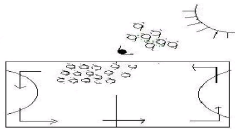
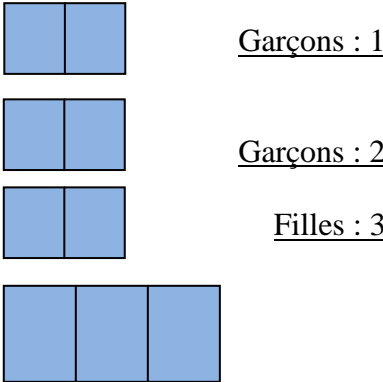

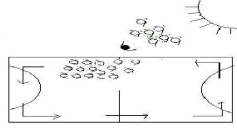
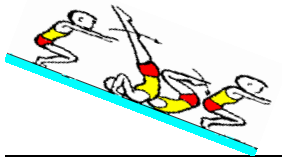
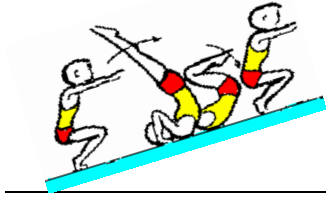
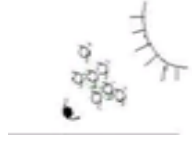


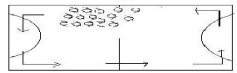
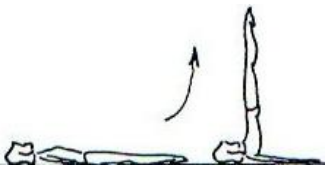
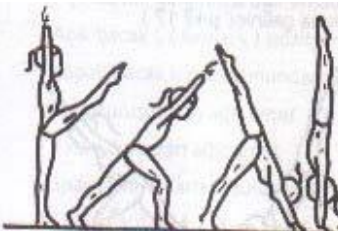

Fiche de préparation

Module		Groupe D'APS	APS support	Niveau scolaire	Séance N0	Nb d'élève	Matériel
Mobilisation des ressources individuelles pour le soutien du projet du groupe		<i>Gymnastique</i>	<i>Gym au sol</i>	<i>3^{ème} Année collège</i>	<i>T.O</i>	<i>38</i>	<i>Tapis, tableau, table</i>
<i>OBJECTIF TERMINAL D'INTEGRATION</i>		L'élève de la 3 ^{ème} A.C doit maîtriser les paramètres de sa conduite motrice et s'adapter aux exigences des situations (institution, organisation) et s'entraîner à l'exercice des droits et devoirs pour la réalisation d'un projet sportif individuel et collectif.					
<i>OBJECTIF TERMINAL DU CYCLE</i>		L'élève de 3 ^{ème} année doit pouvoir concevoir et réaliser un projet individuel sous forme d'enchaînement d'éléments gymniques devant le groupe classe, comprendre, expliquer et développer ses composantes en fonction des ses exigences organisationnelles techniques et réglementaires compose de : 2A 4B 1C					
<i>COMPETENCES VISEES :</i>		-Entraide lors des situations didactiques, et la recherche des solutions collectives -Prise de responsabilités, assumer différents rôles dans le groupe					
Objectif de la séance		Détecer le niveau de pratique des élèves en gymnastique					
Parties	Durée	Moyens		Organisation	Indicateurs d'évaluation		
		Objectifs	Description de la situation				
<i>Initiale</i>	10 à 15 min	-Vérification des absences. -Echauffement et préparation du corps à l'effort physique. La prise en main de la classe. Sollicitation des grandes fonctions de l'organisme.	Faire une course légère dans le gymnase, puis des mouvements d'élévation et de circumduction des bras, pas chassée, élévation de genoux, talons fesses. Des étirements pour les membres supérieurs et inférieurs pour préparer le corps à l'effort sans risque d'avoir des blessures ou des accidents Motivation des élèves		Réaliser les taches correctement		
Fondamentale	35 à 45 min	Etre capable de réaliser l'ensemble des éléments gymniques	La classe est répartie en 3 groupes (2 groupes de garçons et un groupe de fille). Chaque groupe dispose de deux tapis où il essaye de faire un mini-enchaînement en attendant son tour de passage. En travaillant dans son atelier, les élèves sont appelés dans l'ordre de la liste pour passer dans l'atelier central (3 tapis) où ils présentent leur enchaînement.	 <u>Garçons : 1</u> <u>Garçons : 2</u> <u>Filles : 3</u> <u>Test d'observation</u>	Chaque groupe donne les noms des éléments gymniques exécuté		
Finale	5min	-Retour au calme. Savoir récupérer après l'effort physique. Savoir verbaliser et réguler ce qui est fait.	-Étirements à la fin de l'effort. -Rassemblement pour faire le bilan.		Savoir récupérer		

