

Fiche du préparation de la Séance 1 (Diagnostic)

الأدوات التعليمية Matériels	عدد التلاميذ Nombre d'élèves	رقم الحصة N° Séance	المستوى الدراسي Niveau Scolaire	النشاط المعتمد APS Support	مجموعة الأنشطة الرياضية Famille d'APS	المجزوءات التعليمية Modules d'Enseignement
Tapis, Tremplin		1	2 ^{ème} Année C	Gymnastique	Gym au sol	Adapter les réponses motrices en fonction du changement des situations.

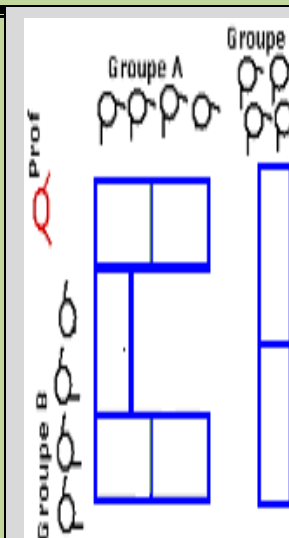
L'élève de la 2eme année doit pouvoir ajuster l'énergie physique et la maitriser et fournir l'effort et l'orienter pour effectuer des réalisations coordonnées et organisées, et s'accoutumer à commander et à être commandé pour réaliser différents rôles.	Objectif Terminal d'Intégration (OTI) الهدف النهائي للإدماج
Maitrise des techniques de base et des tactiques simples.	Compétences Visées (à partir du module) الكفاية المستهدفة
L'élève de 2eme année doit pouvoir maitriser, organiser son corps et prendre le risque pour présenter un enchaînement gymnique varie en éléments et en rythme devant le groupe classe compose de : 3A 2B 1C.	Objectif Terminal du Cycle (OTC) الهدف النهائي للحلقة
Exécuter l'ensemble des éléments gymniques maitrisés (Déterminer le niveau des élèves)	Objectif de la séance d'observation هدف الحصة التشخيصية

Contenu	المحتوى	Durée المدة	Etapes المراحل
Echauffement général et spécifique		10د إلى 15د	التمهيدية
المهدف	Exécuter l'ensemble des éléments gymniques	35د إلى 45د	الأساسية
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		
المعيار	المعيار		

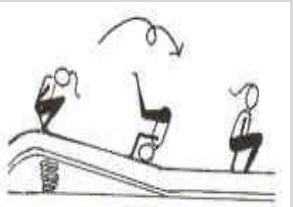
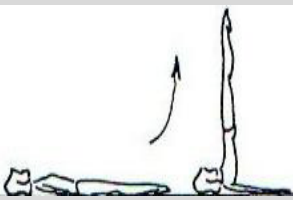
Relâchement – discussion de l’objectif de la séance – présentation de l’objectif prochain	5د إلى 10 د	الختامية Finale
Le dépouillement de la grille d’observation permettra à l’enseignant d’élaborer un cycle adéquat au niveau des élèves	التقويم Evaluation	

المجزوءات التعليمية Modules d’Enseignement	مجموعة الأنشطة الرياضية Famille d’APS	النشاط المعتمد APS Support	المستوى الدراسي Niveau Scolaire	رقم الحصة N° Séance	عدد التلاميذ Nombre d’élèves	الأدوات التعليمية Matériels
Adapter les réponses motrices en fonction du changement des situations.	Gym au sol	Gymnastique	2 ^{ème} Année C	2		Tapis, Data show
الهدف النهائي للإدماج Objectif Terminal d’Intégration (OTI)		L’élève de la 2eme année doit pouvoir ajuster l’énergie physique et la maitriser et fournir l’effort et l’orienter pour effectuer des réalisations coordonnées et organisées, et s’accoutumer à commander et à être commandé pour réaliser différents rôles.				
الكفاية المستهدفة Compétences Visées (à partir du module)		Maitrise des techniques de base et des tactiques simples.				
الهدف النهائي للحلقة Objectif Terminal du Cycle (OTC)		L’élève de 2eme année doit pouvoir maitriser, organiser son corps et prendre le risque pour présenter un enchaînement gymnique varie en éléments et en rythme devant le groupe classe compose de : 3A 2B 1C.				
هدف الحصة Objectif de la séance		Cours théorique, présentation du cycle ainsi que les fiches des différents éléments gymniques et établir un contrat pédagogique avec les élèves				
المراحل Etapes	المدة Durée	المحتوى	Contenu			
التمهيدية Préparatoire	10د إلى 15 د	Echauffement général et spécifique				
الأساسية Fondamentale	35د إلى 45 د					

