

Niveau 2

Un exemple de fiche ressource niveau 2 (Projet EPS - collège Paul KAPEL)...

<p>Compétence Attendue : Concevoir et présenter un enchaînement maîtriser d'au moins 5 figures acrobatiques statiques et dynamiques, montées et démontées de façon active et sécurisée, où le voltigeur sera au moins une fois en situation de verticale renversée. Juger les prestations à partir d'un code construit en commun</p>		
<p><u>Connaissances</u></p> <p><u>Règlementaires</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Principes et procédures chorégraphiques (espace, rythme, effets, énergie) - Utilisation éventuelle monde sonore, - Paramètres de mise en valeur de la prestation - Principes de complexification des pyramides - Classification des figures <p><u>Techniques</u></p> <p>Lois mécaniques de l'équilibre dynamique</p> <p><u>Sur soi</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Ses limites dans les rôles - Se repérer dans l'espace dans des situations inhabituelles de renversement <p><u>Sécuritaires</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Risques liés aux figures - Importance de l'échauffement 	<p><u>Capacités</u></p> <p>Donner du rythme à la chorégraphie Produire des effets, Préserver la continuité de l'action et s'ajuster en permanence / aux partenaires S'équilibrer et maintenir une posture sur une base élevée Réduire les surfaces de contact Maintenir le gainage dans une figure dynamique et aérienne Combiner des éléments permettant au porteur d'amener le voltigeur en situation verticale renversée Maîtriser l'ATR Utiliser les règles biomécaniques : faire prévaloir la tonicité, la souplesse, le placement précis et efficace Monter et démonter les pyramides de façon originale et dynamique Etre placé, dynamique, anticiper montage et démontage</p> <p><u>Aide</u></p> <p>Cibler à l'avance ses points d'intervention sur le voltigeur et éventuellement sur le porteur Accompagner le voltigeur sans le lâcher jusqu'à son point d'arrêt d'équilibre, de réception</p>	<p><u>Attitudes</u></p> <p><u>Groupe</u></p> <p>Mettre en forme, structurer une chorégraphie éventuellement en musique destinée à être appréciée Choisir un thème précis ou donner une expression à l'enchaînement</p> <p>Se réguler et s'adapter en fonction de ses propres ressources et de celles de ses partenaires Ne jamais augmenter la difficulté au détriment de la réalisation et de la sécurité (calcul du risque)</p> <p>Coopération maximum avec l'autre (confiance, conseil, correction, aide etc.)</p> <p>Etre concentré, impliqué</p> <p><u>Elève</u></p> <p>Faire preuve de persévérance Participer à l'analyse de la production Accepter les propositions des autres</p> <p><u>Environnement</u></p> <p>Respect des consignes de sécurité Organiser son espace sécurisé</p>
<p>Juges et observateurs</p> <ul style="list-style-type: none"> - Critères d'évaluation 	<p>Juges et observateurs</p> <p>Evaluer une prestation en référence à des critères techniques, artistiques et sécuritaires définis préalablement Visualiser la prestation sur la fiche d'observation Valider et faire un retour sur une prestation</p>	<p>Juges et observateurs</p> <p>Respect des critères et consignes Etre impartial Emploie des termes simples pour dire ce qu'il a vu Attentif et concentré</p>
<p>Lien avec le socle</p> <p>C1 : Maîtrise de la langue française C3 : Maîtrise connaissance sur le corps humain... C4 : Maîtrise des techniques usuelles de l'information et de la communication C6 : Exercice de la citoyenneté C7 : construction d'un élève autonome</p>	<p>Compétences méthodologiques et sociales</p> <p>Agir dans le respect de soi..... Organiser et assumer des rôles sociaux..... Se mettre en projet..... Se connaître, se préparer, se préserver</p>	<p>Compétence propres à l'EPS</p> <p>Conduire et maîtriser un affrontement individuel ou collectif.....</p>

Leçon 2...