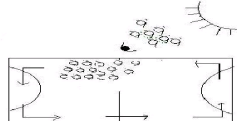
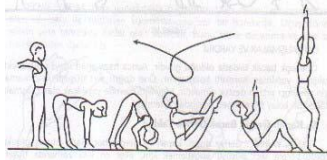
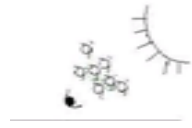
Fiche de préparation

Module		Groupe D'APS	APS support	Niveau scolaire	Séance N0	Nb d'élève	Matériel
Mobilisation des ressources individuelles pour le soutien du projet du groupe		<i>Gymnastique</i>	<i>Gym au sol</i>	<i>3^{ème} Année collège</i>	2	38	<i>Tapis, ballon et une roue</i>
<i>OBJECTIF TERMINAL D'INTEGRATION</i>		L'élève de la 3 ^{ème} A.C doit maîtriser les paramètres de sa conduite motrice et s'adapter aux exigences des situations (institution, organisation) et s'entraîner à l'exercice des droits et devoirs pour la réalisation d'un projet sportif individuel et collectif.					
<i>OBJECTIF TERMINAL DU CYCLE</i>		L'élève de 3 ^{ème} année doit pouvoir concevoir et réaliser un projet individuel sous forme d'enchaînement d'éléments gymniques devant le groupe classe, comprendre, expliquer et développer ses composantes en fonction des ses exigences organisationnelles techniques et réglementaires compose de : 2A 4B 1C					
<i>COMPETENCES VISEES :</i>		-Entraide lors des situations didactiques, et la recherche des solutions collectives -Prise de responsabilités, assumer différents rôles dans le groupe					
Objectif de la séance		Etre capable d'effectuer un mini enchaînement d'au moins 3 éléments de difficulté A					
Parties	Durée	Moyens		Organisation	Indicateurs d'évaluation		
		Objectifs	Description de la situation				
<i>Initiale</i>	10 à 15 min	-Vérification des absences. -Echauffement et préparation du corps à l'effort physique. La prise en main de la classe. Sollicitation des grandes fonctions de l'organisme.	Faire une course légère dans le gymnase, puis des mouvements d'élévation et de circumduction des bras, pas chassée, élévation de genoux, talons fesses. Des étirements pour les membres supérieurs et inférieurs pour préparer le corps à l'effort sans risque d'avoir des blessures ou des accidents Motivation des élèves		Réaliser les taches correctement		
Fondamentale	35 à 45 min	E/C d'effectuer une roulade avant et arrière simple sur un tapis incliner, d'une manière correcte Réaliser un mini enchaînement d'au moins 3 éléments de difficulté A	Les élèves doivent faire une roulade avant et arrière sur un tapis incliné en suivant le modèle d'exécution donné par l'enseignant .ce tapis incliné facilite l'exécution de l'élément gymnique car il donne aux élèves un élan important pour faire une rotation active pendant l'exécution. Critères de réalisations : Se mettre en « boule » pour mieux rouler (dos rond). Placer les mains au sol près des genoux Rentrer le menton dans le coup et placer la tête au sol entre les mains. Pousse sur les pieds et se laisser basculer. Placer les mains au près des oreilles. Consigne : - Utiliser les mains pour amortir le déséquilibre. Variante : Réaliser les roulades sur un tapis plat.	 	Se relever en position debout. Tourner dans l'axe.		
Finale	5min	-Retour au calme. Savoir récupérer après l'effort physique. Savoir verbaliser et réguler ce qui est fait.	-Étirements à la fin de l'effort. -Rassemblement pour faire le bilan.		Savoir récupérer		