But	Le cours théorique dans lequel on doit expliquer la réglementation ainsi que les notions de base de la gymnastique au sol.	الهدف
Conditions de réalisation		ظروف الإنجاز
Critères de réussite	Donnez la parole aux élèves.	معايير النجاح
Critères de réalisation		معايير الإنجاز
Consignes		التعليمات
Variations		متغيرات التعديل
Discussion de l'objectif de la séance – présentation de l'objectif prochain		5د إلى 10 د
Le dépouillement des cahiers d'élèves		الختامية Finale
		التقويم Evaluation



الأدوات التعليمية Matériels	عدد التلاميذ Nombre d'élèves	رقم الحصة N° Séance	المستوى الدراسي Niveau Scolaire	النشاط المعتمد APS Support	مجموعة الأنشطة الرياضية Famille d'APS	المجزوءات التعليمية Modules d'Enseignement
Tapis, Tremplin		3	2 ^{ème} Année C	Gymnastique	Gym au sol	Adapter les réponses motrices en fonction du changement des situations.
L'élève de la 2eme année doit pouvoir ajuster l'énergie physique et la maitriser et fournir l'effort et l'orienter pour effectuer des réalisations coordonnées et organisées, et s'accoutumer à commander et à être commandé pour réaliser différents rôles.					الهدف النهائي للإدماج Objectif Terminal d'Intégration (OTI)	
Maitrise des techniques de base et des tactiques simples. <i>Voir Cahier d'élèves</i>					الكفاية المستهدفة Compétences Visées (à partir du module)	
L'élève de 2eme année doit pouvoir maitriser, organiser son corps et prendre le risque pour présenter un enchaînement gymnique varie en éléments et en rythme devant le groupe classe compose de : 3A 2B 1C.					الهدف النهائي للحلقة Objectif Terminal du Cycle (OTC)	

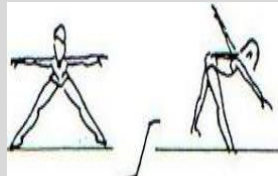
Réaliser et aider ses camarades à réaliser un mini enchaînement d'au moins 3 éléments gymniques de difficultés A (roulement avant et arrière simple, chandelle équilibrée)		Objectif de la séance هدف الحصة	
Contenu	المحتوى	المدة	Etapes المراحل
Echauffement général et spécifique		10د إلى 15د	التمهيدية Préparatoire
But Réaliser une roulade avant simple, roulade arrière simple sur plan incliné et chandelle Conditions de réalisation On répartit la classe en trois ateliers. At 1 : Roulade avant simple sur un plan incliné. Départ : debout jambes fléchies/ accroupie. Arrivée : sur les deux pieds joints. Ballon entre les pieds. Ballons entre le tronc et les cuisses. Critères de réalisation : Mettre le ballon au niveau du ventre et le garder jusqu'à la fin de l'élément. Critères de réussite Arriver debout pieds joints Consignes Attrape les jambes, talons près des fesses At 2 : Roulade Ar simple sur le plan incliné. Départ : position accroupie. Arrivée : sur les deux pieds joints. Critères de réalisation : Utiliser un plan incliné. Consigne : Roule en boule, le menton sur la poitrine. Critères de réussite : Revenir à la position de départ qui favorise l'enchaînement d'un autre élément Variations Augmenter ou diminuer la pente du plan incliné (At1, At2) At 3 : Chandelle équilibrée. Départ : assis, faire monter le tronc inférieur en utilisant les bras comme des appuis. Critères de réalisation : Coudes au sol, les mains sont placées au niveau des lombaires. Critères de réussite : Corps aligné, maintenir l'attitude 10 seconds Consigne : Fixer le regard sur les points des pieds. Aider par les élèves. Variation : Réaliser la chandelle équilibrée sans l'aider par les élèves.		35د إلى 45د	الأساسية Fondamentale
		Atelier 1 :	
		Atelier 2 :	
		Atelier 3 :	

الأدوات التعليمية Matériels	عدد التلاميذ Nombre d'élèves	رقم الحصة N° Séance	المستوى الدراسي Niveau Scolaire	النشاط المعتمد APS Support	مجموعة الأنشطة الرياضية Famille d'APS	المجزوءات التعليمية Modules d'Enseignement
Tapis, Tremplin		4	2 ^{ème} Année C	Gymnastique	Gym au sol	Adapter les réponses motrices en fonction du changement des situations.

