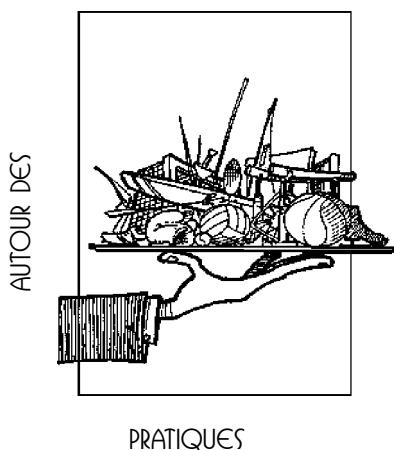


GYMNASTIQUE :

PROGRAMME ET CONTENUS POUR DES RENCONTRES INTERCLASSES

par F.GABEL



La Gymnastique peut se définir comme étant une activité de production de formes corporelles dans des situations inhabituelles, jugée par un jury au regard d'un cadre défini culturellement, aboutissant à la réalisation d'un enchaînement d'actions connues ou nouvelles dans un environnement stable où le risque, l'originalité et la virtuosité doivent être recherchés.

Elle donnera ainsi à l'élève la possibilité de «piloter» son corps dans un milieu de plus en plus inhabituel et aérien et ceci dans le cadre d'un projet d'action individuel, voir collectif.

Elle exige aussi de l'élève qu'il agisse pour assurer en terme de contradiction :

- le risque et la maîtrise du risque
- la soumission et le dépassement par rapport à un code
- une production individuelle dans une pratique collective.

Ainsi définie, cette activité paraît riche et attrayante, or paradoxalement, les élèves sont de plus en plus démobilisés pendant les cycles de gymnastique. Le découragement face aux productions de haut niveau est un

argument auquel on ne saurait se réduire ; le décalage entre ce qu'ils attendent de l'activité (tourner, voler, faire des productions périlleuses...) et la gymnastique «au ras du sol» qui leur est souvent proposée (par mesure de sécurité) est une source certaine de frustration qui ne fait que s'accroître face à des contenus trop faciles pour les meilleurs (démotivation par ennui) et trop difficiles pour les moins bons (démotivation par répétition d'échecs).

Varié les différents modes d'entrée dans l'activité et proposer des contenus riches et différenciés permettant à chaque élève d'évoluer en fonction de son propre niveau sont les solutions les plus souvent proposées mais leur mise en oeuvre est sujette aux contraintes matérielles (toujours par mesure de sécurité). Simplifier les contenus et les rendre accessibles à tous nous permettra de remédier à ce problème à condition de respecter le seuil de motivation optimum de nos élèves.

Lorsque l'on sait que sans projet l'individu est incapable d'apprendre parce que non intéressé pour saisir l'information utile, entrer dans l'activité gymnique par la réalisation d'éléments codifiés à choisir dans un référentiel peut donner à l'élève le moyen de formuler son projet. Mais si la pratique sociale de référence est analysée du point de vue de l'acteur, le projet, lui, ne peut rester au plan individuel. Lorsque l'on se prépare à une compétition, à un spectacle, à une fête, on entre nécessairement dans un projet d'équipe. Faire en sorte que la classe se donne un projet par équipe, c'est permettre à chaque élève, dans une structure coopérative, de gérer sa motivation individuelle au regard de l'efficacité collective ; c'est permettre à l'individu en formation de développer des capacités et des compétences utilement réinvestissables dans la vie quotidienne.

Concevoir l'activité gymnique comme vécue dans une relation d'équipe va nous permettre d'envisager l'apprentissage du «savoir coopérer» comme nous le montre J. Gaugey dans «Apprendre en Gymnastique Sportive» in revue E.P.S. n°225. Pour elle, coopérer c'est apporter sa contribution à la construction d'une oeuvre commune, chacun à son niveau, avec ses envies et ses moyens. Le principe fondamental de la coopération est alors de gérer sa motivation individuelle au profit de l'efficacité collective, ce qui se fait selon deux axes :

- lorsque dans une équipe un projet commun doit être élaboré (total des points de l'équipe) les équipiers doivent être capables d'évaluer leurs propres possibilités (choix des éléments) en fonction des besoins du groupe. Il s'agit donc de développer la notion d'**auto-évaluation** ;



- par ailleurs, la recherche de l'efficacité collective suppose que l'élève soit capable de mettre ses compétences au service de ses coéquipiers. Il s'agit ici de développer la notion de **participation**.

