

Projet prévisionnel

MODU LE	GROUPE D'APS	APS	Niveau scolaire
Adaptation des réponses motrices en fonction des Changements des situations	Gymnastique	Gym au sol	1ac.

L'objectif terminal d'intégration.	-L'élève de la 1ère année doit acquérir une motricité correcte lui permettant de s'adapter aux exigences des situations (forme et rythme) et s'intégrer dans le groupe.
L'objectif terminal du cycle.	- Employer les techniques de base des activités physique et sportives - Appropriation des objectifs fixés et des critères de réussite principales pour les diverses activités physiques et sportives
Les compétences visées	-L'élève de 1er année doit pouvoir se confirmer et s'adapter à des mouvements inhabituelles pour réaliser un enchaînement simple d'éléments gymniques devant le groupe classe composé de: 3A 2B.

	Connaissances procédurale	Connaissances conceptuelles	Connaissances comportementales
Acquisitions attendues	- S'adapter à des positions inhabituelles. Les éléments de base Réaliser un enchaînement de 3A et 2B	-Terminologie spécifique de la gym. S'échauffer Règlement	Assiduité Engagement dans l'APS Organisation (matériel) Organisation au sein du groupe

Séquence	Séance	Objectif
<i>Teste d'observation</i>	1	Détecter les niveaux pratiques individuels des élèves par réaliser un enchaînement libre.
S1 Réaliser un mini enchaînement d'au moins 3 éléments gymniques de difficultés A	2	Séance théorique, présentation du cycle ainsi que les fiches des différents éléments gymniques
	3	Réaliser et aider ses camarades à réaliser un mini enchaînement d'au moins 3 éléments gymniques de difficultés A (roulade avant et arrière simple, chandelle équilibrée).
	4	Réaliser et aider ses camarades à réaliser un mini enchaînement d'au moins 3 éléments gymniques de difficultés A (roulement avant et arrière simple, planche écrasée).
	5	Réaliser et aider ses camarades à réaliser 3 éléments gymniques de difficultés A (Appui ventral à l'appui facial, poirier élévation des jambes pliées et saut groupé)
	6	Une séance d'intégration: réaliser un mini enchaînement de 3 éléments gymniques de difficultés A..
S2 Réaliser un mini enchaînement d'au moins 3 éléments gymniques de difficultés B.	7	Réaliser et aider ses camarades à réaliser un mini enchaînement d'au moins 3 éléments gymniques de difficultés B (roulement avant et arrière jambes écartés et tendus, ATR à la station debout).
	8	Réaliser et aider ses camarades à réaliser un mini enchaînement d'au moins 3 éléments gymniques de difficultés B (roulade arrière ATR, la roue renversement latéral, mouvement de souplesse: pont)
	9	Réaliser et aider ses camarades à réaliser 2 éléments gymniques de difficultés B (roulement avant et arrière jambes écartés)et se préparer pour le test bilan
<i>Test bilan</i> Évaluation sommative	10	Réaliser devant le groupe classe un enchaînement simple composé d'éléments gymniques de difficultés: 3A et 2B dans un espace défini dans un délai ne dépassant pas 1 mn 30 s.

www.epsmaroc.ma