

## **Agir et s'exprimer avec son corps en maternelle**

**Compétence attendue : Adapter ses déplacements à des environnements  
ou contraintes variés**



**Activité support : parcours de type gymnique**

Dans un système de contraintes, l'enfant va, pour répondre à des exigences, réajuster, modifier, enrichir sa conduite. Par essais et erreurs, en fonction du résultat de son action, il va progressivement adapter ses déplacements en fonction de ses ressources. Cette adaptation nécessite l'acquisition de capacités motrices, de connaissances sur soi, sur l'activité et des attitudes. L'acquisition de cette compétence s'articule avec l'acquisition des compétences langagières et celles du devenir élève notamment.

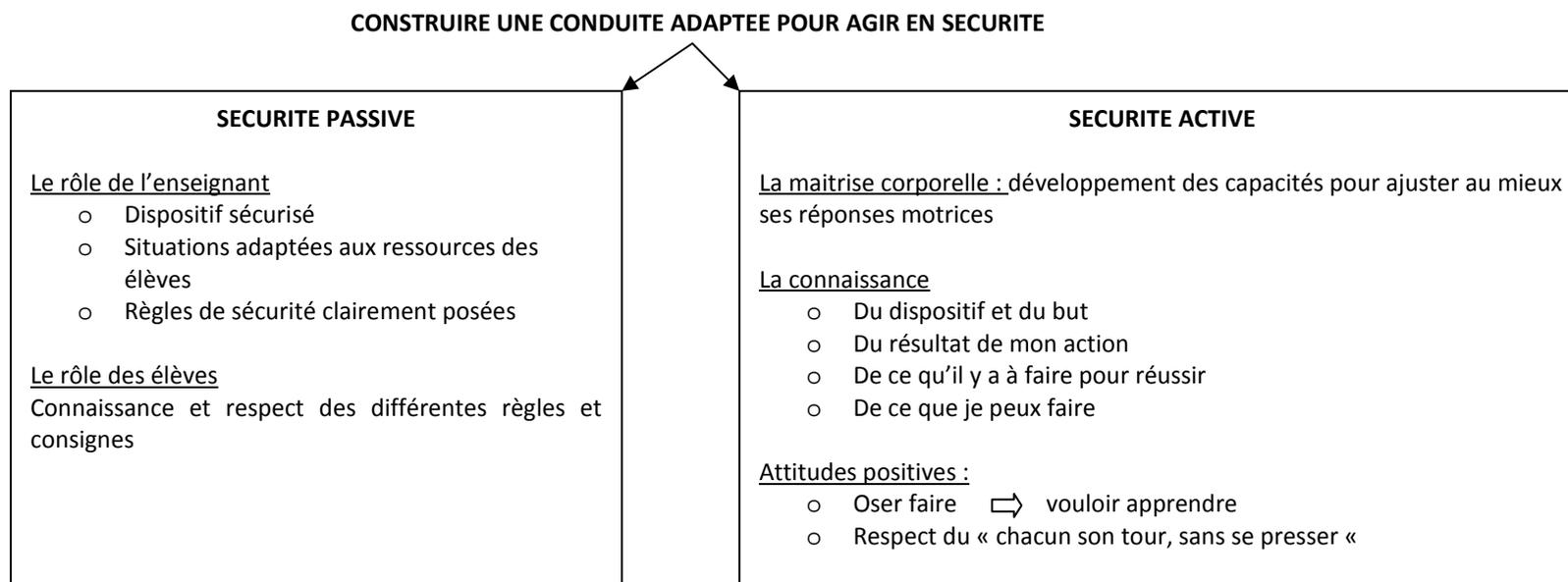
Les activités de type gymnique, par les contraintes dont elles sont porteuses (matérielles et exigences) vont contribuer à l'acquisition de cette compétence.

Les compétences se repérer et se déplacer dans l'espace et décrire ou représenter un parcours simple seront enseignées au travers de cette même activité support.

### Construire des conduites nouvelles par rapport :

- À des **contraintes liées à l'environnement de type gymnique** qui sollicitent le développement d'actions comme se déplacer, glisser, tourner, ramper, se suspendre, sauter, rouler, se déplacer en quadrupédie, se renverser qui remettent en cause l'équilibre.
- A **des contraintes liées à l'action** : les paramètres de l'action : l'espace (AV AR haut bas latéral...) et le temps (vite lent accéléré ou ralenti) et les conditions de réalisation de l'action : contrôlée, équilibrée, juxtaposée, combinée, coordonnée à d'autres.