Pourtant, l'élève ne participera pas s'il n'est pas intéressé et encore moins si l'activité n'a pas de sens. La gymnastique en tant que production individuelle peut donc devenir le support d'un projet d'équipe défini en terme de score à atteindre et trouver son sens dans la confrontation d'équipes de quatre, six, huit élèves ou plus, d'une classe entière ou de tout un établissement.

Fort d'une expérience de plus de dix ans dans l'organisation de rencontres interclasses dans les collèges, nous nous sommes attachés à proposer des contenus simples et des situations aménagées où même les débutants pourront s'exprimer en utilisant simplement leurs ressources du moment.

Les fiches élèves et les fiches d'ateliers ont été particulièrement soignées (grâce au soutien de quelques annonceurs) pour en faire des outils attrayants et opérationnels, permettant aux élèves de se co-évaluer ou de s'auto-évaluer en se référant à des critères simples et accessibles à tous.

Ainsi, tous les éléments sont notés sur 2 points :

- 2 points si la réalisation répond aux 2 critères de réussite énoncés sur la fiche d'atelier (voir le modèle dans les pages suivantes).
- 1 point si la réalisation ne répond qu'à un seul des critères.
- 0 point si la réalisation ne répond à aucun des 2 critères.

La note sur 2 points est ensuite multipliée par le coefficient correspondant au degré de difficulté de l'élément.

Ce projet a été expérimenté une première fois lors d'une «journée GYM» organisée par le District U.N.S.S. de Strasbourg Nord en mars 94 à la grande satisfaction des quelques 150 élèves présents (par équipe de 4) notés par une trentaine de juges élèves.

Une deuxième expérimentation a été faite en avril 94, en collaboration avec l'U.S.E.P. où près de 5.000 élèves !!! des écoles primaires ont pu se confronter sous forme de rencontres inter-écoles arbitrées par les élèves juges de l'U.N.S.S. Là aussi, les débutants ont découvert la gymnastique sur place et les plus experts ont pu s'exprimer à leur niveau.

Ce projet peut facilement se transformer en contenus pour un cycle de gymnastique pour les élèves de 6° et 5° comme nous l'expérimentons actuellement au collège de Souffelweyersheim.

Chaque équipier doit présenter 5 éléments gymniques à choisir dans un référentiel à 4 niveaux différenciés et ensuite se mesurer à un parcours chronométré ou seules les réponses gymniques sont les plus efficaces.

Les pages qui suivent sont extraites du projet pour des classes de 6° et 5°. Un projet pour les 4° et 3° basé sur l'acrobatie et les enchaînements est en cours d'expérimentation.

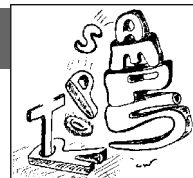
à suivre....

François GABEL

Prof. E.P.S.

Formateur I.U.F.M - Strasbourg

remarque :
en annexe, pages suivantes, des exemples de fiches de travail.



ELEMENTS GYMNIQUES

6E ET 5E MIXTES

ENJEU DE FORMATION :

agir sur un environnement inhabituel afin d'être vu et jugé en reproduisant des éléments codifiés.

OBJECTIFS :

chaque élève devra être capable de présenter son meilleur degré de maîtrise en réalisant 5 éléments choisis dans une grille de 5 familles comprenant chacune 4 éléments de niveaux différenciés.

MOYENS :

5 familles : - TOURNER EN AVANT
 - TOURNER EN ARRIERE
 - S'EQUILIBRER
 - SAUTER ET SE RECEVOIR
 - EN APPUI RENVERSE

4 niveaux de difficultés croissantes : A B C D.

MISE EN OEUVRE PEDAGOGIQUE :

- travail par ateliers.
- situations aménagées.
- choix de l'élève en fonction de ses possibilités.

EVALUATION :

grille de suivi formative permettant à tout moment à l'élève de se situer et de faire des choix pertinents.

NOTATION :

chaque élément, réalisé en fonction des exigences définies, est noté en fonction de 2 critères de réussite :

s'il y a réponse aux 2 critères la note sera	2
s'il n'y a réponse qu'à 1 seul critère la note sera	1
s'il n'y a réponse à aucun critère la note sera	0

COEFFICIENT :

chaque note /2 est multipliée par le coefficient attribué au niveau de difficulté de l'élément présenté et en fonction du niveau de classe de l'élève selon le tableau ci-dessous :

diffic. Classe	A	B	C	D
6e	1	1.5	2	2
5e	1	1	1.5	2



PARCOURS GYMNIQUE

ENJEUX DE FORMATION :

Réinvestir ses compétences "gymniques" pour viser une efficacité motrice sur un parcours ludique.

