

PROJET DU CYCLE DE GYMNASTIQUE

Modules	Mobilisation des ressources individuelles pour le soutien du projet du groupe		Groupe d'APS	APS support	Niveau scolaire
			Gymnastique	Gym au sol	3 ^{ème} A.E.C
O.T.I	L'élève de la 3 ^{ème} A.C doit maitriser 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.				
O.T.C	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				
C.V	<div>- Entraide lors des situations didactiques, et la recherche des solutions collectives</div> <div>- Prise de responsabilités, assumer différents rôles dans le groupe</div>				
Acquisitions attendues	C.C : Savoir concevoir un projet individuel		C.C : Gérer son Projet et assumer différents rôles		C.P: Réaliser le projet
Séquences / Objectifs	01	Exécuter l'ensemble des éléments gymniques maitrisés (Adopter la démonstration des élèves redoublants)			Bilan des séquences
<u>Séquence 1 :</u> Réaliser un mini enchainement d'au moins 2 éléments gymniques de difficultés A <u>Séquence 2 :</u> Réaliser un mini enchainement d'au moins 4 éléments gymniques de difficultés B <u>Séquence 3 :</u> Réaliser un mini enchainement d'au	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 2 éléments gymniques de difficultés A			
	04	Réaliser et aider ses camarades à réaliser un mini enchainement d'au moins 2 éléments gymniques de difficultés A			
	05	Réaliser et aider ses camarades à réaliser un mini enchainement d'au moins 4 éléments gymniques de difficultés B			
	06	Réaliser et aider ses camarades à réaliser un mini enchainement d'au moins 4 éléments gymniques de difficultés B			
	07	Réaliser au choix au moins 2 A + 4B parmi les éléments gymniques suivants : roulements avant, arrière et poirier Chandelle, placement du dos, planche écrasée, Planche faciale, ½ pirouette			
	08	Réaliser et aider ses camarades à réaliser un mini enchainement d'au moins 1 élément gymnique de difficultés C			
	09	Réaliser et aider ses camarades à réaliser un mini enchainement d'au moins 1 élément gymnique de difficultés C			
	10	Réaliser les éléments gymniques suivants : Diff A : roulements avant, arrière et poirier, Chandelle, placement du dos, planche écrasée. Planche écrasée, ½ pirouette. Diff B : RAv Jb écartés, RAa Jb Ecarté, tendus. ATR, ATR en pont Av, Pont Ar départ debout, Roue Diff C :			

Realiser par prof ; OUAKKA ABDERRAHIM

College my idriss &1 NEGGA

moins 1 élément gymnique de difficultés C	11	Réaliser devant le groupe classe un enchainement simple composé d'éléments gymniques de difficultés : 2A + 4B + C [les éléments choisis doivent être d'au moins de trois familles différentes] dans un espace défini dans un délai ne dépassant pas 1mn.	
	T.B		
Situation de référence			