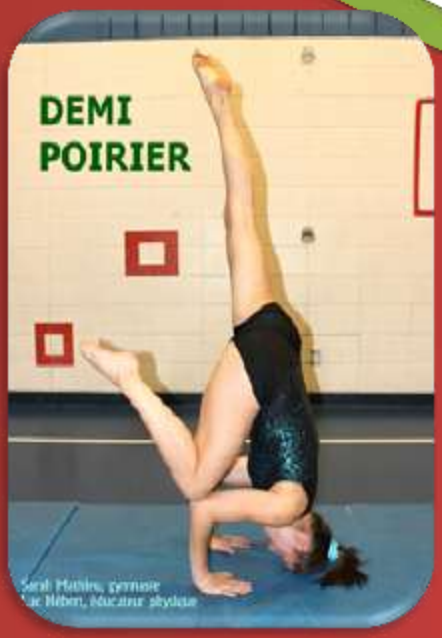
Enchainement gymnique

2e et 3e cycle du primaire



Commission scolaire des Affluents

SITUATION D'APPRENTISSAGE ET D'ÉVALUATION AU PRIMAIRE

PRODUCTION DU SERVICE DES RESSOURCES ÉDUCATIVES

Luc Hébert
Éducation physique et à la santé
En collaboration avec Maxime Brosseau
Conseiller pédagogique EPS

6 juin 2014

Titre	Nombre de périodes
# Enchainement gymnique	7 périodes de 54 minutes

Intention pédagogique	Cette situation amènera les élèves à planifier et exécuter un enchainement gymnique selon ses capacités et en intégrant les actions de locomotion et de non-locomotion. L'élève devra également effectuer un retour réflexif sur sa prestation.

Domaine général de formation	**Santé et bien-être**
	AXE DE DÉVELOPPEMENT : **Mode de vie actif et comportement sécuritaire**

Compétence transversale	**Se donner des méthodes de travail efficaces**

Compétence disciplinaire	Agir dans divers contextes de pratique d'activités physiques

Ressources (savoirs essentiels) à mobiliser par l'élève du 1er cycle	**Maitrise des connaissances liées à l'*AGIR* dans divers contextes de pratique d'activités physiques :** **Connaissances :** **<u>Les principes d'équilibration</u> :** • Trouver quelques façons de rester en équilibre (nombre d'appuis, position des appuis, surface de contact, etc.) **<u>Les principes de coordination</u> :** • Expliquer quelques façons de coordonner ses mouvements (dissociation, liaison, continuité, etc.) **Savoir-faire moteur :** **<u>Les actions de locomotion</u> :** • Les déplacements avec ou sans obstacle • Les sauts avec course d'élan **<u>Les actions de non-locomotion</u> :** • Les postures en équilibre au sol et sur des appareils •

Évaluation							
Type(s) d'instrument(s) de mesure				**Personne(s) impliqué(e)s**			
Questionnement		Grille d'appréciation		Enseignant-groupe		Élève(s) – Élève(s)	
Grille d'observation	x	Autre(s)	x	Enseignant-élève(s)	x	Élève seul	x

Critères d'évaluation	Éléments observables	Critère de réussite
Cohérence de la planification	<u>Sélection :</u> d'actions motrices et d'enchainements en fonction des capacités	L'élève planifie un enchainement gymnique selon les contraintes établies pour chaque niveau. L'élève devra également planifier des actions de liaison.
Efficacité de l'exécution	<u>Exécution et ajustement</u> : - d'actions motrices et d'enchainements <u>Application et ajustement</u> : - de plans d'action - d'application de règles de sécurité	L'élève exécute son enchainement tel que planifié et selon les éléments techniques et les contraintes établies. L'élève applique et ajuste son plan selon ses capacités. L'élève applique les règles de sécurité en tout temps.
Pertinence du retour réflexif	- Évaluation de la démarche, du plan d'action et des résultats - Identification de pistes de solution à des fins d'ajustements*	L'élève identifie des solutions et ajuste ses actions à la suite du visionnement de sa prestation pour des fins de régulation. L'élève évalue sa prestation et identifie ses réussites et ses difficultés.