OBJECTIFS :

Chaque élève devra être capable de trouver la solution la plus efficace face à un enchaînement de situations à résolution de problèmes.

MOYENS :

Parcours chronométré sur une succession de 6 Situations à Résolution de Problème où les réponses gymniques seront les plus efficaces sans pour autant évacuer les autres types de réponses.

Les 6 situations seront tirées au sort parmi les 16 situations proposées sur la grille de présentation de parcours.

MISE EN OEUVRE PÉDAGOGIQUE :

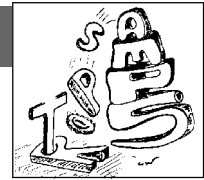
Aménagement du milieu pour des tâches semi-définies.

Recherche des solutions optimales en fonction du niveau des élèves.

NOTATION :

La performance chronométrée sera transformée en note sur 20 selon le barème suivant :

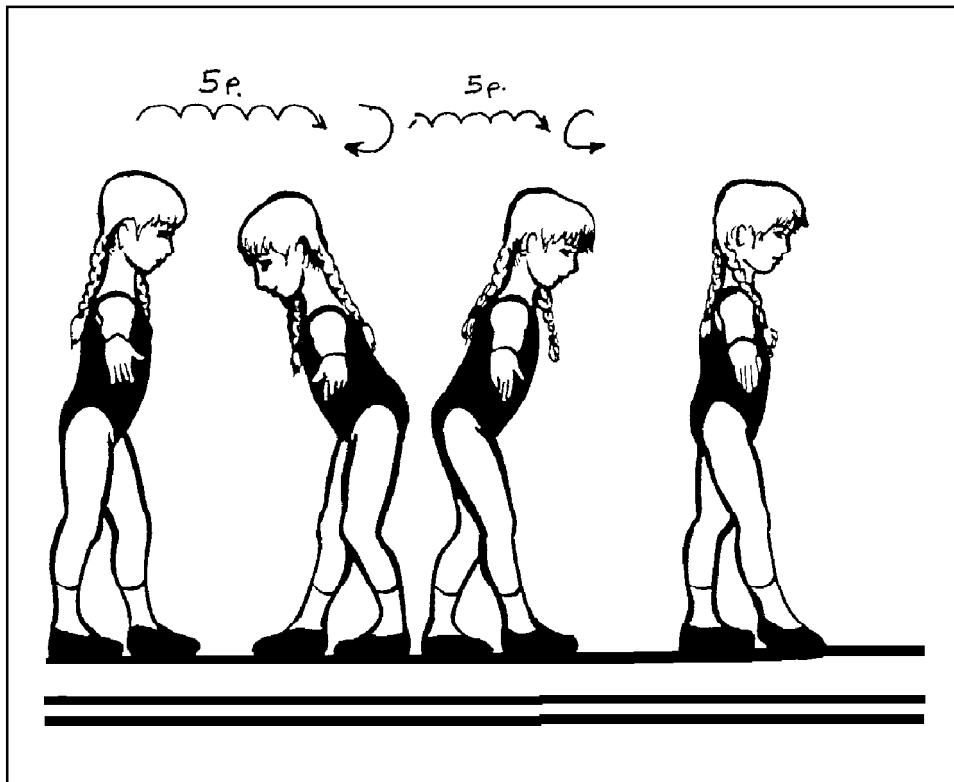
	6e	5e
20	18"	15"
19	19"	16"
18	20"	17"
17	22"	18"
16	24"	20"
15	26"	22"
14	28"	24"
13	30"	26"
12	32"	28"
11	34"	30"
10	36"	32"
9	40"	34"
8	44"	36"
7	48"	40"
6	52"	44"
5	56"	48"
4	1'00"	52"
3	1'05"	56"
2	1'10"	1'00"
1	1'20"	1'10"



EXEMPLE d'une FICHE d'ATELIER :

S' EQUILIBRER

3A


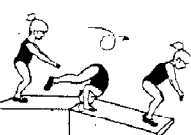
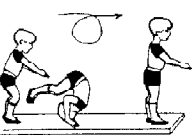