*Les contraintes porteront sur l'environnement et les paramètres des actions en PS et sur les conditions de l'action en GS.*



**Adapter ses déplacements à des environnements ou contraintes variés : « Mettre en relation ses ressources et les contraintes du milieu pour prévoir, faire des choix et réaliser des actions adaptées pour agir en toute sécurité, en autonomie »**

### En gymnastique

Il va s'agir pour l'élève de :

- développer et adapter ses ressources à des contraintes de plus en plus complexes, variées et inhabituelles (contraintes portées par le matériel et/ou les actions gymniques).
- mettre en relation ce qu'il y a à faire (les différents niveaux des actions), ce qu'il peut faire (décalage optimal) et ce qu'il saura faire après apprentissage (maîtrisé à coup sûr)
- effectuer un choix adapté par rapport au niveau de difficulté des éléments proposés pour être sûr de les maîtriser

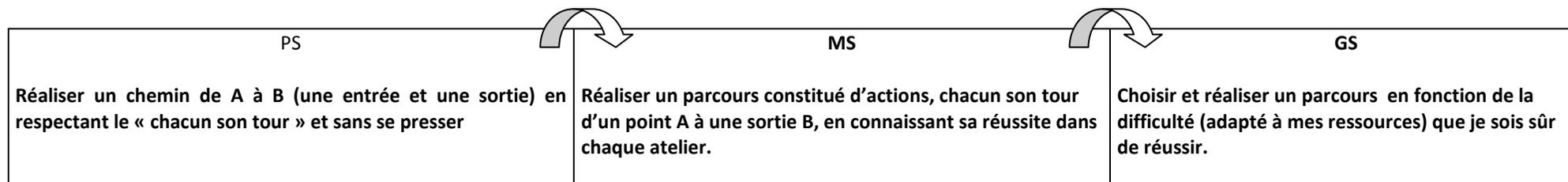
### La compétence déclinée en gymnastique au cycle 1

« Choisir et réaliser un itinéraire adapté à ses ressources en se déplaçant dans des formes d'actions remettant en cause l'équilibre : se déplacer, tourner, s'équilibrer, se renverser (quadripédie renversée)

### Les objectifs :

- Enrichir le répertoire moteur de base (RMB).
- Construire des repères sur soi (passer de repères externes à des repères sur soi, importance des informations visuelles, vestibulaires kinesthésiques) et de repères spatio-temporels.
- Se connaître et connaître ses ressources (cela passe par une connaissance du résultat de son action) dans des mobilisations nouvelles du corps.
- Maîtriser ses émotions.
- Avoir une attitude positive par rapport aux autres, aux règles, à son engagement pour faire et pour apprendre.

COMPETENCE ATTENDUE DECLINEE POUR CHAQUE NIVEAU DE CLASSE



## Contenus d'enseignement CYCLE 1 déclinés à chaque niveau de classe

*Développer des capacités motrices (développer et enrichir le répertoire moteur de base), des connaissances et des attitudes à travers les actions gymniques se déplacer, sauter, tourner, s'équilibrer, se renverser, avec des manières de faire, des contraintes différentes de la PS à la GS pour assurer la progressivité des apprentissages.*

*Les exemples ci-dessous sont à considérer de manière non exhaustive, comme des pistes de travail. Des choix doivent être effectués par l'équipe*

<b>Des capacités</b>	<p>La <u>juxtaposition</u> d'actions élémentaires :</p> <p><b>SE DEPLACER, SAUTER:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- glisser sur des plans inclinés,</li> <li>- saut de type : 2 pieds -2 pieds</li> <li>- marche AV, AR, latéral, par-dessus, sur des substrats variés</li> <li>- Franchir, grimper, descendre (hauteur limitée à 50cm), sauter pour grimper, descendre,</li> <li>- juxtaposer déplacement arrêt, déplacement saut</li> </ul> <p><b>TOURNER:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- roulade costale sur plan incliné, au sol </li> <li>- culbuto au sol </li> </ul> <p><b>S'ÉQUILIBRER :</b></p> <p>Se déplacer équilibré sur un banc, entre deux lignes, au sol, sur une corde, sur des surfaces étroites, en AV, en AR, latéralement, de plot à plot, sur des pas japonais..., </p> <p><b>SE RENVERSER</b> (quadrupédie de plus en plus renversée)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ramper sur le ventre, sur le dos, en AV, en AR</li> <li>- sur un plan plus ou moins incliné, dans un tunnel</li> <li>- quadrupédie au sol, sur un plan peu incliné,</li> </ul>	<p>La <u>combinaison</u> d'actions élémentaires :</p> <p><b>SE DEPLACER, SAUTER:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- en AV, AR, par-dessus, autour, coté, petit, g ou moins imposé (pied gauche, pied droit, les 2) </li> <li>- coordonner : déplacement +arrêt, déplacements +saut</li> <li>- les sauts de type : 2p – 2p, 1p-2p, 1p-1p (cloche pied)</li> <li>- sauter pour descendre d'un contre haut (hauteur de ceinture maxi), arriver équilibrée dans une zone marquée au sol, sauter pour monter,</li> <li>- combiner : déplacements+1 arrêt, déplacements + 1 saut</li> <li>- s'accrocher pour se déplacer</li> </ul> <p><b>TOURNER:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- roulade costale sur plan incliné, au sol, sur une ligne, yeux fermés, bras dans le prolongement du corps</li> <li>- s'enrouler départ à plat ventre à genoux, en AV, </li> <li>- rouler autour d'un cylindre (+aide)</li> <li>- rotation AV <u>sur un plan incliné</u>, (niveau 2), départ pieds surélevés, arriver assis en boule, s'enrouler autour d'un cylindre (+ aide),</li> </ul> <p><b>S'ÉQUILIBRER:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- se déplacer en équilibre sur un banc avec changement d'orientation, sur 1 ou 2 poutres basses, sur un chemin étroit, en marchant, en sautillant, en se baissant</li> <li>- se déplacer à 4 pattes sur un banc, sur une poutre basse en AV</li> <li>- équilibre sur 1 ou 2 pieds volontairement tenu au sol,</li> </ul>	<p>La <u>combinaison</u> d'actions élémentaires :</p> <p><b>SE DEPLACER, SAUTER:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- en AV, AR, par-dessus, autour, coté, petit, grand, vite, lent, en tournant sur soi </li> <li>- les sauts de type marelle </li> <li>- les sauts avec ¼ tour</li> <li>- sauter pour descendre d'un contre haut, arriver équilibré en regardant la maitresse, en portant un objet, en frappant dans ses mains, avec ¼ tour</li> <li>- sauter, rebondir pour monter sur un plinth mousse</li> <li>- sauter pour franchir en posant les mains sur un petit obstacle</li> <li>- s'accrocher pour se déplacer avec les mains</li> <li>- combiner : déplacements +arrêt, +saut sur un pied, dans une zone précise</li> </ul> <p><b>TOURNER,</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- rouler en AV contrôlée sur plan incliné pieds au même niveau, entre deux lignes, arriver accroupi, se relever avec les mains, sans les mains</li> <li>- rouler autour d'un cylindre (+aide)</li> <li>- rouler en AV: 2 roulades avant enchainées 1°plan incliné 2°au sol (niveau 2) </li> <li>- rouler autour d'une barre basse en restant en boule (+aide) arriver en freinant ses pieds</li> </ul> <p><b>S'ÉQUILIBRER</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- se déplacer en équilibre sur un banc, sur 1 poutre basse, avec changement</li> </ul>
----------------------	---	--	---