* *Cet élément doit faire l'objet d'une rétroaction à l'élève, mais ne doit pas être considéré dans les résultats communiqués à l'intérieur des bulletins.*

Une brève description de la production attendue et des contraintes associées

Cette situation évolutive et proposée pour les élèves de 2e et de 3e cycle amènera les élèves à planifier et exécuter un enchainement gymnique selon leurs capacités et en intégrant les actions de locomotion et de non-locomotion. Les élèves auront un total de sept périodes afin d'explorer les ressources externes mises à leur disposition telles que des illustrations et des vidéos démonstrations afin de composer une routine. Cette routine devra respecter les contraintes établies pour chaque niveau. Les élèves devront respecter le nombre d'actions minimalement établies parmi les actions proposées de la banque de postures « A » et un choix à l'intérieur de la banque de postures « B ». La routine devra se réaliser à l'intérieur du temps prescrit et respecter l'espace à franchir. Lors de l'élaboration de leur routine, les élèves devront se filmer à des fins de régulation et identifier les ajustements nécessaires pour leur prestation finale. Finalement, à la suite de cette prestation finale, les élèves devront effectuer un retour réflexif sur la démarche en notant leurs réussites et leurs difficultés.

Résumé de la situation d'apprentissage

PHASES DE LA SITUATION	
Préparation	
Activité 1 Activation des connaissances	• Présentation du moyen d'action • Questionnement • Présentation d'une vidéo en guise d'élément déclencheur
Activité 2 Explication production attendue	• Présentation et explication de la production attendue • Présentation des exigences et des contraintes de la tâche
Activité 3 Préparation du cahier	• Présentation des ressources externes mises à la disposition de l'élève • Exploration des actions et postures pour la création de la routine
Activité 4 Exploration des actions	• Exploration et autoévaluation des actions et postures pour la création de la routine • Ajouter la notion d'enchainement de deux éléments
Réalisation	
Activité 5 Élaboration de la routine	• Rappel des contraintes • Élaboration de la routine
Activité 6 Élaboration de la routine	• Poursuite de l'élaboration de la routine • Régulation à l'aide de la capture vidéo
Activité 7 Répétition de la routine et début des évaluations	• Poursuite de l'élaboration de la routine • Régulation à l'aide de la capture vidéo • Début des évaluations pour prestation finale
Activité 8 Prestation finale	**PRESTATION**
Intégration	
Activité 9 Autoévaluation de sa prestation	• Autoévaluation de sa prestation • Retour sur la démarche en grand groupe

LES ACTIVITÉS DE LA 1re ANNÉE DU 3e CYCLE

Action en classe

Préparation

Pour cette situation d'apprentissage et d'évaluation, afficher préalablement les banques d'illustrations des postures « A » et « B » au mur et disposer, en retrait, un téléviseur ou portable muni du DVD afin de visionner les vidéos de démonstration.

Activité 1	Présentation du moyen d'action et activation des connaissances antérieures	1er cours 10 minutes

Présentation et explication du moyen d'action :

*« Dans les prochains cours, vous devrez créer et effectuer un **enchainement** gymnique. Cette routine devra être composée de postures et d'actions de locomotion afin de lier toutes vos actions. »*

« Peux-tu me nommer et me démontrer des actions en gymnastique telles que des postures et actions de locomotion qui serviront à lier ces postures ? »

Effectuer quelques démonstrations avec les élèves selon les réponses énoncées et rappeler le vocabulaire utilisé lors des années antérieures pour la réalisation de ses actions (par exemple : roulade, roue latérale, trépied, arabesque, etc.).

En guise d'élément déclencheur, présenter un exemple de routine inclus dans le DVD.

Activité 2	Présentation et explication de la production attendue et présentation des exigences et des contraintes de la tâche	1er cours 10 minutes

Cette routine devra respecter les contraintes minimales suivantes :

Progression en gymnastique de la 1re année du 2e cycle jusqu'à la 2e année du 3e cycle

		3e année	4e année	5e année	6e année
Contrainte selon les niveaux	**Construction de la routine**	Routine imposée, mais avec plusieurs options possibles	Routine libre avec respect des contraintes	Routine libre avec respect des contraintes	Routine libre avec respect des contraintes
	Espace pour réalisation de la routine	Un tapis gymnique (aller-retour) (2 tapis au total)	Deux tapis gymniques (aller-retour) (4 tapis au total)	Trois tapis gymniques (aller-retour) (6 tapis au total)	Quatre tapis gymniques (aller-retour) (8 tapis au total)
	Temps max.	aucun	aucun	45 s	45 s
	Nombre d'actions minimal	5	8	10	13
	Posture de départ	no14 ou Arabesque	Au choix		
	Posture finale	no4			
	Critères de construction de la routine	Effectuer dans l'ordre : 1. Arabesque ou posture no14 2. Roulade avant ou roue latérale (au choix) 3. Cigogne 4. Roulade arrière 5. Posture no4	Effectuer trois actions différentes au minimum dont : 2 postures « A » 1 posture « B » Enchainer toutes ces actions	Effectuer trois actions différentes au minimum dont : 2 postures « A » 1 posture « B » Enchainer toutes ces actions	Effectuer trois actions différentes au minimum dont : 2 postures « A » 2 postures « B » Enchainer toutes ces actions

Vous serez évalué sur les critères de réussite suivants :

- Planifier une routine qui respecte les contraintes présentées
- Exécuter une routine telle que planifiée et selon les éléments techniques
- Choisir des actions selon tes capacités
- Appliquer les consignes de sécurité en tout temps
- Faire une autoévaluation de ta prestation en identifiant tes réussites et tes difficultés.