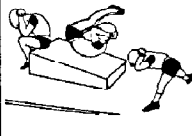


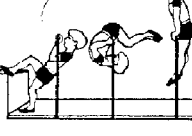



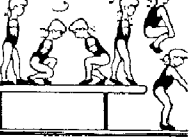

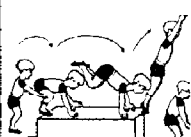
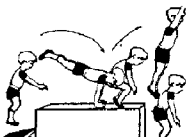

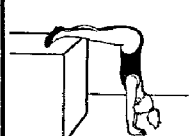
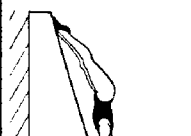




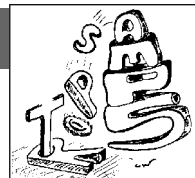
But de la tâche : marcher 5 pas en avant, demi-tour et marcher 5 pas en arrière

Critères de réussite :

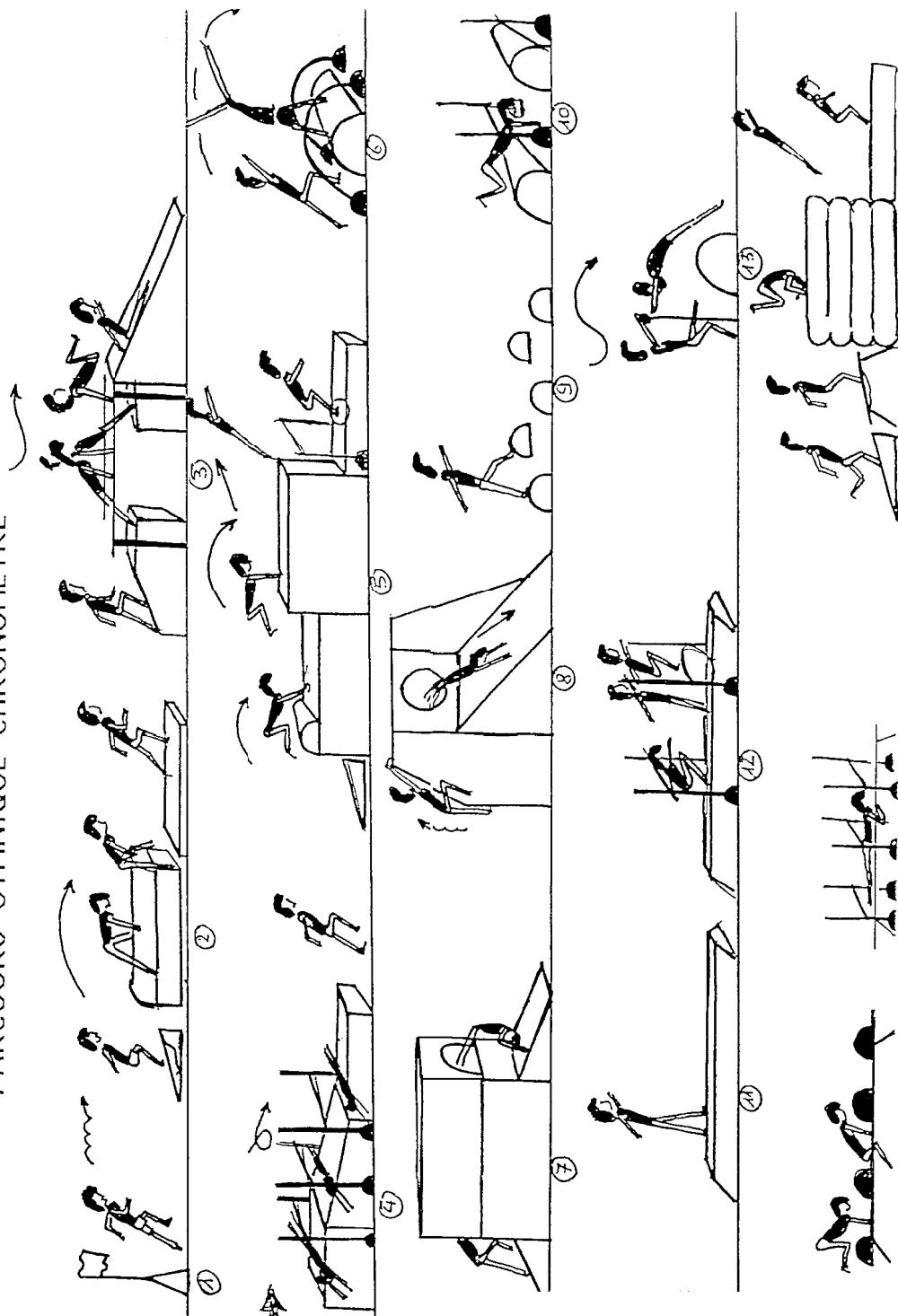
- pas de déséquilibre
- pose des pieds alternée