Classe :3F	ACROSPORT	Leçon ...2	Gymnase Collège Paul Kapel (40x20)	Matériel
Thème – Objet d'étude	Montage et démontage : trouver une solution pour monter et démonter les figures en sécurité.			½ gymnase
Objectifs de la leçon	-Renforcement des acquis -S'approprier le montage/démontage en toute sécurité -S'investir dans les différents rôles et reconnaître l'importance du joker			40 tapis sareneige 3 Plinths

Gros tapis

	Compétences attendues	But de la situation	Dispositif	Consignes de réalisation	Critères de réussite	Variables-remédiation
SITUATION 1	<p>S'approprier les principes fondamentaux de l'échauffement :</p> <p>1) Général</p> <p>2) spécifique</p>	<p>Se préparer physiquement</p> <p>+ préparation à l'activité</p>	<p>1)-Echauffement général dirigé : tous les élèves trottent autour du praticable installé préalablement :</p> <ul style="list-style-type: none"> -deux tours puis élévation de genoux sur la largeur puis talons fesses -sur le praticable : Echauffement articulaire et musculaire de la tête aux pieds <p>2)-introduction d'une progression renversement</p> <ul style="list-style-type: none"> le trépied : par deux avec un pareur  <ul style="list-style-type: none"> L'ATR : <ul style="list-style-type: none"> -par deux toujours se déplacer d'un bout à l'autre des tapis en faisant « la brouette » puis la brouette en angle droit - puis se mettre par groupe de 4 ou 5 et passer aux différents ateliers (cf fiches) 	<ul style="list-style-type: none"> placement en triangle front/nez et mains (ouvertes près des genoux) Amener le bassin dans le prolongement du dos, poser les genoux sur les bras, puis monter les jambes groupées puis tendues avec aide <p>Apprendre la réchappe (fléchir les bras, rentrer la tête et rouler)</p> <ul style="list-style-type: none"> L'ATR <p>Se déplacer en essayant de garder la position angle droit, dos droit bras tendus</p> <p>-Différents ateliers : respecter les principes de réalisation notés sur les fiches ateliers</p>	<ul style="list-style-type: none"> -alignement des différentes parties du corps -Tonicité/gainage (être stabilisé) -montée sans à-coup -le pareur est concentré <p>Respecter l'angle et l'alignement segmentaire</p> <p>-respecter les principes de réussite notés sur les fiches</p>	<p><u>En fonction du niveau des élèves :</u></p> <p>Aide avec le mur</p> <p>Trépied, monter jambes tendues</p> <p>Trépied, monter jambes tendues et écart</p>

SITUATION 2	Amélioration montage, démontage d'une figure	<p>Montage/démontage de figures de façon dynamique, en continuité, en toute sécurité et en respectant la tenue des 3 » S'investir dans les trois rôles Montrer le rôle important du joker (Aide)</p>	<p>Par groupe de 4 ou 5 en fonction du nombre de présents Un exemple de montage démontage (figure25 en TRIO) est montré: projection powerpoint de la figure montée et démontée avec critères de réussite Puis réalisation par les groupes</p>	<p>-montage (continuité, pas d'hésitation, pas d'à-coup) -Tenue (Stabilisée) 3s -Démontage : dans le sens inverse de la montée</p>	<p>Respecter les principes de réalisation dans leur ensemble</p>	
	Choisir collectivement un enchaînement	<p>Apprendre, réaliser et enchaîner devant les autres groupes quatre figures choisies collectivement</p>	<p>-Toujours par groupes : Choisir un enchaînement sur les trois proposés, s'entraîner pour réaliser les figures en TRIO en respectant les consignes de réalisation, pour le présenter aux autres (fiche enchaînements, fiche évaluation et utilisation vidéo différé et enregistrement) Les trois fiches sont mises à disposition de chaque groupe</p>	<p>Monter et démonter quatre figures au choix en toute sécurité et en respectant la tenue de 3 »</p>	<p>- -respecter la sécurité pour les zones d'appui, le montage et le démontage - la figure est tenue trois secondes -organisation dans l'espace (réalisation de face ou de profil en fonction du jury)</p>	

ATELIER 1: SE RENVERSER : S'EMPILER DES MAINS AU BASSIN

Départ à
4 pattes
au sol

Reculer
en
montant
l'espalier

Avoir 2 personnes
en parade (pince
sous l'épaule +
une main au
niveau du bassin)

Se positionner
aligné à la verticale
depuis les mains
jusqu'au bassin



Pour réussir je dois ...

- Avoir mes mains à plat, écartées de la largeur des épaules, doigts vers l'avant.
- Regarder entre mes mains
- Serrer mes abdominaux.
- Pousser sur mes mains pour me grandir.