<p><b>Des capacités</b></p>	<p>sur divers supports</p>	<p>sur un contrehaut, sur un banc, position d'équilibre, arrêt</p> <p><b>SE RENVERSER</b> (quadrupédie de plus en plus renversée)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ramper sur le ventre, sur le dos, sur un plan incliné, dans un tunnel,</li> <li>- quadrupédie au sol, sur un plan incliné pour monter et descendre, sur divers supports, à travers des cerceaux</li> <li>- quadrupédie simultanée au sol : <u>bonds de lapin</u></li> <li>- quadrupédie plus renversée statique.</li> </ul>	<p>d'orientation, en marchant, en sautillant, en se baissant, en transportant, en AR, en AR, sur la pointe des pieds</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- équilibre sur 1 ou 2 pieds volontairement tenu au sol, sur le banc, sur la poutre basse</li> </ul> <p><b>SE RENVERSER</b> (quadrupédie de plus en plus renversée)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- quadrupédie simultanée au sol : <i>bonds de lapin</i> pour monter et descendre, divers supports, à travers des cerceaux</li> <li>- quadrupédie plus renversée statique et dynamique : se déplacer latéralement sur les mains de plus en plus prés, pieds de plus en plus surélevés,</li> <li>- quadrupédie renversée + rouler en avant +aide (niveau 2)</li> </ul> 
<p><b>Des connaissances</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Connaître, s'approprier le dispositif, le but, les différents espaces, les signaux de début et de fin d'activité,</li> <li>- <b>Savoir quel parcours j'ai réalisé ou non</b></li> <li>- Connaître les autres adultes intervenants.</li> <li>- Dire, raconter ce qu'il y a à faire, ce qu'il a réalisé, décrire le dispositif,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Connaître et comprendre le but et le critère de réussite de l'atelier</li> <li>- Connaître et nommer le matériel</li> <li>- <b>Savoir quel parcours, quelles actions j'ai réussi</b></li> <li>- Décrire et retracer son parcours</li> <li>- Dire, décrire, expliquer : ce qu'il y a à faire, ce qu'il a réalisé, les règles,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Connaître les différents parcours et leurs difficultés</li> <li>- Connaître et nommer les actions.</li> <li>- <b>Choisir et réaliser un projet composé d'actions adaptées à ses propres ressources,</b></li> <li>- Mettre en relation mes résultats et les manières de faire,</li> <li>- Mémoriser son parcours et en garder une trace.</li> <li>- Justifier un acte : « j'ai réussi ou non parce que »...</li> </ul>
<p><b>Des attitudes</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <u>Reste concentré</u> jusqu'au bout du parcours.</li> <li>- Respecter les règles : <ul style="list-style-type: none"> <li>* <b>de sécurité</b> : ne pas courir dans le parcours, ne pas bousculer un camarade, être seul sur un engin</li> <li>* <b>de fonctionnement</b> : sens de déplacement,</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Respecter et comprendre les règles de sécurité et de fonctionnement respecter les autres,</li> <li>- Faire sans l'enseignant en respectant les règles,</li> <li>- Savoir se concentrer</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Respecter les règles de sécurité et de fonctionnement, respecter les autres,</li> <li>- Être capable de travailler seul pendant un temps donné et dans un espace à la vue du maître, avec des consignes simples,</li> </ul>

