

Compétence attendue Niveau 1:
 Dans le respect des règles de sécurité, sur un parcours multi agrès, présenter un ensemble d'éléments gymniques simples maîtrisés, combinés ou non, illustrant les actions «tourner, se renverser». Aider un camarade à réaliser un élément simple. Observer et apprécier les prestations à partir de critères simples.

Connaissances	Capacités	Attitude
<p>Du pratiquant :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Le vocabulaire spécifique des nouveaux éléments gymniques et des actions principales (impulsion, ouverture, fermeture). • Le code de référence des éléments gymniques. • Les modalités de composition d'un enchaînement. • Les repères sur la réalisation et la réussite de l'action « voler » (perte d'appui plus ou moins longue, impulsion gainée et arrivée équilibrée). • Des éléments au sol et aux agrès: « tourner, voler et se renverser », • La notion de rythme et d'amplitude. • Les éléments de liaison entre les éléments gymniques. • Les fautes potentielles de son enchaînement et les pénalités correspondantes. <p>Liées aux autres rôles :</p> <p><i>L'aide :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Les critères de réalisation et de réussite des différents éléments gymniques. <p><i>Le juge :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Les critères d'appréciation d'un enchaînement gymnique : fait-non fait (et si possible : difficulté, composition et exécution) 	<p>Du pratiquant :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Choisir des éléments gymniques adaptés à ses ressources les plus difficiles possibles mais maîtrisés. • Réaliser, sur un espace aménagé ou non, les éléments gymniques intégrant entre autres, les actions suivantes : <ul style="list-style-type: none"> o Tourner en avant corps groupé en roulant autour d'un axe transversal (roulade avant tour d'appui avant) o Tourner en arrière corps groupé autour d'un axe transversal (roulade arrière, tour d'appui arrière, renversement) o Tourner corps tendu autour d'un axe longitudinal (demi-tour en suspension) o Se renverser sur les bras tendus vers l'avant en appui manuel (ATR, sortie en appui corps tendu) o Se renverser sur les bras tendus latéralement (roue) • Proposer des réchappes • Coordonner des actions motrices variées • Doser son énergie, son tonus musculaire et gérer son effort sur l'ensemble de sa prestation <p>Liées aux autres rôles :</p> <p><i>L'aide :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Se situer au maximum à une distance d'un bras tendu du gymnaste. • Réaliser les gestes d'aide en accompagnant et en tenant le gymnaste sur les zones précisées et imposées. <p><i>L'observateur :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Reconnaître les éléments gymniques simples et les différentes postures (groupée, alignée). • Apprécier les éléments observés à partir d'un ou deux critères de réussite simples et précis. 	<p>Du pratiquant :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Respecter les règles de sécurité et être vigilant sur les risques encourus. • Prendre conscience de ses capacités pour le choix des éléments. • S'engager avec une volonté de réussite lors de ses réalisations. • Se concentrer avant d'agir et rester vigilant lors de la réalisation des éléments gymniques. • Maîtriser ses émotions pour se confronter au regard des autres. • Accepter d'être aidé. <p>Liées aux autres rôles :</p> <p><i>L'aide</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Etre coopératif et solidaire pour installer, remettre en place, ranger le matériel. • Etre disponible et vigilant pour aider un camarade à faire un élément. <p><i>L'observateur :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Etre attentif et respectueux du travail des autres. • Etre rigoureux dans la qualité de l'observation.

Liens avec le socle : Compétence 1 : Maîtriser et utiliser un vocabulaire spécifique.
 Compétence 3 : Acquérir des connaissances sur le corps humain et ses possibilités.
 Compétence 6 : Respecter les règles de sécurité par rapport à soi, aux autres et au matériel. S'engager dans les rôles de gymnaste, aide et observateur.
 Compétence 7 : Agir dans les ateliers de manière responsable et autonome. Développer sa persévérance, oser exploiter ses ressources et se montrer devant les autres