Sécurité



- **2 PERSONNES EN PARADE OBLIGATOIRES** = 1 main en pince sous l'épaule, l'autre dans le creux du dos.
- Ne pas gêner.

J'AI RÉUSSI
SI

- * JE SUIS ALIGNÉ DES MAINS AU BASSIN.
- * JE SUIS À LA VERTICALE DES MAINS AU BASSIN.
- * JE RESTE 5 SECONDES DANS CETTE POSITION.

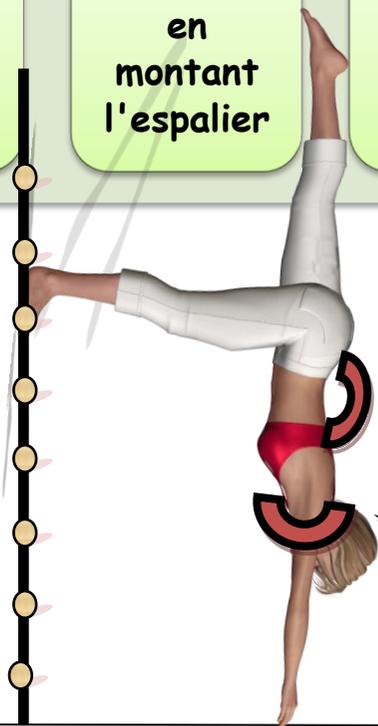
ATELIER 2: SE RENVERSER : S'EMPILER DES MAINS AU PIED

Départ à
4 pattes
au sol

Reculer
en
montant
l'espalier

Avoir 2 parades
en pince sous
l'épaule + une
main au niveau du
bassin

Se positionner
aligné et à la
verticale depuis les
mains jusqu'au pied



Pour réussir je dois ...

- Avoir mes mains à plat, écartées de la largeur des épaules, doigts vers l'avant.
- Regarder entre mes mains.
- Serrer mes abdominaux.
- Pousser sur mes mains pour me grandir.



Sécurité



- **2 PERSONNES EN PARADE OBLIGATOIRES** = 1 main en pince sous l'épaule, l'autre dans le creux du dos.
- Ne pas gêner.

J'AI RÉUSSI
SI

- * JE SUIS ALIGNÉ DES MAINS AU PIED.
- * JE SUIS À LA VERTICALE DES MAINS AU PIED.
- * JE RESTE 5 SECONDES DANS CETTE POSITION.

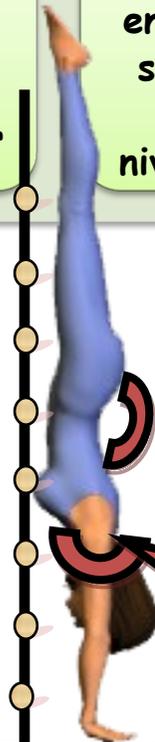
ATELIER 3: SE RENVERSER : S'EMPLER CONTRE L'ESPALIER

Départ à
4 pattes
au sol

Reculer
en
montant
l'espalier

Avoir 2 personnes
en parade (pince
sous l'épaule +
une main au
niveau du bassin)

Se positionner
aligné des mains
aux pieds



Pour réussir je dois ...

- Avoir mes mains à plat, écartées de la largeur des épaules, doigts vers l'avant.
- Regarder entre mes mains.
- Serrer mes abdominaux.
- Pousser sur mes mains pour me grandir.



Sécurité



- **2 PERSONNES EN PARADE OBLIGATOIRES** = 1 main en pince sous l'épaule, l'autre dans le creux du dos.
- Ne pas gêner.

J'AI RÉUSSI
SI

- * JE SUIS ALIGNÉ DES MAINS AUX PIEDS.
- * JE SUIS À LA VERTICALE DES MAINS AUX PIEDS.
- * JE RESTE 3 SECONDES DANS CETTE POSITION.

ATELIER 4: SE RENVERSER : POUSSER POUR MONTER EN ATR

Départ
debout les
mains dans le
dos

Avancer les
mains par en bas
pour les poser au
delà de
l'obstacle

Pousser
avec la
jambe au
sol

Tirer la jambe
libre vers le
haut et l'arrière
pour monter
aligné

Pour réussir je dois ...