Lors de l'élaboration de ta routine, tu pourras te filmer à des fins d'autoévaluation et pour te permettre d'identifier les ajustements nécessaires pour ta prestation finale.

Activité 3	Présentation des ressources externes	1er cours 30 minutes

Présenter les ressources externes qui seront mises à la disposition de l'élève afin de concevoir la routine.

« Pour les deux prochains cours, tu devras expérimenter et maitriser le plus grand nombre possible d'actions et de postures qui te seront proposées. Plus ce nombre sera grand, plus la création de ta routine sera facile, car tu auras davantage de choix pour la création de ta routine. »

Présenter l'annexe 1 et expliquer aux élèves qu'ils doivent noter les mouvements des banques de postures « A » et « B » (actions et postures) qu'ils maitrisent sur leur feuille. Lors de cette période, l'élève doit continuer à explorer les actions et indiquer le niveau de maitrise de ses actions. Pour les élèves de 3e année, les actions à expérimenter selon limitées.

Pour ce faire, les élèves sont disposés en équipe de deux ou trois par tapis gymnique afin d'expérimenter les actions et postures proposées. Ils peuvent demander de l'aide à un partenaire pour effectuer une posture ou une action de manière sécuritaire.

Les élèves auront jusqu'à la fin de la période 1 pour explorer les actions.

Activité 4	Présentation et explication de la production attendue et présentation des exigences et des contraintes de la tâche	2e cours 54 minutes

Échauffement au choix de l'enseignant.

Retour sur le cours précédent et sur l'expérimentation des actions proposées. Effectuer des démonstrations des actions réalisées lors du dernier cours par les élèves.

Lors de cette période, l'élève doit continuer à explorer les actions et indiquer le niveau de maitrise de ses actions. Les ressources externes doivent être mises à sa disposition pour la création de sa routine

Par la suite, il est possible d'inclure la notion d'enchainement d'action par l'exécution de deux actions ou d'une action suivie d'une posture.

Poursuite du travail sur les postures et actions.

Réalisation

Activité 5	Élaboration de la routine	3e cours
		54 minutes

Effectuer un rappel des contraintes minimales pour l'élaboration de la routine :

- Utiliser les actions proposées sur la banque «A» et d'un choix de la banque «B» selon les niveaux.
- Se réaliser à l'intérieur du temps prescrit
- Respecter l'espace à franchir soit effectuer un aller-retour sur l'espace établi pour chaque niveau
- Être exécuter sans brisure et de matière continue. Donc, tu devras ajouter des actions de liaison aux postures que tu auras choisies.
- Respecter le nombre d'étapes contenues dans une routine de base
- Effectuer la posture de départ et de sortie

À l'aide de l'annexe 1, expliquer aux élèves qu'ils doivent, à partir de la liste des mouvements maitrisés (actions et postures), composer leur routine selon les contraintes établies.

Échauffement au choix de l'enseignant et travail sur la routine.

Activité 6	Poursuite de l'élaboration de la routine et régulation	4e et 5e cours 54 minutes

***** disposer le bon nombre de tapis gymniques pour l'exécution de la routine *****

Effectuer un retour à l'aide de l'annexe 1 complété par les élèves sur l'élaboration de la routine.

Préciser, à titre informatif, le nombre d'étapes contenues dans une routine de base. Les aviser que la routine doit se terminer par la posture no4 et que les pivots et sauts qui sont nécessaires pour faire les enchainements ne sont pas comptabilisés dans les étapes de la routine (donc un pivot fera passer la routine de 12 à 13 étapes).

Pour les élèves de 3e année, effectuer un rappel de l'ordre imposé lors de l'exécution de la routine.

Pour des fins de régulation, il est possible de disposer d'un espace de pratique afin de filmer et même, chronométrer leur prestation soit à l'aide d'une caméra vidéo, d'un portable muni d'une caméra, d'un iPad ou autre. Ainsi, les élèves pourront eux-mêmes effectuer des correctifs à la suite du visionnement de leur routine. De plus, l'enseignant vérifie si l'ensemble des contraintes sont respectées dans le plan de l'élève.

