

SITUATION D'APPRENTISSAGE PAR LE NUMERIQUE

Thème : Accéder à la verticale renversée

Objectif : Aligner et gagner son corps, être solide sur les appuis manuels

CP ...3... et APSA support : Gymnastique sportive

Acquisitions attendues : « Passer d'un corps relâché à un corps gainé, aligné »

Compétence attendue : niveau 1

CMS visée(s) : Dans le respect des règles de sécurité réaliser un élément gymnique simple et maîtrisé dans la famille SE RENVERSER, aider un camarade, apprécier à l'aide de critères et consignes.

Connaissances : vocabulaire spécifique ATR, gainage, roue, placement du dos. Construire des repères pour réussir les actions. (équilibre manuel, rôle tête)

Capacités : transférer le poids du corps sur les mains. Dissocier élan/fixation jbes

Attitudes : Avoir confiance, maîtriser émotions, accepter de l'aide, agir avec conscience et efficacité. Comprendre relations de cause à effet.

Liens socle commun : C1 vocabulaire spécifique C2 connaissances sur le corps et ses possibilités C6 sécurité, rôles différents (gym,aide,observateur) C7 autonomie en atelier, assumer regard autres

Moyen numérique :

Matériel utilisé :

Système d'exploitation :

Logiciel(s) / application(s) :

Plus-value apportée :

Commentaires :
.....

SA Numérique Marcel Lemire, Brigitte Proch

Descriptif	But	Aménagement matériel, groupes de besoins	Consignes de réalisation et variables +/- (gestion hétérogénéité)	Critères de réussite
ATR Ventre ou Dos contre le mur	Monter un appui tendu renversé contre les espaliers ventre ou dos face au mur selon capacités	Tapis Dima beige au sol Gros tapis bleu Dima en hauteur contre espaliers	<u>Ventre au mur</u> - départ mains à plat, grimper un pied après l'autre contre le tapis, mains près du mur et corps tendu - gagner, regard sur mains <u>Dos au mur</u> - départ et retour fente - lancer/ pousser jambes - se grandir	- Etre aligné à la verticale - Tenir 3 secondes l'ATR - Seuls les pieds touchent le tapis contre mur - les bras sont tendus tout au long de la réalisation

Bilan et perspectives :

Groupe (NOMS) :

SITUATION D'APPRENTISSAGE PAR LE NUMERIQUE

Thème : Accéder à la verticale renversée

Objectif : Aligner et gagner son corps, être solide sur les appuis manuels

CP ...3... et APSA support : Gymnastique sportive

Acquisitions attendues : « Passer d'un corps relâché à un corps gainé, aligné »

Compétence attendue : niveau 1

CMS visée(s) : Dans le respect des règles de sécurité réaliser un élément gymnique simple et maîtrisé dans la famille SE RENVERSER, aider un camarade, apprécier à l'aide de critères et consignes.

Connaissances : vocabulaire spécifique ATR, gainage, roue, placement du dos. Construire des repères pour réussir les actions. (équilibre manuel, rôle tête)

Capacités : transférer le poids du corps sur les mains. Dissocier élan/fixation jbes

Attitudes : Avoir confiance, maîtriser émotions, accepter de l'aide, agir avec conscience et efficacité. Comprendre relations de cause à effet.

Liens socle commun : C1 vocabulaire spécifique C2 connaissances sur le corps et ses possibilités C6 sécurité, rôles différents (gym,aide,observateur) C7 autonomie en atelier, assumer regard autres

Moyen numérique :

Matériel utilisé :

Système d'exploitation :

Logiciel(s) / application(s) :

Plus-value apportée :

Commentaires :
.....

SA Numérique Marcel Lemire, Brigitte Proch

Descriptif	But	Aménagement matériel, groupes de besoins	Consignes de réalisation et variables +/- (gestion hétérogénéité)	Critères de réussite
Roue sur plinth en mousse	Se renverser en appui manuel latéralement Effectuer une roue	-rectangle en mousse ou banc pour le départ - rectangle mousse pour pause des mains - petit tapis vert pour la réception	- départ fente sur rectangle mousse - pause des mains en vis à vis, regard dessus - franchir l'élément en roue par lancer-pousser jambes - <u>variable</u> : arrivée fente une jambe après l'autre ou 2 pieds simultanés=rondade	- les appuis pieds et mains sont alignés= dans l'axe - bras et jambes sont tendus en renversement vertical - retour fente debout sur gros tapis et équilibré

Bilan et perspectives :

Groupe (NOMS) :

SITUATION D'APPRENTISSAGE PAR LE NUMERIQUE

Thème : Accéder à la verticale renversée

Objectif : Aligner train supérieur, solide sur bras puis rouler

CP ...3... et APSA support : Gymnastique sportive

Acquisitions attendues : « Passer d'un corps relâché à un corps gainé, aligné »

Compétence attendue : niveau 1

CMS visée(s) : Dans le respect des règles de sécurité réaliser un élément gymnique simple et maîtrisé dans la famille SE RENVERSER, aider un camarade, apprécier à l'aide de critères et consignes.

Connaissances : vocabulaire spécifique ATR, gainage, roue, placement du dos. Construire des repères pour réussir les actions. (équilibre manuel, rôle tête)

Capacités : transférer le poids du corps sur les mains. Dissocier élan/fixation jbes

Attitudes : Avoir confiance, maîtriser émotions, accepter de l'aide, agir avec conscience et efficacité. Comprendre relations de cause à effet.

Liens socle commun : C1 vocabulaire spécifique C2 connaissances sur le corps et ses possibilités C6 sécurité, rôles différents (gym,aide,observateur) C7 autonomie en atelier, assumer regard autres

Moyen numérique :

Matériel utilisé :

Système d'exploitation :

Logiciel(s) / application(s) :

Plus-value apportée :

Commentaires :
.....

SA Numérique Marcel Lemire, Brigitte Proch

Descriptif	But	Aménagement matériel, groupes de besoins	Consignes de réalisation et variables +/- (gestion hétérogénéité)	Critères de réussite
Placement du dos roulade avant	Départ corps sur bloc , dos plat et droit à la verticale perpendiculaire aux jambes Enrouler le corps vers l'avant à l'aide de l'appui manuel	-Tremplin - Dima forme trapèze+ 1 étage - Gros tapis bleu en réception	Monter grouper . Se mettre en placement du dos mains au sol et jambes sur plinth mousse Angle droit entre buste et jambes Quitter en roulade avant <u>Variables :</u> - monter ATR avant de rouler - avec parade	- alignement mains/ épaules /dos /bassin à la verticale - bras tendus+jambes tendues en placement dos - passage d'un regard au sol tête sortie à un enroulement tête puis corps - contrôle de la roulade appui manuel « grandi » puis « fléchi »

Bilan et perspectives :

Groupe (NOMS) :

SITUATION D'APPRENTISSAGE PAR LE NUMERIQUE

SA Numérique Marcel Lemire, Brigitte Proch

Groupe (NOMS) :

SITUATION D'APPRENTISSAGE PAR LE NUMERIQUE

SA Numérique Marcel Lemire, Brigitte Proch

Groupe (NOMS) :