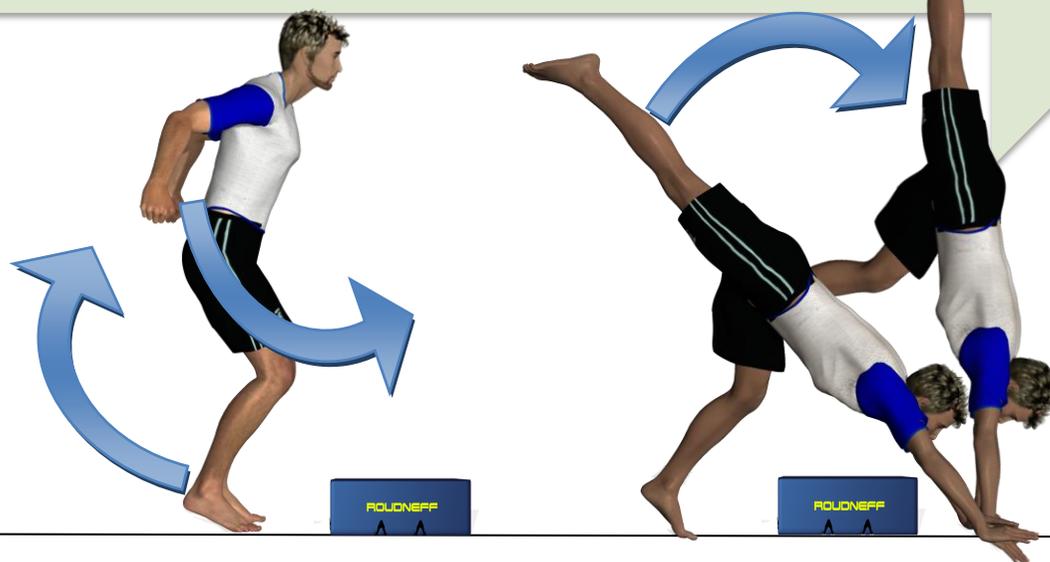
- Amener mes mains de l'arrière vers l'avant.
- Avoir mes mains à plat, écartées de la largeur des épaules, doigts vers l'avant.
- Regarder entre mes mains.
- Pousser au sol avec ma jambe d'impulsion.
- Tirer ma jambe libre en l'air et en arrière.
- Serrer mes abdominaux.
- Pousser sur mes mains pour me grandir.



Sécurité



- **Ne pas dépasser la verticale.**
- Doser progressivement l'impulsion.
- Rester bien aligné.
- Ne pas déranger celui qui réalise.



J'AI RÉUSSI
SI

* JE SUIS ALIGNÉ DES MAINS AUX
PIEDS.

* JE MONTE PRESQUE À LA
VERTICALE.

* JE REDESCENDS SUR MES PIEDS.

ATELIER : SE RENVERSER : MONTER À L'ATR CONTRE LE MUR

Départ
debout les
mains dans
le dos =
fente avant

Avancer les
mains par en
bas pour les
poser derrière
le repère.

Monter à
l'ATR en
m'appuyant
contre le
mur.

Décoller du mur
pour essayer
de tenir l'ATR
3 secondes.

Revenir en
fente
avant.



Pour réussir je dois ...

- Amener mes mains de l'arrière vers l'avant.
- Regarder entre mes mains.
- Pousser avec ma jambe d'impulsion pour monter à la verticale.
- Tirer ma jambe libre en l'air et en arrière.
- Serrer mes abdominaux tout le long de l'exercice.
- Pousser sur mes mains pour me grandir.
- Sentir si je suis proche de la verticale.

J'AI RÉUSSI
SI

✱ JE SUIS ALIGNÉ DES MAINS AUX
PIEDS.

✱ JE TIENS 3 SECONDES L'ATR SANS
AIDE.