L'élève de la 2eme année doit pouvoir ajuster l'énergie physique et la maîtriser et fournir l'effort et l'orienter pour effectuer des réalisations coordonnées et organisées,

الهدف النهائي للإدماج Objectif Terminal d'Intégration (OTI)

et s'accoutumer à commander et à être commandé pour réaliser différents rôles.	
Maitrise des techniques de base et des tactiques simples.	الكفاية المستهدفة (à partir du module) Compétences Visées
L'élève de 2eme année doit pouvoir maitriser, organiser son corps et prendre le risque pour présenter un enchaînement gymnique varie en éléments et en rythme devant le groupe classe compose de : 3A 2B 1C.	الهدف النهائي للحلقة Objectif Terminal du Cycle (OTC)
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)	هدف الحصة Objectif de la séance

المحتوى	المدة	المراحل
Contenu		Etapes
Echauffement général et spécifique	10د إلى 15د	التمهيدية
But Réaliser une roulade avant simple, roulade arrière simple sur plan horizontal et planche écrasée الهدف Conditions de réalisation On répartit la classe en trois ateliers. ظروف الإنجاز At 1 : Roulade avant simple sur un plan horizontal. Critères de réalisation : 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. Critères de réussite Se relever en position accroupie sans s'aider des mains. معايير النجاح At 2 : Roulade Ar simple sur le plan horizontal Critères de réalisation : Départ assis, pieds au sol, bras fléchis. Rentrer le menton dans le coup et placer la tête au sol entre les mains. Placer les mains prêtes des oreilles. Pousser les pieds et se laisser basculer jusqu'à poser les mains au sol. Pousse sur les mains pour aller poser les genoux au sol. Consignes Utiliser les mains pour amortir le déséquilibre. (At1, At2) التعليمات Critères de réussite : Se relever en poussant sur les bras. Tourner dans l'axe. Variations Utiliser le plan faiblement incliné, réalisation de roulade sans aide. (At1, At2) متغيرات التعديل At 3 : Planche écrasée. Critères de réalisation : Travail par trinôme au sein du même groupe, le premier réalise l'élément et les deux autres lui font des corrections, les tapis ne sont pas nécessaires pour la réalisation de cet élément. Critères de réussite : Maintenir 5" tronc et jambe libre au-dessus de l'horizontal. معايير النجاح Consigne : Regarder horizontalement. التعليمات Variation : La réalisation de l'élément sans aide, maintenir plus de 5''. متغيرات التعديل	35د إلى 45د	Fondamentale الأساسية   

الأدوات التعليمية	عدد التلاميذ	رقم الحصة	المستوى الدراسي	النشاط المعتمد	مجموعة الأنشطة الرياضية	المجزوءات التعليمية
Matériels	Nombre d'élèves	N° Séance	Niveau Scolaire	APS Support	Famille d'APS	Modules d'Enseignement