	<p>entrée, sortie, continuité du parcours, consignes de la maîtresse, dans un groupe)</p> <p>-Accepter de faire et d'attendre son tour</p> <p>- Oser faire avec ou sans l'enseignant,</p>	<p>- Accepter de regarder</p> <p>- Accepter de répéter</p>	<p>- Accepter de répéter, d'essayer, d'essayer des façons de faire différentes</p> <p>- Savoir observer, regarder et échanger ses impressions</p>
<p><b>Liens avec les autres domaines</b></p>	<p>- <b>S'approprier le langage</b> : Nommer avec exactitude un objet, une personne, une action..., raconter, en se faisant comprendre, un épisode vécu,... formuler, en se faisant comprendre, une description ,questionner, raconter, expliquer, penser, exprimer son point de vue</p> <p>- <b>Découvrir l'écrit</b> Produire un énoncé oral dans une forme adaptée pour qu'il puisse être écrit par un adulte</p> <p>- <b>Devenir élève</b> : respecter les autres et respecter les règles de la vie commune, éprouver de la confiance en soi, contrôler ses émotions, exécuter en autonomie des tâches simples et jouer son rôle dans des activités scolaires, dire ce qu'il apprend</p> <p>- <b>Découvrir le monde</b> : Nommer les principales parties du corps humain et leur fonction, distinguer les cinq sens et leur fonction, situer des événements les uns par rapport aux autres, se situer dans l'espace et situer les objets par rapport à soi, comprendre et utiliser à bon escient le vocabulaire du repérage et des relations dans le temps et dans l'espace</p>		

## DEUX COMPETENCES A ENSEIGNER A TRAVERS L'ACTIVITE DE TYPE GYMNIQUE

L'enseignement de ces compétences seront opérationnalisées à travers :

- Les contenus d'enseignement de la compétence « adapter ses déplacements à différents types d'environnement et à des contraintes variées.
- La démarche d'enseignement mise en place dans les modules avant et après la séance en classe.

<b>Se repérer et se déplacer dans l'espace</b>	<b>Décrire ou représenter un parcours simple.</b>
<p><b>Des informations relatives à l'espace et des informations relatives au corps sont nécessaires pour l'élaboration de conduites adaptées.</b></p> <p>Il faut donc permettre aux élèves de prendre des repères sur l'environnement et sur eux même. Un repère c'est une source d'information qui doit être <u>identifiable et identifiée</u>.</p> <p>L'appréhension de l'espace et la conscience de son corps ne sont pas des fonctions isolées mais sont <u>interdépendantes</u>. Les premiers ajustements moteurs permettent la maîtrise de l'espace topologique(PS).</p> <p>Pour passer de cet « espace vécu » à « un espace perçu », puis « représenté », c'est à dire à un espace intégré au niveau cognitif, il faut que <u>soient mises en relation</u> les informations d'origine extérieure et les informations provenant du corps (MS GS). Cette mise en relation passe nécessairement par la mise en jeu de la fonction d'intériorisation.</p> <p>Il s'agit donc d'organiser la perception et organiser l'action :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Structurer l'espace : donner des repères <u>identifiables</u> faisant sens pour l'élève</li> <li>- <u>Recentrer l'élève sur les conditions de son action</u>, en lui permettant une mise à distance de son action : connaissance du résultat et manière de faire</li> </ul> <p><b>PS</b> : l'enfant se repère dans le dispositif (repérage allocentré c'est-à-dire centré sur des éléments de l'environnement)</p> <p><b>MS</b> : l'enfant se repère dans le dispositif et commence à situer ses actions dans l'espace d'action, en fonction des autres (repérage excentré : corps/environnement)</p> <p><b>GS</b> : l'enfant repère la position des différents segments du corps (repérage égocentré et géo centré)</p>	<p>Elle correspond au recul réflexif nécessaire à l'apprentissage. Elle s'opérationnalise dans la <b>notion de trace</b> développée par R Michaud.</p> <p>Elle sollicite les fonctions du langage et s'opérationnalise dans la démarche : un <b>avant, pendant, après la séance</b> autour des <u>traces conservées et partagées</u>.</p> <p><u>Sont nécessaires</u> : un codage des actions, plan ou maquette ou photos du dispositif</p> <p><b>En PS</b> : la description du chemin se fait dans la salle, un chemin peut être tracé en classe avec l'aide de l'enseignante avec comme support des photos et un plan global.</p> <p><b>En GS</b> le chemin peut être reconnu en classe à partir d'un représenté, un projet de chemin personnel peut être travaillé.</p> <p>La description est plus élaborée et s'appuie sur un vocabulaire précis notamment en ce qui concerne l'espace et le dispositif.</p>

SITUATIONS D'ÉVALUATION ET *INDICATEURS D'ACQUISITION*

	<b>CYCLE 1</b>
<i>Situations de fin de cycle</i>	<p>Des chemins 4 (ou 5) avec des actions gymniques différentes : se déplacer voler, tourner, se renverser, s'équilibrer avec une porte d'entrée et de sortie où le gymnaste attend son tour et signifie sa sortie.</p> <p>Les 4 chemins sont de difficulté progressive correspondant à des couleurs. (de très facile : tout le monde doit pouvoir réussir ce chemin, à difficile)</p> <p>L'élève doit choisir et réaliser le chemin où il est sûr de réussir 3 fois, en respectant les consignes de réalisation.</p> <p>Des vignettes seront accordées par l'enseignante pour valider les chemins réalisées 3 fois, le début et la fin, la concentration sont respectés.</p>
<i>Les critères d'évaluation</i>	<p>Le parcours est réussi si</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- les consignes de réalisation et le chacun son tour sont respectés,</li> <li>- L'élève est concentré sur tout le parcours</li> <li>- Le projet est validé si la réalisation est conforme au contrat annoncé</li> <li>- L'élève connaît ses réussites et est capable de dire et représenter son chemin.</li> </ul> <p><i>Si tous ces critères sont validés : la compétence adapter ses déplacements en activité gymnique est validée.</i></p>