Sécurité

- Ne pas fléchir les bras.
- Revenir en fente si je ne pense pas tenir 3 sec.
- Rester bien tonique.
- **Ne pas déranger celui qui réalise.**

ATELIER 6: ATR avec parade

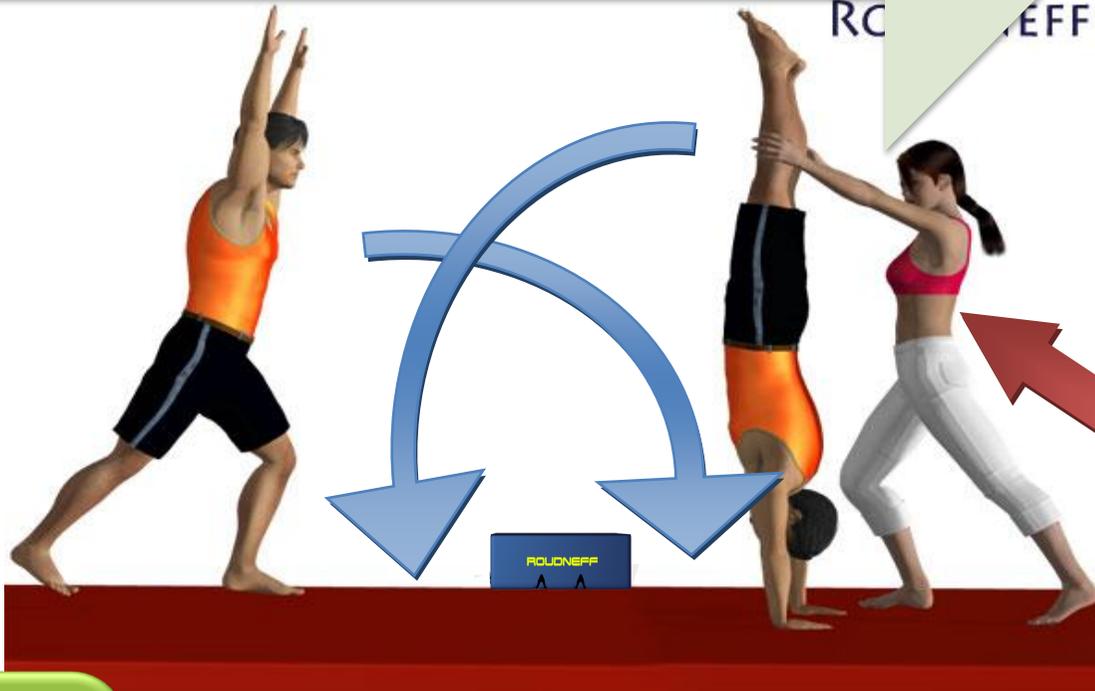
Départ
debout en
fente
avant

Avancer les
pieds pour les poser
derrière le
repère.

Monter à
l'ATR

La parade
empêche de
tomber en
arrière.

Puis revenir
en fente
avant.



J'ai réussi
si

- Je suis aligné des mains aux pieds.
- Je tiens 3 secondes l'ATR.
- Je reviens stable en fente avant.

Pour réussir je dois ...

- Amener mes mains vers l'avant.
- Regarder entre mes mains.
- Pousser avec ma jambe d'impulsion pour monter à la verticale.
- Tirer ma jambe libre en l'air et en arrière.
- Serrer mes abdominaux tout le long de l'exercice.
- Pousser sur mes mains pour me grandir.
- Sentir si je suis proche de la verticale.

Sécurité

- Ne pas fléchir les bras.
- Rester bien tonique.
- **ATTENTION** : la parade se met face au gymnaste en appuis et ne monte pas les jambes du gymnaste.
- La parade ne bloque pas les jambes du gymnaste.
- Ne pas déranger celui qui réalise.

ATELIER 7: ATR roulade avec parade

Départ
debout en
fente avant

Avancer les
pour les poser
derrière le
repère.

Monter à
l'ATR

La parade
empêche de
tomber.

Puis
rentre la
tête pour
faire une
roulade
arrière.



J'ai réussi
si

- Je suis aligné des mains aux pieds.
- Je tiens 3 secondes l'ATR.
- Je roule droit et je me relève sur les pieds.

Pour réussir je dois ...

- Amener mes mains vers l'avant.
- Regarder entre mes mains.
- Pousser avec ma jambe d'impulsion pour monter à la verticale.
- Tirer ma jambe libre en l'air et en arrière.
- Serrer mes abdominaux tout le long de l'exercice.
- Pousser sur mes mains pour me grandir.
- Sentir si je suis proche de la verticale.
- Rentrer et poser le derrière de la tête pour tourner en arrière.

Sécurité

- Ne pas fléchir les bras.
- Rester bien tonique.
- **ATTENTION** : la parade se mets face au gymnaste, ne monte pas les jambes du gymnaste.
- La parade ne bloque pas les jambes du gymnaste.
- Ne pas déranger celui qui réalise.