Tapis, Tremplin	5	2 ^{ème} Année C	Gymnastique	Gym au sol	Adapter les réponses motrices en fonction du changement des situations.
L'élève de la 2eme année doit pouvoir ajuster l'énergie physique et la maitriser et fournir l'effort et l'orienter pour effectuer des réalisations coordonnées et organisées, et s'accoutumer à commander et à être commandé pour réaliser différents rôles.				Objectif Terminal d'Intégration (OTI) الهدف النهائي للإدماج	
Maitrise des techniques de base et des tactiques simples.				Compétences Visées (à partir du module) الكفاية المستهدفة	
L'élève de 2eme année doit pouvoir maitriser, organiser son corps et prendre le risque pour présenter un enchaînement gymnique varie en éléments et en rythme devant le groupe classe compose de : 3A 2B 1C.				Objectif Terminal du Cycle (OTC) الهدف النهائي للحلقة	
Réaliser et aider ses camarades à réaliser un mini enchainement d'au moins 3 éléments gymniques de difficultés A (poirier élévation des jambes pliées, Appui ventral à l'appui facial)				Objectif de la séance هدف الحصة	
Contenu		المحتوى		Durée المدة	Etapes المراحل
Echauffement général et spécifique				10د إلى 15د	Préparatoire التمهيدية
But	Réaliser et aide à réaliser les éléments gymniques distribuées sur les ateliers	الهدف		35د إلى 45د	Fondamentale الأساسية
Conditions de réalisation On répartit la classe en deux ateliers.		ظروف الإنجاز		Atelier 1	
<u>Atelier 1</u> : Poirier élévation des jambes pliées. Critères de réalisation Former un triangle tête/mains stable. Alignement du tronc. Critères de réussite Alignement du tronc, les jambes, points des pieds. Maintenir l'AFT pendant 3s. Consignes Faire un triangle avec la tête et les mains, front au tapis. Variations 1- Jambes groupées 2 - jambes tendues		معايير الإنجاز التعليمات متغيرات التعديل			
<u>Atelier 2</u> : Appui ventral à l'appui facial Critères de réalisation : Alignement des pieds, bassin, épaules. Equilibrer sur deux mains puis faire 1/4 tour et rééquilibrer sur une seule main et jambe. Critères de réussite : Maintenir l'équilibre pendant 3s. Alignement pieds, bassin et épaules. Consigne : Les jambes et les mains tendues. Les jambes jointes.		معايير الإنجاز معايير النجاح التعليمات		Atelier 2	
Relâchement – discussion de l'objectif de la séance – présentation de l'objectif prochain				5د إلى 10د	Finale الختامية

المجزوءات التعليمية	مجموعة الأنشطة الرياضية	النشاط المعتمد	المستوى الدراسي	رقم الحصة	عدد التلاميذ	الأدوات التعليمية
Modules d'Enseignement	Famille d'APS	APS Support	Niveau Scolaire	N° Séance	Nombre d'élèves	Matériels
Adapter les réponses motrices en fonction du changement des situations	Gym au sol	Gymnastique	2 ^{ème} Année C	6		Tapis, Tremplin

L'élève de la 2eme année doit pouvoir ajuster l'énergie physique et la maitriser et fournir l'effort et l'orienter pour effectuer des réalisations coordonnées et organisées, et s'accoutumer à commander et à être commandé pour réaliser différents rôles.

الهدف النهائي للإدماج
Objectif Terminal d'Intégration (OTI)

Maitrise des techniques de base et des tactiques simples.

الكفاية المستهدفة
Compétences Visées (à partir du module)

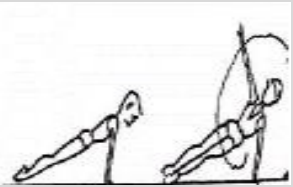
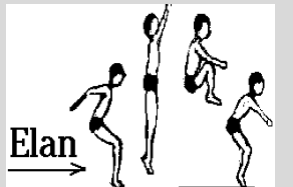
L'élève de 2eme année doit pouvoir maitriser, organiser son corps et prendre le risque pour présenter un enchaînement gymnique varie en éléments et en rythme devant le groupe classe compose de : 3A 2B 1C.

الهدف النهائي للحلقة
Objectif Terminal du Cycle (OTC)

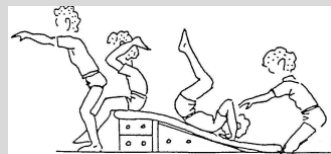
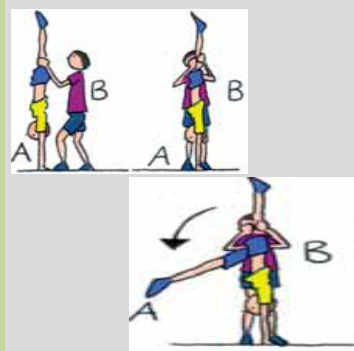
Réaliser et aider ses camarades à réaliser un mini enchaînement d'au moins 2 éléments gymniques de difficultés B (**Appui ventral à l'appui facial, saut groupé**)