	A	B	C	D	
1 TOURNER EN AVANT					Points :
	0 1 2	0 1 2	0 1 2	0 1 2	Coef :
					Note sur 4 :
2 TOURNER EN ARRIERE					Points :
	0 1 2	0 1 2	0 1 2	0 1 2	Coef :
					Note sur 4 :
3 S'ÉQUILIBRER					Points :
	0 1 2	0 1 2	0 1 2	0 1 2	Coef :
					Note sur 4 :
4 SAUTER ET SE RECEVOIR					Points :
	0 1 2	0 1 2	0 1 2	0 1 2	Coef :
					Note sur 4 :
5 EN APPUI RENVERSE					Points :
	0 1 2	0 1 2	0 1 2	0 1 2	Coef :
					Note sur 4 :



PARCOURS GYMNIQUE CHRONOMETRE





	SITUATIONS	CONSIGNES	REPONSES
9	<p>MATERIEL: 8 plots</p>	<p>Marcher sur les plots</p> <p>CONTRAINTES: ne pas toucher le sol</p> <p>SANCTIONS : 2sec par touche du sol</p>	<p>ATTENDUE: marcher en équilibre</p> <p>POSSIBLES:</p>
10	<p>MATERIEL: 2 demi-ronds, 2 haies plastiques</p>	<p>franchir les demi-rond et passer sous les haies</p> <p>CONTRAINTES : ne pas renverser les haies</p> <p>SANCTIONS: 2sec par haie renversée</p>	<p>ATTENDUES : enchaînement de saut de lapin</p> <p>POSSIBLES: toutes formes de déplacements quadrupédiques</p>
11	<p>MATERIEL: 1 poutre basse</p>	<p>traverser la poutre en marchant</p> <p>CONTRAINTES: ne pas toucher le sol</p> <p>SANCTIONS: 2sec par touche du sol</p>	<p>ATTENDUES: traversée équilibrée</p> <p>POSSIBLES:</p>
12	<p>MATERIEL : 1 poutre basse, 2haies et 1 cerceau</p>	<p>marcher sur la poutre pour passer sous la haie et dans le cerceau</p> <p>CONTRAINTES: ne pas renverser les obstacles</p> <p>SANCTIONS: 2sec par obstacle renversé</p>	<p>ATTENDUES: passage accroupi et saut pieds joints dans le cerceau</p> <p>POSSIBLES: enjamber le cerceau</p>

	SITUATIONS	CONSIGNES	REPONSES
13	<p>MATERIEL: 1 mini barre fixe, 1 demi-rond 1 tapis 50cm</p>	<p>s'accrocher à la barre et passer par-dessus le demi-rond</p> <p>CONTRAINTES: tenir la barre</p> <p>SANCTIONS : 2sec pour barre non tenue</p>	<p>ATTENDUE: sortie filée</p> <p>POSSIBLES: se lancer et s'asseoir sur le bloc</p>
14	<p>MATERIEL: 1 banc suédois et 6 cones</p>	<p>passer de part et d'autre du banc en posant les mains entre les cones</p> <p>CONTRAINTES : ne pas renverser les cones</p> <p>SANCTIONS: 2sec par cone renversé</p>	<p>ATTENDUES : sauts de lapin avec placements du dos</p> <p>POSSIBLES: franchissement en rivière ou en roue</p>
15	<p>MATERIEL: 1 banc suédois et 3 haies</p>	<p>passer sous les obstacles en restant sur le banc</p> <p>CONTRAINTES: ne pas renverser les obstacles</p> <p>SANCTIONS: 2sec par obstacle renversé</p>	<p>ATTENDUES: fractions des bras</p> <p>POSSIBLES: remper</p>
16	<p>MATERIEL : 1 tremplin, 1 mini-trempline, 1 pile de 120cm de tapis, 1 tapis de chute de 20cm</p>	<p>après une impulsion sur le trempline, monter sur la pile de tapis puis sauter sur le tapis de réception</p> <p>CONTRAINTES:</p> <p>SANCTIONS:</p>	<p>ATTENDUES: roulade élevée</p> <p>POSSIBLES: sauts de lapin marcher, grimper etc. ...</p>