


ANALYSE ET TRAITEMENT DIDACTIQUE DE L'ACTIVITE GYMNASTIQUE

PLAN:

- 1. Définition et logique interne**
- 2. Enjeux de formation et compétences visées (école, collège et lycée)**
- 3. Problèmes fondamentaux**
- 4. Composantes de l'activité**
- 5. Types de compétences à acquérir**
- 6. Traitement didactique:
Formes motrices proposées à l'enfant**
- 7. Situation de référence**

1. Définition(s)

La gymnastique est une activité de production de formes corporelles inhabituelles réalisées dans le but d'être vues et/ou jugées selon un code admis par les pratiquants. Originalité, risque et virtuosité (adresse, aisance) caractérisent cette activité.



Activité de production de " formes gestuelles ", créées ou codifiées, intégrant une motricité inhabituelle (souvent en appui manuel), et présentées sous forme d'enchaînement."




- **Logique interne**

- **Activité de production de formes jugées et appréciées selon les codes de l'activité hiérarchisée**
- **Activité uniquement composée de situations inhabituelles**
- **Activité de réorganisation de l'équilibre dans l'action**

Traits pertinents:

- **POSTURES et ATTITUDES gymniques**
- **ESPACE organisé, MATERIEL spécifique (tapis, Tremplin, Plinth, barres, poutre.....)**
- **Variétés des ELEMENTS et des ACTIONS**
- **Productions de formes corporelles avec recherche d'esthétisme**

- 
- **Enchaînement d'actions " coordination et liaison entre chaque élément "**
 - **Risque, maîtrise des émotions, sécurité permanente**
 - **Codifications et règles à suivre afin de permettre un jugement**

2. Enjeux de formation à l'école:

Gymnastique éducative:

Savoir-faire

- Développement de la motricité générale (jeux éducatifs libres et dirigés, ateliers)
- Maîtrise du corps
- Développement foncier du corps
- Capacités à gérer le risque et à avoir un meilleur contrôle tonique (piloter le corps)

Savoir-être

- Recherche de la construction de la personnalité à travers la silhouette gymnique:
 - Recherche d'esthétique en vue de s'approprier le réel
 - Acquisition d'attitude posturale droite

Enjeux de formation au collège


Gymnastique ludo-Sportive

Acquisitions de savoir-faire et de compétences spécifiques situant l'élève par rapport au groupe classe, assurant par la même l'élévation du niveau potentiel physique de l'enfant (technique) (jeux éducatifs et sportifs)



- **Exemple de Capacités/Compétences en gymnastique niveau 7^{ème} de base (Collège)**

- **Se renverser corps tendu**
- **Tourner en Avant corps groupé avec appuis des mains**
- **Tourner en Arrière corps groupé avec appuis des mains**

- 
- **Créer et contrôler une rotation longitudinale**
 - **Franchir un obstacle avec appuis dynamiques des bras**
 - **Etablir une continuité de réalisation d'éléments gymniques simples**
 - **Parer / aider un camarade à réaliser un élément difficile**


Enjeux de formation au lycée

Gymnastique « sportive » scolaire

- Elévation du niveau potentiel physique et technique**
- Consolidation de l'entre-aide**
- Etablir une liaison gymnique d'éléments simples et a difficulté (techniques)**
- Acquisition des compétences techniques gymniques (bac-sport)**
- Produire des formes corporelles techniques et esthétiques**

Exemples


- **Accélérer les mouvements pour mieux les réaliser, tout en contrôlant son équilibre (corps gainé)**
- **Enchaîner des actions de déplacements , de rotations, de vols avec des appuis stables**
- **Organiser ses segments en fonction du déplacement souhaité ou par rapport au but souhaité**


- 
- **Repérer son corps en mouvement à l'aide de sensations kinesthésiques, de repères visuels et tactiles**
 - **Maîtriser les changements d'orientation**
 - **Prendre des positions de corps inhabituelles et contrôler les conduites motrices .**
 - **Adopter une attitude tonique pour agir vite**





- **3. Problème Fondamental:**

Il s'agit de passer d'un équilibre vertical de terrain à la construction de nouveaux équilibres de plus en plus aérien et renversé, c'est à dire résoudre un ensembles de problèmes :



- 
- **remise en cause de l'équilibre vertical du bipède terrain**
 - **prises de risques et complexification des actions motrices**
 - **prise d'informations extéroceptives et/ou proprioceptives**
 - **gestion de l'effort pour la réalisation d'enchaînements d'actions dynamiques et originales**
 - **contrôle de ses émotions**
 - **acceptation de rôles sociaux différents**

- 
- *Maîtrise du risque (couple risque- sécurité)*
 - *Construction de nouveaux repères (informationnel)*
 - *Organiser les déplacements (voler, tourner, se déplacer ...)*
 - *Contrôle des mouvements*

- 
- *Dissociation segmentaire*
 - *Confrontation avec d'autres enfants*
 - *Produire des formes*

■ **4. Composantes de l'activité :**


La gymnastique a deux composantes essentielles :

- Une activité de production de formes techniques corporelles maîtrisées (formes de plus en plus aériennes, renversées, manuelles, tournées, complexes)
- Une activité corporelle de communication (acceptation d'une évaluation, du regard d'autrui, recherche de « l'exploit physique »)

5. Compétences à acquérir :

□ ***Compétences disciplinaires :***

- Accepter de prendre et de maîtriser des risques
- Agir et se surpasser dans des situations et des espaces variés et complexes
- Donner une valeur esthétique au mouvement produit

- 
- ***Compétences transversales :***
 - **Diversifier et enrichir ses modes de communication au sein du groupe**
 - **Maîtriser son émotion en se produisant face aux autres (oser ...)**
 - **Aider, s'entraider, évaluer, s'auto-évaluer**

Objectif prioritaire :

- Passer de l'équilibre vertical du terrien à la construction de nouveaux équilibres de plus en plus aériens et renversés (appuis manuels privilégiés).

Traitement didactique:

7 familles d'actions:


- **Rouler** (les rotations avants, arrières, longitudinales au sol sur support surélevé)
- **Voler, s'envoler** (quitter momentanément tout appui, après une impulsion)
- **Se déplacer, s'équilibrer** (sur support plus ou moins haut et étroit)

- **Tourner autour, s'enrouler** (à partir d'appuis manuels, sur cordes ou barres)
- **Franchir** (un obstacle après une impulsion des jambes et pose des mains)
- **Se renverser** (à partir d'appuis manuels, « tête en bas », sur supports variés)
- **Se balancer** (à partir d'appuis manuels, sur cordes ou barres)

Actions motrices		Postures et positions essentielles
Quelle action?	Dans quel(le) sens ou direction	Dans quelle position
Tourner	Longitudinalement Transversalement	Corps groupé Corps carpé Corps tendu
Sauter	Vers le haut Vers le bas Vers l'avant Vers l'arrière	Sur un pied Sur deux pieds Sur les mains En appui quadrupédique En suspension manuelle
Se renverser	Vers l'avant Vers l'arrière	En position renversée En position semi-renversée



- **7. SITUATION DE RÉFÉRENCE**

- Sur un praticable, réaliser successivement et indépendamment trois mini-enchaînements avec ou sans musique, comprenant des éléments pris dans les différentes familles de la gymnastique.
- 

Merci