هدف الحصة
Objectif de la séance

المحتوى	المراحل	المدة	المحتوى
Etapes	المدة	المحتوى	Contenu
التمهيدية	10د إلى 15د	الهدف	Echauffement général et spécifique
الأساسية	35د إلى 45د	الهدف	But Réaliser et aide à réaliser les éléments gymniques distribuées sur les ateliers
		ظروف الإنجاز	Conditions de réalisation On répartit la classe en deux ateliers.
		معايير الإنجاز	Atelier 1 : Appui ventral à l'appui facial
		معايير النجاح	Critères de réalisation : Alignement des pieds, bassin, épaules.
		التعليمات	Equilibrer sur deux mains puis faire 1/4 tour et rééquilibrer sur une seule main et jambe.
		التعليمات	Critères de réussite : Maintenir l'équilibre pendant 3s.
		التعليمات	Alignement pieds, bassin et épaules.
		التعليمات	Consigne : Les jambes et les mains tendues. Les jambes jointes.
		التعليمات	Atelier 2 : Saut groupé.
		معايير الإنجاز	Critères de réalisation : Prendre une impulsion la plus haute possible.
		التعليمات	En l'air rapprocher les genoux de la poitrine et les tenir temporairement avec les bras.
		التعليمات	Consigne : Chercher à aller haut plus que d'aller loin.
		التعليمات	

Critères de réussite : Tenir les jambes en l'air momentanément, (corps groupé), réception stabilisée sur le tapis. Variation : Utilisation de tremplin, plinthe.		 
Relâchement – discussion de l'objectif de la séance – présentation de l'objectif prochain	5- إلى 10 د	Finale الختامية

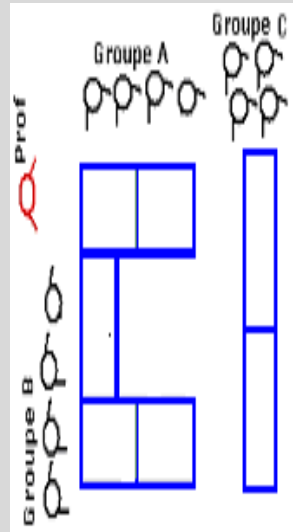
الأدوات التعليمية Matériels	عدد التلاميذ Nombre d'élèves	رقم الحصة N° Séance	المستوى الدراسي Niveau Scolaire	النشاط المعتمد APS Support	مجموعة الأنشطة الرياضية Famille d'APS	المجزوءات التعليمية Modules d'Enseignement
Tapis, Tremplin		7	2 ^{ème} Année C	Gymnastique	Gym au sol	Adapter les réponses motrices en fonction du changement des situations
L'élève de la 2eme année doit pouvoir ajuster l'énergie physique et la maîtriser et fournir l'effort et l'orienter pour effectuer des réalisations coordonnées et organisées, et s'accoutumer à commander et à être commandé pour réaliser différents rôles.				الهدف النهائي للإدماج Objectif Terminal d'Intégration (OTI)		
Maîtrise des techniques de base et des tactiques simples.				الكفاية المستهدفة Compétences Visées (à partir du module)		
L'élève de 2eme année doit pouvoir maîtriser, organiser son corps et prendre le risque pour présenter un enchaînement gymnique varié en éléments et en rythme devant le groupe classe composé de : 3A 2B 1C.				الهدف النهائي للحلقة Objectif Terminal du Cycle (OTC)		
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).				هدف الحصة Objectif de la séance		
Contenu				المحتوى		المراحل Etapes
Echauffement général et spécifique				المدة Durée		التمهيدية Préparatoire
				10 إلى 15 د		