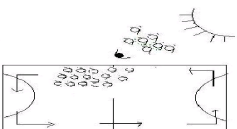



Fiche de préparation

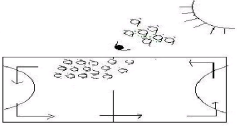


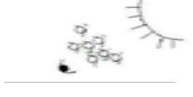
Module		Groupe D'APS	APS support	Niveau scolaire	Séance N0	Nb d'élève	Matériel
Mobilisation des ressources individuelles pour le soutien du projet du groupe		<i>Gymnastique</i>	<i>Gym au sol</i>	<i>3^{ème} Année collège</i>	<i>3</i>	<i>38</i>	<i>Tapis</i>
<i>OBJECTIF TERMINAL D'INTEGRATION</i>		L'élève de la 3 ^{ème} A.C doit maîtriser les paramètres de sa conduite motrice et s'adapter aux exigences des situations (institution, organisation) et s'entraîner à l'exercice des droits et devoirs pour la réalisation d'un projet sportif individuel et collectif.					
<i>OBJECTIF TERMINAL DU CYCLE</i>		L'élève de 3 ^{ème} année doit pouvoir concevoir et réaliser un projet individuel sous forme d'enchaînement d'éléments gymniques devant le groupe classe, comprendre, expliquer et développer ses composantes en fonction des ses exigences organisationnelles techniques et réglementaires compose de : 2A 4B 1C					
<i>COMPETENCES VISEES :</i>		-Entraide lors des situations didactiques, et la recherche des solutions collectives -Prise de responsabilités, assumer différents rôles dans le groupe					
Objectif de la séance		Effectuer un mini enchaînement d'au moins 2 éléments de difficulté A et 1 élément de difficulté B					
Parties	Durée	Moyens		Organisation	Indicateurs d'évaluation		
		Objectifs	Description de la situation				
<i>Initiale</i>	10 à 15 min	-Vérification des absences. -Echauffement et préparation du corps à l'effort physique. La prise en main de la classe. Sollicitation des grandes fonctions de l'organisme.	Faire une course légère dans le gymnase, puis des mouvements d'élévation et de circumduction des bras, pas chassée, élévation de genoux, talons fesses. Des étirements pour les membres supérieurs et inférieurs pour préparer le corps à l'effort sans risque d'avoir des blessures ou des accidents Motivation des élèves		Réaliser les taches correctement		
Fondamentale	35 à 45 min	Pouvoir effectuer une chandelle d'une manière correcte Réaliser un mini enchaînement d'au moins 2éléments de difficulté A et 1C	Les élèves doivent faire une chandelle sur un tapis plat en suivant le modèle d'exécution donné par l'enseignant(ou un élève). Critères de réalisations : - Départ allongé au sol. - Placement du dos. - Elévation des jambes fléchis puis tendu Consigne : - Maintenir la gainage du cops. Critères de réalisations : Pose des mains au sol Regarder le sol entre les mains Grandissement des épaules en poussant avec les mains Tendre les pointes des pieds Consigne : Sentir l'alignement	 	Corps, jambes et pieds alignés. Maintenir l'élément au moins 3 s. Alignement du corps à la verticale (main ,épaule, tête, dos, fesse jambe sont alignés)		
Finale	5min	-Retour au calme. Savoir récupérer après l'effort physique. Savoir verbaliser et réguler ce qui est fait.	-Étirements à la fin de l'effort. -Rassemblement pour faire le bilan.		Savoir récupérer		

Fiche de préparation

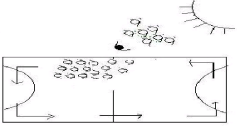


Module		Groupe D'APS	APS support	Niveau scolaire	Séance N0	Nb d'élève	Matériel
Mobilisation des ressources individuelles pour le soutien du projet du groupe		<i>Gymnastique</i>	<i>Gym au sol</i>	<i>3^{ème} Année collège</i>	<i>4</i>	<i>38</i>	<i>Tapis</i>
<i>OBJECTIF TERMINAL D'INTEGRATION</i>		L'élève de la 3 ^{ème} A.C doit maîtriser les paramètres de sa conduite motrice et s'adapter aux exigences des situations (institution, organisation) et s'entraîner à l'exercice des droits et devoirs pour la réalisation d'un projet sportif individuel et collectif.					
<i>OBJECTIF TERMINAL DU CYCLE</i>		L'élève de 3 ^{ème} année doit pouvoir concevoir et réaliser un projet individuel sous forme d'enchaînement d'éléments gymniques devant le groupe classe, comprendre, expliquer et développer ses composantes en fonction des ses exigences organisationnelles techniques et réglementaires compose de : 2A 4B 1C					
<i>COMPETENCES VISEES :</i>		-Entraide lors des situations didactiques, et la recherche des solutions collectives -Prise de responsabilités, assumer différents rôles dans le groupe					
Objectif de la séance		Effectuer un mini enchaînement d'au moins 2 éléments de difficulté A et 2 élément de difficulté B					
Parties	Durée	Moyens		Organisation	Indicateurs d'évaluation		
		Objectifs	Description de la situation				
<i>Initiale</i>	10 à 15 min	-Vérification des absences. -Echauffement et préparation du corps à l'effort physique. La prise en main de la classe. Sollicitation des grandes fonctions de l'organisme.	Faire une course légère dans le gymnase, puis des mouvements d'élévation et de circumduction des bras, pas chassée, élévation de genoux, talons fesses. Des étirements pour les membres supérieurs et inférieurs pour préparer le corps à l'effort sans risque d'avoir des blessures ou des accidents Motivation des élèves		Réaliser les tâches correctement		
Fondamentale	35 à 45 min	Pouvoir effectuer une roulade arrière jambes écartés et tendus Réaliser un mini enchaînement d'au moins 2 éléments de difficulté A et 2B	Les élèves doivent faire un mini enchaînement d'au moins 2 éléments de difficulté A et 2 élément de difficulté B. Atelier 1 : réalisent toutes les éléments gymniques déjà vu de difficulté A. Atelier 2 : effectuer correctement les 2 éléments gymnique de difficulté B Atelier 3 : pouvoir réaliser une roulade arrière jambes écartés et tendus Critères de réalisations : Départ debout. Dos courbé. Ouverture précoce des jambes tendues Consigne : Maintenir les jambes tendues jusqu'à réception Situation de référence : 3A+2B		Réussir à effectuer toutes les éléments gymniques déjà vu Maintenir les jambes tendues lors du roulement.		
Finale	5min	-Retour au calme. Savoir récupérer après l'effort physique. Savoir verbaliser et réguler ce qui est fait.	-Étirements à la fin de l'effort. -Rassemblement pour faire le bilan.		Savoir récupérer		

