



# GYMNASTIQUE

CYCLE 2 – CYCLE 3

Power Point réalisé à partir de la formation conduite  
et de documents réalisés par

C.CANTALUPI- CPC EPS Rumilly

En groupe départemental EPS 74



# Principales caractéristiques de l'activité gymnique

- C'est une activité de création de figures libres ou imposées, enchaînées ou non, mais possédant un certain rythme.
- C'est une activité de maîtrise corporelle dans des postures souvent inhabituelles (aériennes, manuelles et renversées) où les membres supérieurs sont souvent sollicités et l'équilibration verticale du bipède sans cesse remise en cause.
- C'est une activité de préoccupation esthétique qui exige une certaine correction d'exécution et qui est destinée à être vue et jugée  
→ des critères de réalisation/critères de réussite



# Les problèmes fondamentaux posés à l'enfant

- La pratique de la gymnastique permet de passer d'un équilibre vertical de terrien à la construction
- de nouveaux équilibres de plus en plus renversés et aériens.
- remise en cause de son équilibre de bipède de terrien
- prises de risques pour complexifier ses actions tout en privilégiant la maîtrise
- prise d' informations de nature différente
- contrôle des émotions



# Cycle I

Adapter ses déplacements à des environnements ou contraintes variés

- Utiliser un répertoire aussi large que possible d'actions élémentaires : se déplacer en équilibre, rouler, tourner, sauter, voler, se renverser, se balancer...
- Oser réaliser des actions en toute sécurité tout en acceptant de prendre des risques mesurés dans un environnement familier puis progressivement plus inhabituel.



## Cycles 2 et 3

Concevoir et réaliser des actions à visée artistique, esthétique ou expressive en réalisant des actions acrobatiques mettant en jeu l'équilibre (recherche d'exploits)

- cycle 2 : réaliser un enchaînement de 2 ou 3 actions « acrobatiques » sur des engins variés (barres, plinth, poutres, gros tapis).
- cycle 3 : construire et réaliser un enchaînement de 4 ou 5 éléments « acrobatiques » sur divers engins (barres, mouton, poutre, tapis).



# Les enjeux de la gymnastique à l'école ?

Permettre à l'élève :

- d'apprendre à piloter son corps dans l'espace aérien : adopter des postures inhabituelles de plus en plus aériennes, manuelles et renversées.
- d'apprendre à maîtriser la prise de risque dans des situations où la personne est engagée affectivement et assurer ainsi sa sécurité corporelle par une organisation posturale tonique dans un contexte où l'on ose.



## Les enjeux de la gymnastique à l'école ?

- d'assumer son corps dans et devant un groupe, d'apprendre à le mettre en valeur, d'éprouver de la confiance en soi, de contrôler ses émotions.
- de vivre l'exercice de la responsabilité et de l'autonomie à travers des rôles sociaux différents que l'on assure tour à tour.



## Les enjeux de la gymnastique à l'école ?

- d'assumer un projet individuel et collectif et d'acquérir des comportements citoyens
- d'exercer sa compétence à évaluer (auto-évaluation et co-évaluation), juger selon des critères explicités, d'être sensible à des valeurs esthétiques, d'exprimer ses préférences et de se justifier
- d'accéder à la « culture gymnique et acrobatique »



# Evaluation

- Dans la mesure où il y a codification, il devient indispensable d'évaluer la prestation de chacun à partir de critères définis auparavant.
- Pour ce faire, construire un code (de notation) avec la participation des enfants à partir de critères.
- En fonction du moment, faire tenir des rôles différents à chaque enfant : acteur, juge et spectateur

# Sécurité

Si un certain risque fait partie intégrante de l'activité gymnique, il s'agit toujours d'un risque calculé, dans un environnement aménagé.

- Toujours placer des tapis pour les réceptions ou amortir toute chute éventuelle
- Exercer des parades protectrices. Enseigner la parade. Le maître, à l'atelier le plus dangereux et des enfants ailleurs. Toujours parer sur le côté en utilisant les bras et non le corps
- Jamais de chaussettes sur un poutre et au saut de cheval. Préférer chaussons de gym ou pieds nus.