But Réalisation de roulade avant et arrière jambes écartées sur le plan incliné. Conditions de réalisation On répartit la classe en trois ateliers. Atelier 1 : Roulement avant les jambes écartées sur le plan incliné. Critères de réalisation : Pousser sur les mains et les deux jambes. Jambes serrées et tendus. Critères de réussite : Se relever en position debout jambes écartées et tendus Tourner dans l'axe. Consigne : Garder les jambes tendues, serrés. Pousser des mains pour se relever. Atelier 2 : Roulement arrière les jambes écartées tendus sur le plan incliné. Critères de réalisation : Départ debout. Dos courbé. Ouverture précoce des jambes tendues. Consigne : Pousser des bras. Maintenir les jambes tendues jusqu'à la réception. Critères de réussite : Se relever en position debout jambes écartées et tendus. Maintenir les jambes tendues lors du roulement. Variation : Augmenter ou diminuer la pente de tapis. (At 1, At2) Atelier 3 : ATR (renversement simple). Critères de réalisation : 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 : Se concentrer sur le gainage du corps. Sentir l'alignement. Critères de réussite : Le dos droit. Alignement du corps à la verticale (main, épaule, tête, dos, fesse jambe sont alignés). Maintenir l'ATR pendant 3 s. Variation : ATR au mur. Demi-ATR sur le mur					الهدف ظروف الإنجاز	35 إلى 45 د	Fondamentale الأساسية	
					معايير النجاح	Atelier 1		
					التعليمات	Atelier 2		
					معايير النجاح	Atelier 3		
Relâchement – discussion de l'objectif de la séance – présentation de l'objectif prochain					5 إلى 10 د	Finale الختامية		
الأدوات التعليمية Matériels	عدد التلاميذ Nombre d'élèves	رقم الحصة N° Séance	المستوى الدراسي Niveau Scolaire	النشاط المعتمد APS Support	مجموعة الأنشطة الرياضية Famille d'APS	المجزوءات التعليمية Modules d'Enseignement		
Tapis, Tremplin		8	2 ^{ème} Année C	Gymnastique	Gym au sol	Adapter les réponses motrices en fonction du changement des situations		
L'élève de la 2eme année doit pouvoir ajuster l'énergie physique et la maitriser et fournir l'effort et l'orienter pour effectuer des réalisations coordonnées et organisées, et s'accoutumer à commander et à être commandé pour réaliser différents rôles.					الهدف النهائي للإدماج Objectif Terminal d'Intégration (OTI)			
Maitrise des techniques de base et des tactiques simples.					الكفاية المستهدفة Compétences Visées (à partir du module)			
L'élève de 2eme année doit pouvoir maitriser, organiser son corps et prendre le risque pour présenter un enchaînement gymnique varie en éléments et en rythme devant le groupe classe compose de : 3A 2B 1C.					الهدف النهائي للحلقة Objectif Terminal du Cycle (OTC)			

Réaliser et aider ses camarades à réaliser un mini enchainement d'au moins des éléments gymniques de difficultés 2B+1C (la roue renversement latéral, La planche jambe horizontale, Roue d'une main)		Objectif de la séance	هدف الحصة
Contenu	المحتوى	Durée المدة	Etapes المراحل
Echauffement général et spécifique		10د إلى 15د	التمهيدية
But Réaliser trois éléments gymniques de difficulté: 2B+1C. Conditions de réalisation On répartit la classe en trois ateliers. Atelier 1 : La roue renversement latéral Critères de réalisation : Tendre les bras plier la jambe de devant. 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 de la main posée en premier. Décoller la dernière main et poser la jambe encore en l'air. Critères de réussite : Dos droit. Les deux jambes ont un temps de suspension. Les pointes de pieds sont tendues. Les deux jambes passent par la verticale Consigne : Les bras et les jambes tendus. Le corps aligné pendant le roulement. Atelier 2 : La planche jambe horizontale. Critères réalisation : La station debout. Se placer en planche avant, jambe libre à l'horizontal Consigne : Sentir l'alignement. S'équilibrer par les mains et la jambe horizontale. Critères de réussite : Maintien équilibré de la position. Jambes tendues. Variation : La planche contre le mur. Atelier 3 : La roue d'une main Critères de réalisation : Tendre le bras plier la jambe de devant. Poser la main du côté de la jambe avant fléchie et pousser sur cette jambe et décoller en allant poser la jambe du côté de la main posée. Décoller la main et poser la jambe encore en l'air. Critères de réussite : Dos droit. Les deux jambes ont un temps de suspension. Les pointes de pieds sont tendues. Les deux jambes passent par la verticale Consigne : Le bras et les jambes tendus. Le corps aligné pendant le roulement.		35د إلى 45د	Fondamentale الأساسية
		Atelier 1	
		Atelier 2	
		Atelier 3	
Relâchement – discussion de l'objectif de la séance – présentation de l'objectif prochain		5د إلى 10د	Finale الختامية

الأدوات التعليمية Matériels	عدد التلاميذ Nombre d'élèves	رقم الحصة N° Séance	المستوى الدراسي Niveau Scolaire	النشاط المعتمد APS Support	مجموعة الأنشطة الرياضية Famille d'APS	المجزوءات التعليمية Modules d'Enseignement
Tapis, Tremplin		9	2 ^{ème} Année C	Gymnastique	Gym au sol	Adapter les réponses motrices en fonction du changement des situations