Fiche de préparation

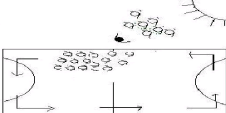
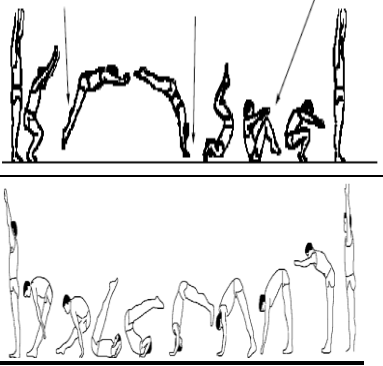

Module		Groupe D'APS	APS support	Niveau scolaire	Séance N0	Nb d'élève	Matériel
Mobilisation des ressources individuelles pour le soutien du projet du groupe		<i>Gymnastique</i>	<i>Gym au sol</i>	<i>3^{ème} Année collège</i>	<i>5</i>	<i>38</i>	<i>Tapis</i>
<i>OBJECTIF TERMINAL D'INTEGRATION</i>		L'élève de la 3 ^{ème} A.C doit maîtriser les paramètres de sa conduite motrice et s'adapter aux exigences des situations (institution, organisation) et s'entraîner à l'exercice des droits et devoirs pour la réalisation d'un projet sportif individuel et collectif.					
<i>OBJECTIF TERMINAL DU CYCLE</i>		L'élève de 3 ^{ème} année doit pouvoir concevoir et réaliser un projet individuel sous forme d'enchaînement d'éléments gymniques devant le groupe classe, comprendre, expliquer et développer ses composantes en fonction des ses exigences organisationnelles techniques et réglementaires compose de : 2A 4B 1C					
<i>COMPETENCES VISEES :</i>		-Entraide lors des situations didactiques, et la recherche des solutions collectives -Prise de responsabilités, assumer différents rôles dans le groupe					
Objectif de la séance		Effectuer un mini enchaînement d'au moins 2 éléments de difficulté B					
Parties	Durée	Moyens		Organisation	Indicateurs d'évaluation		
		Objectifs	Description de la situation				
<i>Initiale</i>	10 à 15 min	-Vérification des absences. -Echauffement et préparation du corps à l'effort physique. La prise en main de la classe. Sollicitation des grandes fonctions de l'organisme.	Faire une course légère dans le gymnase, puis des mouvements d'élévation et de circumduction des bras, pas chassée, élévation de genoux, talons fesses. Des étirements pour les membres supérieurs et inférieurs pour préparer le corps à l'effort sans risque d'avoir des blessures ou des accidents , Motivation des élèves		Réaliser les taches correctement		
Fondamentale	35 à 45 min	E/C d'effectuer 2 éléments de difficulté B Réaliser un mini enchaînement d'au moins 3 éléments de difficulté A et 2 éléments de difficulté B	S : jeu compétitif Le groupe classe sera divisé en deux groupes égaux,chaqu'un a son atelier réaliser deux roulades avant successive et finir par une course vitesse jusqu'à la lige de fond du terrain de volleyball. S : la classe sera repartie en 6 groupes de 6 élèves (2 filles et 4 garçons) et chaque groupe occupe un atelier Atelier1 : essaye d'exécute une roue (Famille de renversement) Atelier2 : essaye d'effectuer l'AFR Critères de réalisations : Poser la main du côté de la jambe avant fléchie et pousser sur cette jambe Poser l'autre main et décoller la première en allant poser la jambe du côté Former un triangle tête/mains stable.. Alignement du tronc, les jambes suivent Consigne : Fixer les mains près de la tête (former le triangle). Maintenir le gainage du cops	 	Les deux jambes ont un temps de suspension Maintenir l'AFR pendant 3s		
Finale	5min	-Retour au calme. Savoir récupérer après l'effort physique. Savoir verbaliser et réguler ce qui est fait.	-Étirements à la fin de l'effort. -Rassemblement pour faire le bilan.		Savoir récupérer		