## CONSTRUIRE UN MODULE D'APPRENTISSAGE A PARTIR D'UN DISPOSITIF EVOLUTIF DE LA PS A LA GS

### Une démarche

- Un module d'apprentissage long 14 à 28 séances,
- La séance EPS en 3 temps avant, pendant et après l'activité,
- Des tâches d' qui organisent l'apprentissage des élèves avec : un dispositif clairement identifiable et repéré avant en classe par les élèves, **un but**, des **critères de réussite** simples et observables connus par les élèves. En GS, la mise en relation entre résultat et manière de faire est à travailler.
- Construire, conserver des traces et les exploiter en classe (dessins, schémas, résultats...)
- Développer et entretenir le lien entre la maîtrise de la langue et EPS, lien qui structure à la fois les apprentissages moteurs et la pensée de l'élève.
- Organiser les relations et la communication entre les élèves.
- **DONNER DU TEMPS POUR APPRENDRE**

### UN EXEMPLE DE DISPOSITIF :

- Un dispositif évolutif de la PS à la GS : les contraintes sont portées par le dispositif pour les PS, elles sont données par les critères de réalisation (consignes sur les opérations) pour les GS.
  - Plan du dispositif travaillé en classe et repris en salle en salle (surtout pour PS).
  - L'espace de travail est clairement délimité ainsi que l'espace de parole, de rassemblement, un sens de rotation est clairement établi
  - 4 Portes (à minima) d'entrée et de sortie de couleurs différentes ou animaux, repérables par les enfants ; l'entrée est matérialisée par un cerceau ou poteau vertical, la sortie par une main au mur pour mettre son empreinte (ce qui donne le signal au suivant).
  - Des zones d'arrêt intermédiaires si les chemins sont longs, matérialisées, repérables par les enfants (tapis moquette)
- En PS on peut demander un arrêt simple avec comme consigne « quand le camarade de devant est sorti je m'engage », en GS même consigne mais on peut demander une posture tenue, un arrêt équilibré (nous sommes en train de construire un enchaînement de type gymnique)*
- La constitution d'équipes (groupe par chemin) est préparé et travaillé en classe , ainsi que la rotation entre les chemins. Ceci est affiché dans la salle .

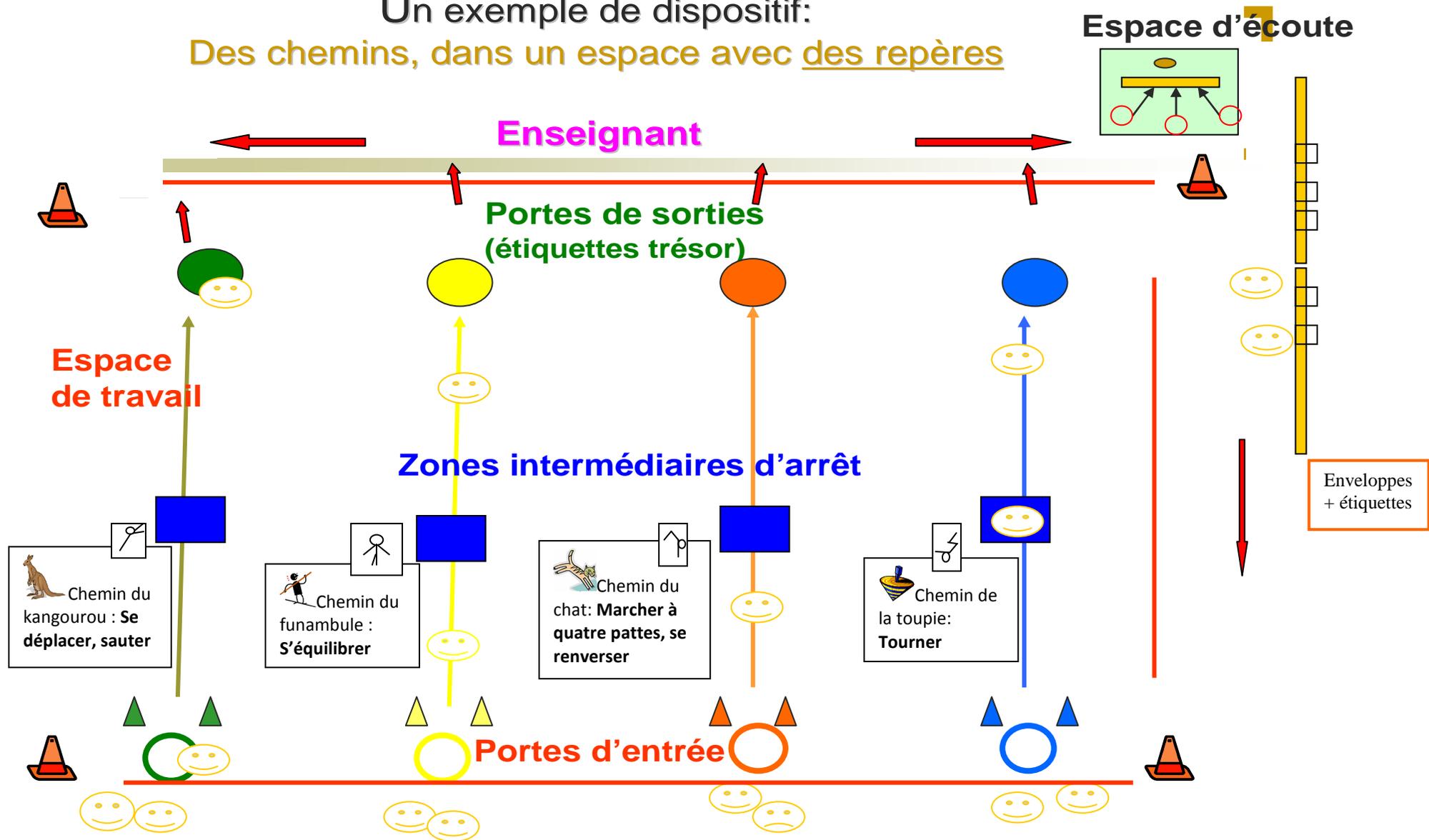
En PS, la phase de découverte où l'on installe les règles de sécurité et de fonctionnement (portes sorties, arrêts, zone de jeu, équipes) est très longue (7 à 8 séances).