Evaluation Formative...

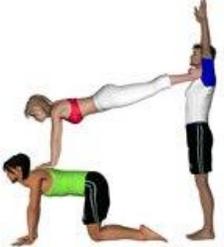
NOM : Prénom : / NOM : Prénom :

NOM : Prénom : / NOM : Prénom :

Enchaînement n° 1 : (sur 6 points)

Posture 1	Posture 2	Posture 3	Posture 4
			
1pt	2pts	1pt	2pts

Enchaînement n° 2 : (sur 8 points)

Posture 1	Posture 2	Posture 3	Posture 4
			
2 pts	2 pts	2 pts	2 pts

Enchaînement n° 3 : (sur 10 points)

Posture 1	Posture 2	Posture 3	Posture 4
			
1pt	3pts	4pt	2pts

EVALUATION FORMATIVE Séance 1
ENCHAÎNEMENT N°1

FIGURES

TENUE 3" / 1

MONTAGE / 1

DEMONTAGE / 0,5
SENS INVERSE CONSTRUCTION

Chaque figure est notée selon sa valeur. La tenue 3", le montage et le démontage doivent être correctement réalisés (sinon retrait de points)

	OUI	NON	BRUSQUE	DISCONTINUE	HESITATION	ACOUPI	OUI	NON
 1pt	<input type="checkbox"/>							
 2pts	<input type="checkbox"/>							
 1pt	<input type="checkbox"/>							
 2 pts	<input type="checkbox"/>							

NOTE / 10

EVALUATION FORMATIVE Séance 1
ENCHAÎNEMENT N°2

FIGURES

TENUE 3" / 1

MONTAGE / 1

DEMONTAGE / 0,5
SENS INVERSE CONSTRUCTION

 2 pts	OUI	NON	BRUSQUE	DISCONTINUITE	HESITATION	ACOUP	OUI	NON
	<input type="checkbox"/>							
 2 pts	OUI	NON	BRUSQUE	DISCONTINUITE	HESITATION	ACOUP	OUI	NON
	<input type="checkbox"/>							
 2 pts	OUI	NON	BRUSQUE	DISCONTINUITE	HESITATION	ACOUP	OUI	NON
	<input type="checkbox"/>							
 2 pts	OUI	NON	BRUSQUE	DISCONTINUITE	HESITATION	ACOUP	OUI	NON
	<input type="checkbox"/>							

Chaque figure est notée selon sa valeur. La tenue 3", le montage et le démontage doivent être correctement réalisés (sinon retrait de points)

NOTE / 10

EVALUATION FORMATIVE Séance 1
ENCHAÎNEMENT N°3

FIGURES

TENUE 3" / 1

MONTAGE / 1

DEMONTAGE / 0,5
SENS INVERSE CONSTRUCTION

Chaque figure est notée selon sa valeur. La tenue 3", le montage et le démontage doivent être correctement réalisés (sinon retrait de points)

	OUI	NON	BRUSQUE	DISCONTINUE	HESITATION	ACOUPI	OUI	NON
 <p>1 pt</p>	<input type="checkbox"/>							
 <p>3 pts</p>	<input type="checkbox"/>							
 <p>4 pts</p>	<input type="checkbox"/>							
 <p>2 pts</p>	<input type="checkbox"/>							

NOTE / 10

Protocole évaluation Niveau 2...

Compétence attendue N1 : Concevoir et présenter un enchaînement maîtrisé d'au moins cinq figures acrobatiques statiques et dynamiques, montées et démontées de façon active et sécurisée, ou le voltigeur sera au moins une fois en situation de verticale renversée.

Juger les prestations à partir d'un code construit en commun.

Situation de référence :

- Présenter un enchaînement collectif de cinq pyramides minimum, montées et démontées de façon dynamique et sécurisée, ou le voltigeur sera au moins une fois en position renversée
- Projet d'enchaînement présenté sur une fiche
- L'enchaînement comprendra au moins une figure dynamique, un début et une fin marqués, des éléments de liaison pour passer d'une pyramide à une autre et l'utilisation de l'espace scénique.
- Deux passages devant les juges si nécessaire.