Module		Groupe D'APS	APS support	Niveau scolaire	Séance N0	Nb d'élève	Matériel
Mobilisation des ressources individuelles pour le soutien du projet du groupe		<i>Gymnastique</i>	<i>Gym au sol</i>	<i>3^{ème} Année collège</i>	<i>6</i>	<i>38</i>	<i>Tapis</i>
<i>OBJECTIF TERMINAL D'INTEGRATION</i>		L'élève de la 3 ^{ème} A.C doit maîtriser les paramètres de sa conduite motrice et s'adapter aux exigences des situations (institution, organisation) et s'entraîner à l'exercice des droits et devoirs pour la réalisation d'un projet sportif individuel et collectif.					
<i>OBJECTIF TERMINAL DU CYCLE</i>		L'élève de 3 ^{ème} année doit pouvoir concevoir et réaliser un projet individuel sous forme d'enchaînement d'éléments gymniques devant le groupe classe, comprendre, expliquer et développer ses composantes en fonction des ses exigences organisationnelles techniques et réglementaires compose de : 2A 4B 1C					
<i>COMPETENCES VISEES :</i>		-Entraide lors des situations didactiques, et la recherche des solutions collectives -Prise de responsabilités, assumer différents rôles dans le groupe					
Objectif de la séance		Effectuer un mini enchaînement d'au moins 4élémet de difficulté A et 3éléments de difficulté B					
Parties	Durée	Moyens		Organisation	Indicateurs d'évaluation		
		Objectifs	Description de la situation				
<i>Initiale</i>	10 à 15 min	-Vérification des absences. -Echauffement et préparation du corps à l'effort physique. La prise en main de la classe. Sollicitation des grandes fonctions de l'organisme.	Faire une course légère dans le gymnase, puis des mouvements d'élévation et de circumduction des bras, pas chassée, élévation de genoux, talons fesses. Des étirements pour les membres supérieurs et inférieurs pour préparer le corps à l'effort sans risque d'avoir des blessures ou des accidents , Motivation des élèves		Réaliser les taches correctement		
Fondamentale	35 à 45 min	E/C d'effectuer 2 éléments de difficulté B Réaliser un mini enchaînement d'au moins 4 éléments de difficulté A et 3 éléments de difficulté B	S : la classe sera repartie en 6 groupes de 6 élèves (2 filles et 4 garçons) et chaque groupe occupe un atelier Atelier1 : essaye d'exécute tout les éléments déjà enseigné Atelier2 : essaye d'exécuter roulade avant jambes écarté correctement Atelier3 : réaliser une roulade arrière jambes écarté correctement Critères de réalisations : Les pieds sont serrés Les jambes sont fléchies Au sol, j'écarte mes jambes. Arrivée jambes écarts, tendues Consigne : Pousser des bras Maintenir les jambes tendues jusqu'a réception Variante : Roulade arrière piquet	 	Maintenir les jambes tendus lors du roulement		
Finale	5min	-Retour au calme. Savoir récupérer après l'effort physique. Savoir verbaliser et réguler ce qui est fait.	-Étirements à la fin de l'effort. -Rassemblement pour faire le bilan.		Savoir récupérer		

