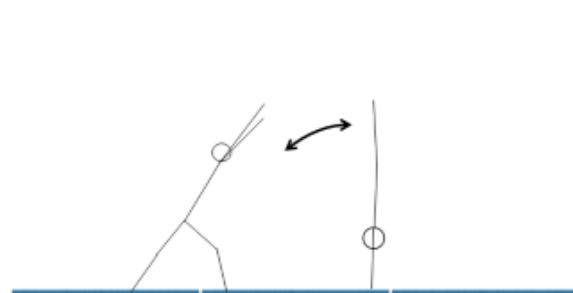
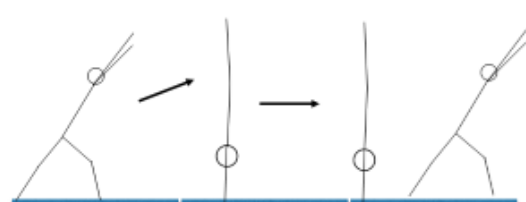
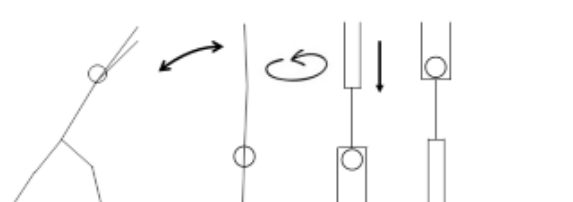
 A. Saut roulé 2pts 👍 ☐	 B. Saut périlleux 3/4 plat dos 2pts 👍 ☐
3	
 C. Saut périlleux 3pts 👍 ☐	 D. Saut périlleux avec élan 4pts 👍 ☐

Pour réussir cette figure, je dois réussir les deux critères ci-dessous.

Fiche d'observation Atelier 3			
Exercice: A B C D		Gymnaste: 	Observateur:
Exécution	Réception		
Exercice: A Réception sur le tapis bras et jambes tendus, hors de la zone interdite Oui ● Non	Exercice: A C D Se relève sans les mains et équilibré 2 secondes Oui ● 2'' Non		
Exercice: B C D Rotation groupée mains aux genoux Oui ● Non	Exercice: B Réception plat dos et reste 2 secondes Oui ● 2'' Non		

Atelier 4 : Se renverser, l'ATR

Lorsque j'ai validé un exercice, je mets un « X » dans la case « 👍 ».

 A. ATR contre espalier 2pts 👍 <input style="width: 20px; height: 20px;" type="checkbox"/>	 B. ATR sol et retour 3pts 👍 <input style="width: 20px; height: 20px;" type="checkbox"/>
4	
 C. ATR sol et déplacement (1m) 3pts 👍 <input style="width: 20px; height: 20px;" type="checkbox"/>	 D. ATR et quart de tours 4pts 👍 <input style="width: 20px; height: 20px;" type="checkbox"/>

Pour réussir cette figure, je dois réussir les deux critères ci-dessous.

Fiche d'observation Atelier 4			
Exercice: A B C D		Gymnaste:	Observateur:
Exécution	Réception		
Passe par l'équilibre Bassin-épaules-bras alignés  Oui Non	Retour en fente, bras tendus, équilibré.  Oui Non		

Evaluation

Durant l'évaluation, j'effectue l'ensemble des figures que j'ai indiqué ci-dessous.

J'ai le droit à deux tentatives pour réaliser mes figures sur chaque atelier.

Si les 2 « oui » sont entourés, j'obtiens la totalité des points indiqués sous la figure.

Si un « oui » et un « non » sont entourés, j'obtiens la moitié des points.

Si les 2 « non » sont entourés, je n'obtiens pas de points.

Note Individuelle

Pour chaque Atelier, j'entoure la figure de mon choix.

Atelier 1: A B C D

Atelier 2: A B C D

Atelier 3: A B C D

Atelier 4: A B C D

Nombre de point obtenus: _____ Note: _____

Nombre de points obtenus	-5	5-6	7	8-9	10-11	12-13	+13
Note	3.0	3.5	4.0	4.5	5.0	5.5	6.0

Note Collective

J'écris le nom des membres de mon équipe et entoure la figure réalisée par chacun pour la note collective.

Gymnaste **Atelier 1:** _____ Figure: A B C D (entoure)

Gymnaste **Atelier 2:** _____ Figure: A B C D (entoure)

Gymnaste **Atelier 3:** _____ Figure: A B C D (entoure)

Gymnaste **Atelier 4:** _____ Figure: A B C D (entoure)

Nombre de point obtenus: _____ Note: _____

Nombre de points obtenus	-5	5-6	7	8-9	10-11	12-13	+13
Note	3.0	3.5	4.0	4.5	5.0	5.5	6.0