En GS, la phase de découverte dure 2 à 3 séances puis on peut redonner des consignes sur chaque chemin avec des actions plus complexes. Attention il faut toujours essayer de maintenir dans le dispositif la possibilité de faire de deux manières (une plus facile, une plus difficile).

Deux parcours seront travaillés à chaque séance (rotation organisée en classe).

**Les premières séances sont consacrées à la gestion des règles, de la circulation, de la notion d'équipe. Les actions à réaliser sur les chemins sont faciles et peu définies.**

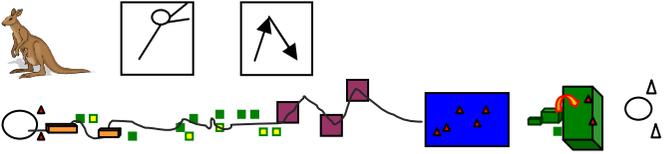
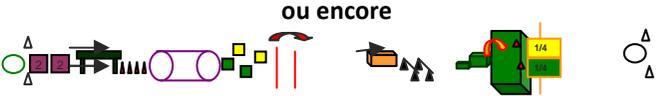
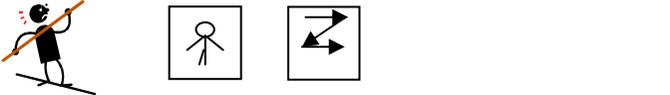
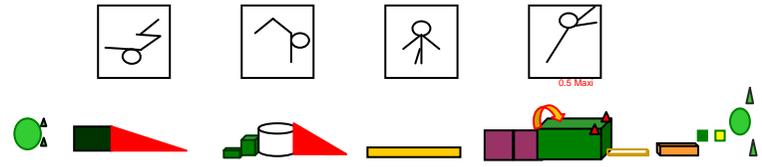
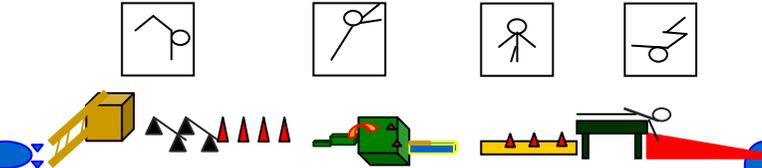
# Un exemple de dispositif: Des chemins, dans un espace avec des repères

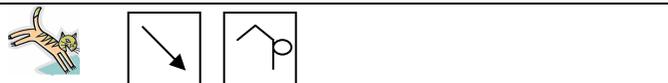


ORGANISER UN MODULE D'ACTIVITES GYMNIQUES (cycle 1)

[Ex : 7 semaines 2 fois par semaine (14 séances) ]