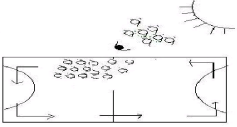


Fiche de préparation

Module		Groupe D'APS	APS support	Niveau scolaire	Séance N0	Nb d'élève	Matériel
Mobilisation des ressources individuelles pour le soutien du projet du groupe		<i>Gymnastique</i>	<i>Gym au sol</i>	<i>3^{ème} Année collège</i>	<i>7</i>	<i>38</i>	<i>Tapis</i>
<i>OBJECTIF TERMINAL D'INTEGRATION</i>		L'élève de la 3 ^{ème} A.C doit maîtriser les paramètres de sa conduite motrice et s'adapter aux exigences des situations (institution, organisation) et s'entraîner à l'exercice des droits et devoirs pour la réalisation d'un projet sportif individuel et collectif.					
<i>OBJECTIF TERMINAL DU CYCLE</i>		L'élève de 3 ^{ème} année doit pouvoir concevoir et réaliser un projet individuel sous forme d'enchaînement d'éléments gymniques devant le groupe classe, comprendre, expliquer et développer ses composantes en fonction des ses exigences organisationnelles techniques et réglementaires compose de : 2A 4B 1C					
<i>COMPETENCES VISEES :</i>		-Entraide lors des situations didactiques, et la recherche des solutions collectives -Prise de responsabilités, assumer différents rôles dans le groupe					
Objectif de la séance		Effectuer un mini enchaînement d'au moins 1 élément de difficulté C					
Parties	Durée	Moyens		Organisation	Indicateurs d'évaluation		
		Objectifs	Description de la situation				
<i>Initiale</i>	10 à 15 min	-Vérification des absences. -Echauffement et préparation du corps à l'effort physique. La prise en main de la classe. Sollicitation des grandes fonctions de l'organisme.	Faire une course légère dans le gymnase, puis des mouvements d'élévation et de circumduction des bras, pas chassée, élévation de genoux, talons fesses. Des étirements pour les membres supérieurs et inférieurs pour préparer le corps à l'effort sans risque d'avoir des blessures ou des accidents, Motivation des élèves		Réaliser les taches correctement		
Fondamentale	35 à 45 min	E/C d'effectuer 1 éléments de difficulté C Réaliser un mini enchaînement d'au moins 3 éléments de difficulté A, 3 éléments de difficulté B et 1element de difficulté C	S : la classe sera repartie en 6 groupes de 6 élèves (2 filles et 4 garçons) et chaque groupe occupe un atelier Atelier1 : essaye d'exécute tout les éléments déjà enseigné Atelier2 : essaye d'exécuter L'ATR Atelier3 : réaliser une roulade avant jambes serrées correctement Critères de réalisations : Pousser des deux jambes serrés et tendus. Pousser sur les mains. Grandissement des épaules en poussant avec les mains Regarder le sol entre les mains Consigne : Garder les jambes tendues, serrés. Pousser des mains pour se relever Se concentrer sur le gainage du corps Variante : ATR contre le mur		Alignement du corps à la verticale (main, épaule, tête, dos, fesse jambe sont alignés) Se relever en position debout jambes tendus et serrés.		
Finale	5min	-Retour au calme. Savoir récupérer après l'effort physique. Savoir verbaliser et réguler ce qui est fait.	-Étirements à la fin de l'effort. -Rassemblement pour faire le bilan.		Savoir récupérer		

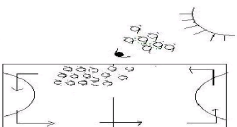
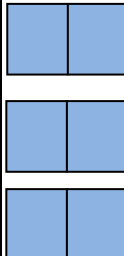

Fiche de préparation

Module		Groupe D'APS	APS support	Niveau scolaire	Séance N0	Nb d'élève	Matériel
Mobilisation des ressources individuelles pour le soutien du projet du groupe		<i>Gymnastique</i>	<i>Gym au sol</i>	<i>3^{ème} Année collège</i>	<i>8</i>	<i>38</i>	<i>Tapis</i>
<i>OBJECTIF TERMINAL D'INTEGRATION</i>		L'élève de la 3 ^{ème} A.C doit maîtriser les paramètres de sa conduite motrice et s'adapter aux exigences des situations (institution, organisation) et s'entraîner à l'exercice des droits et devoirs pour la réalisation d'un projet sportif individuel et collectif.					
<i>OBJECTIF TERMINAL DU CYCLE</i>		L'élève de 3 ^{ème} année doit pouvoir concevoir et réaliser un projet individuel sous forme d'enchaînement d'éléments gymniques devant le groupe classe, comprendre, expliquer et développer ses composantes en fonction des ses exigences organisationnelles techniques et réglementaires compose de : 2A 4B 1C					
<i>COMPETENCES VISEES :</i>		-Entraide lors des situations didactiques, et la recherche des solutions collectives -Prise de responsabilités, assumer différents rôles dans le groupe					
Objectif de la séance		Effectuer un mini enchaînement d'au moins 2element de difficulté C.					
Parties	Durée	Moyens		Organisation	Indicateurs d'évaluation		
		Objectifs	Description de la situation				
<i>Initiale</i>	10 à 15 min	-Vérification des absences. -Echauffement et préparation du corps à l'effort physique. La prise en main de la classe. Sollicitation des grandes fonctions de l'organisme.	Faire une course légère dans le gymnase, puis des mouvements d'élévation et de circumduction des bras, pas chassée, élévation de genoux, talons fesses. Des étirements pour les membres supérieurs et inférieurs pour préparer le corps à l'effort sans risque d'avoir des blessures ou des accidents, Motivation des élèves		Réaliser les taches correctement		
Fondamentale	35 à 45 min	E/C d'effectuer 1 éléments de difficulté C Réaliser un mini enchaînement d'au moins 4éléments de difficulté A, 3 éléments de difficulté B et 1element de difficulté C	S : la classe sera repartie en 3 groupes de 12 élèves (1 filles et 2garçons) et chaque groupe occupe un atelier Atelier1 : essaye d'exécute tout les éléments déjà enseigné Atelier2 : essaye d'exécuter une roulade avant sautée Atelier3 : réaliser une roulade arrière jambes tendu serrées correctement Critères de réalisations : Les pieds sont serrés Je plonge en avant, les jambes sont tendues Je rentre la tête et je roule Du départ : Jambes tendus et mains au sol. Rouler et reposer jambes tendus. Consigne : Garder les jambes tendues, serrés. Pousser des mains pour se relever. Variante : Roulade avant sautée+planche écrasée		Se relever en position debout jambes tendus et serrés.		
Finale	5min	-Retour au calme. Savoir récupérer après l'effort physique. Savoir verbaliser et réguler ce qui est fait.	-Étirements à la fin de l'effort. -Rassemblement pour faire le bilan.		Savoir récupérer		