1- Les capacités :

La Performance / 5 points

Elle est collective et évalue les différentes pyramides réalisées/ au code de référence (facile en vert, difficulté raisonnable en bleu, difficile en rouge, très difficile en noir)

Il faut calculer la valeur en points de toutes les figures (la valeur maximum n'excède pas 5 points) puis diviser le résultat obtenu par le nombre total de postures. Si plus de quatre figures dans l'enchaînement, les pyramides supplémentaires sont prises en compte.

Un point de bonus sera attribué pour la figure dynamique

La Maîtrise d'exécution / 9points

- Collective
 - Les figures (Montage-démontage, tenue ; stabilité)
 - L'enchaînement (début, fin, éléments de liaison)
- Individuelle/ à la précision des appuis, la qualité des postures et différents rôles assurés dont voltigeur en position renversée..

2 Connaissances et Attitudes : / 6 points

- Rôle du juge / 2 points
- Investissement dans le groupe / 2 points
- Sécurité / 2 points

Evaluation Niveau 2...

CAPACITES	EXECUTION / 9 pts	Critères	De 0 à 1 point	De 1 à 2 points	De 2 à 3 points
		Collective : Figures/montage-démontage/ tenue /stabilité des figures	précipité, peu d'équilibre Tenue < 3s lent et étriqué	Mouvements précis, conduits et contrôlés Tenue figure 3 s Energie mais manque d'amplitude	Montage/ démontage rythmés, sans hésitation Tenue 3s Amplitude, rythme et envol
		Individuelle : Précision des appuis/ qualité de posture / Assurer différents rôles	Manque de tonicité, déséquilibre, appuis peu précis N'assure pas un des rôles	Appuis précis alignements segmentaires respectés Fautes souvent liées au manque d'amplitude ou de synchro	Tonicité et précision gestuelles -Assure la position du voltigeur en position renversée Participe à tous les rôles
	/ à l'enchaînement : Fluidité des liaisons Utilisation de l'espace	Temps mort entre les figures Enchaînement au centre de l'espace uniquement	Liaisons présentes mais manque d'amplitude et de fluidité Une partie seulement de l'espace est exploité	Fluidité et originalité Tout l'espace scénique est utilisé	
	PERF / 5 pts	Critères	1 à 2 points	2 à 4 points	4 à 5 points
	Evaluer les figures réalisées /au code de référence C7 item6	Code Vert et Bleu Au moins 5 figures mais pas de figures dynamiques	Code Bleu et rouge 5 figures appartenant à 3types de formation dont la réalisation d'une figure dynamique (bonus de 1 pt)	Code noir 5 figures appartenant à 3 types de formation dont la réalisation d'une figure dynamique (Bonus de 1 pt)	
CONNAISSANCES - ATTITUDES	/ 6 pts	Critères	0 à 0,5	1 point	2 points
		Rôle du juge (feuille jointe) C7 item 11	Désintéressement de son rôle, manque de sérieux	Reconnait la valeur d'une pyramide et la qualité d'exécution Tient correctement la fiche d'observation	Tient correctement la fiche et est capable d'argumenter ses appréciations
		Investissement dans le groupe C7 item 9	Peu investi au sein du groupe Manque de concentration	Investi	Elève acteur et meneur, toujours prêt à intervenir positivement dans le groupe
		Sécurité C6 item9	Ne respecte pas toujours les règles de sécurité	N'enfreint pas les règles de sécurité	Fait très attention, est à l'écoute des autres

Fiche Juge Evaluation Niveau 2...



Groupe Observateur :

Groupe observé :

Mettre une croix dans la case correspondant à votre réponse

Ce que l'on doit faire et mettre dans l'enchaînement					
PERFORMANCE	Au moins 5 figures acrobatiques + une figure dynamique	Oui	une figure dynamique		Non
		Bonus	1pt		0pt
EXECUTION	Montage/ démontage rythmé, dynamique et sécurisé. Tenue 3s	Oui	3pts	Hésitant	2pts
				non	1pt
	Tonicité postures	Oui	1pt		Non
				Non	0pt
EXECUTION / ENCHAÎNEMENT	Fluidité des éléments de liaisons	Oui	1pt		Non
					0pt
	Originalité des éléments de liaison	Oui	1pt		Non
					0pt
	Occupation de tout l'espace	Oui	1pt		Non
					0pt