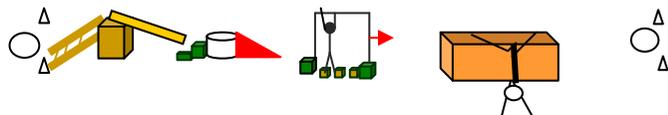
AVANT EN CLASSE	DANS LA SALLE : AGIR, COMPRENDRE, GARDER DES TRACES 4 phases qui organisent l'enseignement et mettent une focale sur ce qu'il y a à apprendre				APRES EN CLASSE
<p><b>A partir du dispositif représenté par des Photos (MS PS), un plan (GS)</b></p> <p style="text-align: center;">↓</p> <p><b>Le maître</b> (en interaction avec les élèves)</p> <p>* construit progressivement les REGLES DE FONCTIONNEMENT</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Situer les espaces de travail et les espaces d'écoute</li> <li>- les espaces interdits</li> <li>- les règles d'or</li> </ul> <p>*présente explique</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Le dispositif PS</li> <li>- le but PS MS</li> <li>- les critères, de réussite MS GS</li> <li>- les consignes de réalisation, contraintes) MS</li> </ul>	<p><b>Découverte :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Découvrir les chemins et leurs actions</li> <li>- Respecter les règles</li> <li>- Faire tous les chemins</li> <li>- Travailler en équipe</li> </ul>	<p><b>Référence :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Savoir les chemins que l'on a fait</li> <li>- Garder une trace : établir mon profil de gymnaste</li> </ul>	<p><b>Structuration</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- S'exercer, apprendre pour progresser se mettre en projet</li> <li>- Garder une trace</li> </ul>	<p><b>Bilan</b></p> <p>L'élève doit être capable de savoir ce qu'il a fait (PS) et ce qu'il a appris (GS)</p>	<p><b>A partir du dispositif représenté, des fiches, des traces recueillies</b></p> <p style="text-align: center;">↓</p> <p><b>Le maître</b></p> <p>*crée les conditions pour que les élèves décrivent PS MS, expliquent GS</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- les règles comprises ou non, le maître réajuste</li> <li>- Le dispositif</li> <li>- Le but</li> <li>- les résultats</li> <li>- en vue d'une fiche de progrès</li> <li>- les manières de faire globales et /ou individualisées</li> </ul> <p>*Crée les conditions pour que les élèves échangent sur ce</p>
	<p><b>Doivent clairement identifiés :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- le dispositif</li> <li>- les règles,</li> <li>- le but</li> <li>- les critères de réussite (progressivement)</li> </ul>	<p><b>Doivent clairement identifiés :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- le dispositif</li> <li>- les règles,</li> <li>- le but</li> <li>- les critères de réussite</li> </ul>	<p><b>Doivent clairement identifiés : les tâches (ce qu'il y a à faire) :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- le but,</li> <li>- le critère de réussite</li> <li>- les manières de faire (MS , GS)</li> <li>- la mise en relation entre manière de faire et résultat pour les GS</li> </ul>	<p><b>Doivent clairement identifiés :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- le dispositif</li> <li>- les règles,</li> <li>- le but</li> <li>- <u>les critères de réussite</u></li> </ul> <p><b>+ LES PROGRES REALISES</b></p>	
	<p><b>4 chemins avec une action identifiée par chemin</b></p> <p><b>Des chemins faciles : tout le monde doit réussir</b></p> <p>Découvrir les actions de type gymniques : se déplacer sauter voler, tourner, s'équilibrer, marcher à 4 pattes</p>	<p><b>4 nouveaux chemins qui mixent les actions</b></p> <p><b>Des chemins de difficulté croissante</b></p> <p>Noter les chemins et les actions que je réussis</p>	<p><b>4 chemins qui mixent et complexifient les actions</b></p> <p><b>Des chemins de difficulté croissante</b></p> <p>S'exercer pour progresser</p> <p><i>[Différenciation pour certaines actions : des simplifications ou des complexifications possibles ]</i></p>	<p><b>Sur les mêmes 4 parcours</b> (les actions apprises dans la phase de structuration)</p> <p><u>Faire un contrat</u> : choisir le parcours que je peux réussir 3 fois (MS GS)</p> <p><u>Réaliser mon contrat</u> : mesurer mes progrès par rapport à la phase de référence</p>	
	<p style="text-align: center;"><b>6 séances</b></p> <p><b>PS 6 séances</b> <b>MS GS : 3 séances de découverte + 3 séances</b> sur le même dispositif mais avec des contraintes progressives sur les manières de réaliser les actions. <b>But : faire le chemin de l'entrée à la sortie sans se presser</b> <b>CR : respecter les actions</b></p>		<p style="text-align: center;"><b>6 séances</b></p> <p><b>PS :</b> des contraintes portées par le dispositif <b>MS GS :</b> des contraintes / à la réalisation <b>But : réussir les chemins</b> <b>CR : respecter les actions (PS) les contraintes de réalisation (MS GS)</b></p>		<p style="text-align: center;"><b>2 séances</b></p> <p><b>PS :</b> <b>But : faire tous les chemins,</b> <b>CR : savoir quels chemins j'ai fait</b> <b>MS GS :</b> <b>But : faire son contrat au mieux,</b> <b>CR : réussir le chemin choisi , ne pas se tromper dans son choix.</b></p>