Fiche de préparation

Module		Groupe D'APS	APS support	Niveau scolaire	Séance N0	Nb d'élève	Matériel
Mobilisation des ressources individuelles pour le soutien du projet du groupe		<i>Gymnastique</i>	<i>Gym au sol</i>	<i>3^{ème} Année collège</i>	9	38	<i>Tapis</i>
OBJECTIF TERMINAL D'INTEGRATION		L'élève de la 3 ^{ème} A.C doit maîtriser les paramètres de sa conduite motrice et s'adapter aux exigences des situations (institution, organisation) et s'entraîner à l'exercice des droits et devoirs pour la réalisation d'un projet sportif individuel et collectif.					
OBJECTIF TERMINAL DU CYCLE		L'élève de 3 ^{ème} année doit pouvoir concevoir et réaliser un projet individuel sous forme d'enchaînement d'éléments gymniques devant le groupe classe, comprendre, expliquer et développer ses composantes en fonction des ses exigences organisationnelles techniques et réglementaires compose de : 2A 4B 1C					
COMPETENCES VISEES :		-Entraide lors des situations didactiques, et la recherche des solutions collectives -Prise de responsabilités, assumer différents rôles dans le groupe					
Objectif de la séance		Effectuer un Salto avant avec tremplin et tapis de chute					
Parties	Durée	Moyens		Organisation	Indicateurs d'évaluation		
		Objectifs	Description de la situation				
<i>Initiale</i>	10 à 15 min	-Vérification des absences. -Echauffement et préparation du corps à l'effort physique. La prise en main de la classe. Sollicitation des grandes fonctions de l'organisme.	Faire une course légère dans le gymnase, puis des mouvements d'élévation et de circumduction des bras, pas chassée, élévation de genoux, talons fesses. Des étirements pour les membres supérieurs et inférieurs pour préparer le corps à l'effort sans risque d'avoir des blessures ou des accidents, Motivation des élèves		Réaliser les taches correctement		
Fondamentale	35 à 45 min	E/C d'effectuer un Salto avant avec tremplin et tapis de chute	S : la classe sera repartie en 3 groupes de 12 élèves (1 filles et 2garçons) et chaque groupe occupe un atelier Atelier1 : essaye d'exécute tout les éléments déjà enseigné Atelier2 : essaye d'exécuter un Salto avant avec tremplin et tapis de chute. Critères de réalisations : Prendre une impulsion des pieds simultanée. Rester corps groupé pendant tout l'envol. Arrivée sur les pieds en position stabilisée. Consigne : Rentrer la tête. Menton sur la poitrine. Variante : Sans tremplin		Rotation à hauteur de tête. Réception pieds joints et stabilisée.		
Finale	5min	-Retour au calme. Savoir récupérer après l'effort physique. Savoir verbaliser et réguler ce qui est fait.	-Étirements à la fin de l'effort. -Rassemblement pour faire le bilan.		Savoir récupérer		