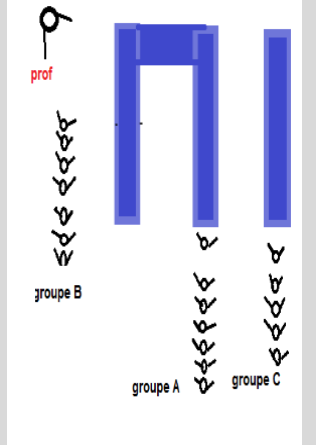
L'élève de la 2eme année doit pouvoir ajuster l'énergie physique et la maîtriser et fournir l'effort et l'orienter pour effectuer des réalisations coordonnées et organisées, et s'accoutumer à commander et à être commandé pour réaliser différents rôles.	الهدف النهائي للإدماج Objectif Terminal d'Intégration (OTI)
Maitrise des techniques de base et des tactiques simples.	الكفاية المستهدفة Compétences Visées (à partir du module)
L'élève de 2eme année doit pouvoir maîtriser, organiser son corps et prendre le risque pour présenter un enchaînement gymnique varié en éléments et en rythme devant le groupe classe composé de : 3A 2B 1C.	الهدف النهائي للحلقة Objectif Terminal du Cycle (OTC)
Réaliser et aider ses camarades à relier un mini enchainement de 3A 2B 1C	هدف الحصة Objectif de la séance

المحتوى Contenu	المدة Durée	المراحل Etapes
Echauffement général et spécifique	10د إلى 15د	التمهيدية Préparatoire
But Relier les éléments gymniques choisis dans un enchainement de 3A 2B 1C Conditions de réalisation On répartit la classe en trois groupes. L'enchaînement sera présenté dans une feuille par chaque élève. Gr A : Réalise un enchaînement, qui composé des éléments de difficulté 3A 2B 1C avec ces éléments de liaisons. Gr B : Observe le groupe A. Gr C : S'échauffe et se prépare pour remplacer le groupe Ensuite Gr A observe le groupe C, le groupe B s'échauffe et le groupe C réalise l'enchaînement et ainsi de suite. Critères de réussite Réaliser l'enchaînement sans rupture tout en cherchant une réalisation esthétique et rythmique. Critères de réalisation Rassembler les élèves pour leurs expliquer le déroulement Consignes Exploitation le maximum possible de l'espace. Respecter le temps imparti 1 min. Utilisation des éléments de liaison.	الهدف الهدف ظروف الإنجاز معايير النجاح معايير الإنجاز التعليمات	الأساسية Fondamentale 

Relâchement – discussion de l’objectif de la séance – présentation de l’objectif prochain	5د إلى 10 د	الختامية Finale

Fiche du préparation de la Séance 10 (Evaluation)

الأدوات التعليمية Matériel	عدد التلاميذ Nombre d'élèves	رقم الحصة N° Séance	المستوى الدراسي Niveau Scolaire	النشاط المعتمد APS Support	مجموعة الأنشطة الرياضية Famille d'APS	المجزوءات التعليمية Modules d'Enseignement
Tapis		10	2eme année Sec C	Gym au sol	Gymnastique.	Adapter les réponses motrices en fonction du changement des situations
L'élève de la 2eme année doit pouvoir ajuster l'énergie physique et la maitriser et fournir l'effort et l'orienter pour effectuer des réalisations coordonnées et organisées, et s'accoutumer à commander et à être commandé pour réaliser différents rôles.				الهدف النهائي للإدماج Objectif Terminal d'Intégration (OTI)		
Maitrise des techniques de base et des tactiques simples.				الكفاية المستهدفة Compétences Visées (à partir du module)		
L'élève de 2eme année doit pouvoir maitriser, organiser son corps et prendre le risque pour présenter un enchaînement gymnique varie en éléments et en rythme devant le groupe classe compose de : 3A 2B 1C.				الهدف النهائي للحلقة Objectif Terminal du Cycle (OTC)		
Réaliser devant le groupe classe un enchainement simple composé d'éléments gymniques de difficultés : 3A + 2B +1C dans un espace définit dans un délai ne dépassant pas 1mn 30 s.				هدف الحصة Objectif de la Séance d'évaluation التقويم		
Contenu	المحتوى			المدة Durée	المراحل Etapes	
Echauffement général et spécifique				10د إلى 15 د	التمهيدية Préparatoire	
But	Réaliser devant le groupe classe un enchainement simple Composé d'éléments gymniques de difficultés : 3A + 2B +1C			الهدف	الأساسية Fondamentale	
					35د إلى 45 د	