<p>GS I</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- les manières de conserver la trace de son résultat</li> </ul> <p>*constitue les groupes : la notion d'équipe</p> <p>* peut donner une observation précise à faire pour les MS, GS :</p> <p>Quel déplacement a été trouvé sur un atelier, quelle différences dans les réponses, comment tourne t-on .... ?</p> <p>*reprend le bilan et met en perspective pour apprendre</p>	<p align="center"><b>DES EXEMPLES DE CHEMINS POUR ENTRER DANS L'ACTIVITE</b></p> <p><b>CHEMIN : SE DEPLACER DANS UN BRIC A BRAC, SAUTER, VOLER</b></p>  <p>Suivre le chemin sans en sortir, sauter de zone à zone, monter sauter.</p> <p align="center"><b>ou encore</b></p>  <p>Saut 2p 2p, ramper dessus, dessous, dedans, sauter 1p, 1p, par-dessus, se déplacer sans rien renverser, monter descendre, sauter dans une zone.</p> <p><b>CHEMIN : S'EQUILIBRER</b></p>   <p>Sur un banc par-dessus des lattes, en zig zag, sur un banc par-dessus.</p> <p align="center"><b>ou encore</b></p>  <p>Sur 2 poutres basses ou au sol, un banc, monter, redescendre, entre 2 lignes en AR, sur des caisses différentes.</p> <p><b>CHEMIN : SE DEPLACER EN SE SERVANT DE SES MAINS ET EN SE RENVERSANT</b></p>	<p align="center"><b>DES EXEMPLES DE CHEMINS A DIFFICULTES PROGRESSIVES POUR FAIRE DES PROGRES</b></p> <p><b>CHEMIN 1</b> ● (Très facile, chacun doit pouvoir réussir au moins 1 chemin)</p>  <p>Rouler costal sur le plan incliné monter et descendre 4 pattes, marcher par-dessus des traits sur le banc, monter, sauter dans la zone immobile.</p> <p><b>C Réussite :</b>  <i>PS : réaliser toutes les actions demandées</i>  <i>MS GS : poser la nuque, rouler droit, monter et descendre sans arrêt, ne pas tomber, rester immobile.</i></p> <p><b>Chemin 2</b> ● (facile)</p>  <p>Monter 4 pattes à l'échelle descendre, passer par-dessus les obstacles, sauter dans la zone, sur la poutre basse en avant par-dessus les quilles, rouler du banc (ou à genoux), en avant, arriver accroupi</p> <p><b>C Réussite :</b>  <i>PS : réaliser toutes les actions demandées</i>  <i>MS GS ne pas s'arrêter, ne rien faire tomber, ne pas tomber, rouler corps droit.</i></p> <p><b>Chemin 3</b> ● (de difficulté moyenne)</p>	<p>qui a été fait :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- codage des actions,</li> <li>-représentation personnelle du dispositif, d'un atelier de l'espace du parcours effectué,</li> <li>- réalisation d'une maquette, ...</li> <li>- les progrès réalisés</li> <li>- les peurs, les difficultés, les plaisirs</li> </ul> <p>* Crée les conditions pour que les élèves racontent :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- A partir d'une histoire imaginée autour des actions effectuées, autour de personnages qui font de la gym</li> <li>- A partir de leur expérience</li> </ul> <p>*Crée les conditions pour que les élèves échangent MS GS sur des éléments de culture : films,</p>
--	--	---	---



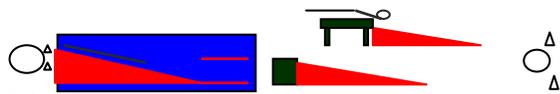
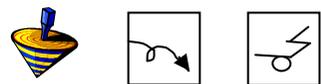
4 pattes dans les cerceaux, sur le banc, sur des escaliers, en montant sur un banc en pente, en descendant sur un plan incliné.

ou encore



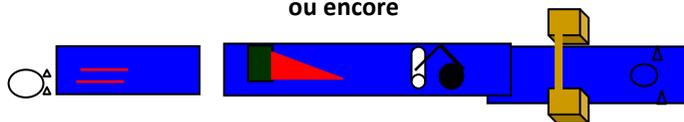
4 pattes monter l'échelle, descendre sur le banc, différentes hauteurs en suspension (appuis pieds possible), se déplacer en quadrupédie (pied sur le banc).

**CHEMIN : ROULER SUR SOI, TOURNER EN AV, ROULER AUTOUR**

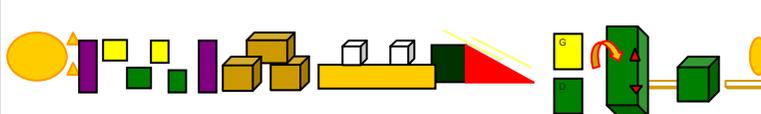


Rouler costal corps droit en pente, sur des lignes au sol, d'un banc en av ou d'un contrehaut en av (+ aide)

ou encore



Rouler corps droit sur lignes, en avant léger contre haut, rouler en avant pied sur le rouleau, tourner autour. (+ aide)

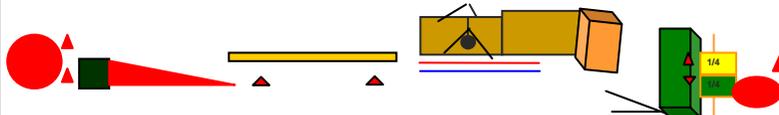


Se déplacer en sautant 2p 2p D, G (marelle), monter et descendre en bond de lapins, sauter par-dessus les zones sur le banc, rouler en avant, monter sauter, monter sauter dans des zones.

**C Réussite :**

PS : réaliser toutes les actions demandées  
MS GS sauter sans se tromper, ne pas s'arrêter, ne pas tomber, poser la nuque arriver assis en boule, rester immobile dans les zones

**Chemin 4 ● (difficile)**



Rouler en avant marcher en arrière ½ tour en avant, se déplacer en quadrupédie (mains sur 1 des 2 lignes) rebondir monter sauter faire saut ¼Tour

**C Réussite :**

PS : réaliser toutes les actions demandées  
MS GS, poser la nuque rouler droit, ne pas tomber, ne pas s'arrêter bras tendus, rester immobile dans la zone.