Fiche de préparation

Module		Groupe D'APS	APS support	Niveau scolaire	Séance N0	Nb d'élève	Matériel
Mobilisation des ressources individuelles pour le soutien du projet du groupe		<i>Gymnastique</i>	<i>Gym au sol</i>	<i>3^{ème} Année collège</i>	<i>Test bilan</i>	<i>38</i>	<i>Tapis, tableau et la table</i>
OBJECTIF TERMINAL D'INTEGRATION		L'élève de la 3 ^{ème} A.C doit maîtriser les paramètres de sa conduite motrice et s'adapter aux exigences des situations (institution, organisation) et s'entraîner à l'exercice des droits et devoirs pour la réalisation d'un projet sportif individuel et collectif.					
OBJECTIF TERMINAL DU CYCLE		L'élève de 3 ^{ème} année doit pouvoir concevoir et réaliser un projet individuel sous forme d'enchaînement d'éléments gymniques devant le groupe classe, comprendre, expliquer et développer ses composantes en fonction des ses exigences organisationnelles techniques et réglementaires compose de : 2A 4B 1C					
COMPETENCES VISEES :		-Entraide lors des situations didactiques, et la recherche des solutions collectives -Prise de responsabilités, assumer différents rôles dans le groupe					
Objectif de la séance		l'élève doit pouvoir présenter un mini enchaînement composé de 7 éléments gymniques devant le groupe classe composé de : 2A 4B 1C en respectant les exigences demandées.					
Parties	Durée	Moyens		Organisation	Indicateurs d'évaluation		
		Objectifs	Description de la situation				
<i>Initiale</i>	10 à 15 min	-Vérification des absences. -Echauffement et préparation du corps à l'effort physique. La prise en main de la classe. Sollicitation des grandes fonctions de l'organisme.	Faire une course légère dans le gymnase, puis des mouvements d'élévation et de circumduction des bras, pas chassée, élévation de genoux, talons fesses. Des étirements pour les membres supérieurs et inférieurs pour préparer le corps à l'effort sans risque d'avoir des blessures ou des accidents, Motivation des élèves		Réaliser les taches correctement		
Fondamentale	35 à 45 min	E/C d'effectuer un mini enchaînement devant le groupe classe : 2A 4B 1C	S : le groupe classe sera divisée en 3 groupes (1 filles et 2garçons) et chaque groupe occupe un atelier Atelier1 : essaye d'exécute son propre mini enchaînement Atelier2 : essaye d'exécuter son propre mini enchaînement Atelier3 : essaye d'exécuter son propre mini enchaînement devant le professeur et le groupe classe. Consigne : Respecter son enchaînement. Ecrire son enchaînement sur une feuille avant d'appliquer		<u>Garçons : 1</u> <u>Centrale : 2</u> <u>Filles : 3</u> Chaque élève essaye d'exécuter son enchaînement devant le groupe classe		
Finale	5min	-Retour au calme. Savoir récupérer après l'effort physique. Savoir verbaliser et réguler ce qui est fait.	-Étirements à la fin de l'effort. -Rassemblement pour faire le bilan.		Savoir récupérer		

Projet prévisionnel du cycle

MODULE		GROUPE D'APS	APS SUPPORT	NIVEAU SCOLAIRE	
Mobilisation des ressources individuelles pour le soutien du projet du groupe		Gymnastique	Gym au sol	3 ^{ème} du collège	
<i>OBJECTIF TERMINAL D'INTEGRATION</i>		L'élève de la 3 ^{ème} A.C doit maîtriser les paramètres de sa conduite motrice et s'adapter aux exigences des situations (institution, organisation) et s'entraîner à l'exercice des droits et devoirs pour la réalisation d'un projet sportif individuel et collectif .			
<i>OBJECTIF TERMINAL DU CYCLE</i>		L'élève de 3eme année doit pouvoir concevoir et réaliser un projet individuel sous forme sous forme d'enchaînement d'éléments gymniques devant le groupe classe, comprendre , expliquer et développer ses composantes en fonction des ses exigences organisationnelles techniques et réglementaires compose de : 2A 4B 1C			
<i>COMPETENCES VISEES</i>		<ul style="list-style-type: none"> - Entraide lors des situations didactiques ,et la recherche des solutions collectives - Prise de responsabilités, assumer différents rôles dans le groupe 			
Acquisitions attendues	<i>Connaissances procédurales (habilités motrices)</i>		<i>Connaissances conceptuelles</i>	<i>Connaissances comportementales</i>	
	Réaliser son projet		Savoir concevoir un projet individuel	Gérer son Projet et assumer différents rôles	
Séances	Objectifs ou but des séances			Objectifs des séquences	Bilans des séquences
01	Détecter le niveau de pratique des élèves en gymnastique			Réaliser un mini enchaînement d'au moins 2 éléments gymniques de difficultés A et 2B	
02	Etre capable d'effectuer un mini enchaînement d'au moins 3 éléments de difficulté A				
03	Effectuer un mini enchaînement d'au moins 2 éléments de difficulté A et 1 élément de difficulté B				
04	Effectuer un mini enchaînement d'au moins 2 éléments de difficulté A et 2 élément de difficulté B				
05	Effectuer un mini enchaînement d'au moins 2 éléments de difficulté B			Réaliser un mini enchaînement d'au moins 2 éléments gymniques de difficultés A et 4B	
06	Effectuer un mini enchaînement d'au moins 2 élément de difficulté A et 4 éléments de difficulté B				
	Effectuer un mini enchaînement d'au moins 1 élément de difficulté C				
	Effectuer un mini enchaînement d'au moins 2element de difficulté C.			Réaliser un mini enchaînement d'au moins 2A+4B+1C	
07	Effectuer un Salto avant avec tremplin et tapis de chute				
08	l'élève doit pouvoir présenter un mini enchaînement composé de 7 éléments gymniques devant le groupe classe composé de : 2A 4B 1C en respectant les exigences demandées.				
S de ref	Réaliser un mini enchaînement 2A 4B 1C				