Conditions de réalisation Rassembler les élèves pour leurs expliquer le déroulement du test. On répartit la classe en 3 groupes. Groupe A : Réalise un enchaînement libre, sur un praticable sous forme d'un U, composé de 3 éléments gymniques de difficulté A et 2 éléments de difficulté B et un élément de difficulté C. Groupe B : Test collectif (des connaissances intellectuelles). Groupe C : S'échauffe et se prépare pour remplacer le groupe A. Ensuite le groupe A passe le test C, le groupe B s'échauffe et le groupe C réalise l'enchaînement.				
Critères de réussite Critères de réalisation Consignes Variations	معايير النجاح معايير الإنجاز التعليمات متغيرات التعديل			
Relâchement – discussion de l'objectif de la séance – présentation de l'objectif prochain			5 إلى 10 د	الختامية Finale
Le remplissage de la grille d'évaluation permettra à l'enseignant de noter l'élève selon la qualité de sa présentation				التقويم Evaluation

PROJET DU CYCLE DE GYMNASTIQUE

Modules	Adapter les réponses motrices en fonction du changement des situations		Groupe d'APS	APS support	Niveau scolaire
			Gymnastique	Gym au sol	2 ^{ème} A.E.C
O.T. I	L'élève de la 2eme année doit pouvoir ajuster l'énergie physique et la maîtriser et fournir l'effort et l'orienter pour effectuer des réalisations coordonnées et organisées, et s'accoutumer à commander et à être commandé pour réaliser différents rôles.				
O.T.C	L'élève de 2eme année doit pouvoir maîtriser, organiser son corps et prendre le risque pour présenter un enchaînement gymnique varié en éléments et en rythme devant le groupe classe composé de : 3A 2B 1C.				
C.V	Maîtrise des techniques de base et des tactiques simples.				
Acquisitions attendues	C.P : S'adapter à des positions inhabituelles.	C.C : Gérer les consignes et les correctifs pour effectuer correctement les éléments gymniques.	C.C: S'entraider au sein du groupe pour vaincre la timidité et savoir le rôle de parade.		
Séquences / Objectifs	01	Exécuter l'ensemble des éléments gymniques maîtrisés (Adopter la démonstration des élèves redoublants)			Bilan des séquences

<u>Séquence 1 :</u> Réaliser un mini enchainement d'au moins 3 éléments gymniques de difficultés A <u>Séquence 2 :</u> Réaliser un mini enchainement d'au moins 2 éléments gymniques de difficultés B+ un élément gymnique de difficulté C	02	Séance théorique, présentation du cycle ainsi que les fiches des différents éléments gymniques	
	03	Réaliser et aider ses camarades à réaliser un mini enchainement d'au moins 3 éléments gymniques de difficultés A (roulement avant et arrière simple, chandelle équilibrée)	
	04	Réaliser et aider ses camarades à réaliser un mini enchainement d'au moins 3 éléments gymniques de difficultés A (roulement avant et arrière simple, planche écrasée)	
	05	Réaliser et aider ses camarades à réaliser un mini enchainement d'au moins 3 éléments gymniques de difficultés A (poirier élévation des jambes pliées, Appui ventral à l'appui facial)	
	06	Réaliser et aider ses camarades à réaliser un mini enchainement d'au moins 3 éléments gymniques de difficultés B (Appui ventral à l'appui facial, saut groupé)	
	07	Réaliser et aider ses camarades à réaliser un mini enchainement d'au moins 3 éléments gymniques de difficultés B (roulement avant et arrière jambes écartés et tendus, ATR à la station debout)	
	08	Réaliser et aider ses camarades à réaliser un mini enchainement d'au moins 3 éléments gymniques de difficultés 2B+1C (la roue renversement latéral, la planche jambe horizontale, Roue d'une main)	
	09	Réaliser et aider ses camarades à relier un mini enchainement de 3A 2B 1C	
	10	Réaliser devant le groupe classe un enchainement simple composé d'éléments gymniques de difficultés : 3A + 2B +1C dans un espace délimité dans un délai ne dépassant pas 1mn 30 s.	
Situation de référence	Réaliser un enchainement simple composé d'éléments gymniques de difficultés : 3A + 2B		