Expliquer la notion de souffleur et mentionner aux élèves que le souffleur est une aide et que s'il est utilisé le résultat en sera affecté, car la prestation sera exécutée avec aide. Mentionner aux élèves que « le souffleur est comme une roue de secours dans une voiture : chaque voiture en a une et personne ne veut s'en servir ».

Échauffement au choix de l'enseignant et suite de la construction de la routine.
Les élèves auront un autre cours pour finaliser la construction de la routine. Pour les élèves qui ont terminé, ces derniers seront évalués lors de la prochaine période.

Activité 7	Pratique de la routine et début des évaluations pour prestation finale	6e cours 54 minutes

Échauffement au choix de l'enseignant.

Dernier rappel des contraintes exigées pour la routine. Ceci est le dernier cours de pratique.

Pour les élèves qui ont terminé, ils débutent les évaluations à la fin de cette période à l'aide de la grille d'observation de l'enseignant en annexe 2 et le plan d'action de l'élève en annexe 1.

Activité 8	Prestation finale	7e cours 45 minutes

Les élèves pratiquent leur routine sur les tapis. Poursuite de l'évaluation.

Tous élèves devront remettre un plan de routine final et complet pour l'évaluation.

L'évaluation de la prestation se fera à l'aide de la grille d'observation de l'enseignant en annexe 2 et du plan d'action de l'élève en annexe 1. Chaque élève est évalué selon des éléments observables spécifiés. De plus, lors de la prestation finale, l'élève aura à sa disposition un souffleur de son choix (aide) en cas d'oubli. La routine est chronométrée donc l'élève doit terminer sa routine avant la sonnerie du chronomètre (Gralab). Si le chronomètre sonne, l'élève doit continuer sa routine. L'évaluation est filmée à l'aide une caméra vidéo ou autre.

Une fois la prestation réalisée, l'élève complète l'annexe 1 et la remet à l'enseignant.

Intégration

Activité 9	Autoévaluation de sa prestation	7e cours
		10 minutes

L'enseignant demande aux élèves de répondre aux questions de la fiche de l'élève (annexe 1).

Ensuite, l'enseignant questionne de façon verbale les élèves réunis en grand groupe sur leur prestation, la démarche, leurs forces, les difficultés rencontrées, etc.

Exemples de questions :

- Avez-vous bien réussi votre prestation selon les contraintes fixées au départ? Pourquoi?
- Quels sont les bons coups que vous avez faits?
- Quelles difficultés avez-vous rencontrées dans votre démarche de travail (choix des défis, exécution, évaluation)?

Retour réflexif sur l'enseignement

- Ce qui a bien fonctionné
- Des bonnes idées à retenir
- Ce qui n'a pas fonctionné
- Ce qu'il faut éviter
- Ce qui m'aurait été utile

Annexe 1

Nom de l'élève : _____ Groupe : _____

MON ENCHAINEMENT GYMNIQUE

3e année

1. J'expérimente les actions.

Posture « A »	J'expérimente +	±	-	Action	J'expérimente +	±	-	Action	J'expérimente +	±	-	Action	J'expérimente +	±	-
Arabesque				Roue latérale				Roulade avant ciseau				Roulade arrière jambe tendue			
Cigogne				Roue latérale sur une main				Roulade avant jambe tendue				Roulade arrière carpée			
no 14				Roulade avant groupée				Roulade avant jambes à l'écart				Roulade arrière jambes à l'écart			
no 16				Roulade avant avancée				Roulade avant carpée				Roulade arrière projetée			
				Roulade avant plongée				Roulade arrière groupée							

2. J'élabore ma routine.

Ordre de mes actions	Essai 1	Essai 2	Essai 3	Essai 4	*Évaluation*
1	○ Arabesque ou ○ Posture no14	○ Arabesque ou ○ Posture no14	○ Arabesque ou ○ Posture no14	○ Arabesque ou ○ Posture no14	○ Arabesque ou ○ Posture no14
2	Roulade avant ou roue au choix :	Roulade avant ou roue au choix :	Roulade avant ou roue au choix :	Roulade avant ou roue au choix :	Roulade avant ou roue au choix :
3	Cigogne	Cigogne	Cigogne	Cigogne	Cigogne
4	Roulade arrière au choix :	Roulade arrière au choix :	Roulade arrière au choix :	Roulade arrière au choix :	Roulade arrière au choix :
5	Posture no4	Posture no4	Posture no4	Posture no4	Posture no4
Durée					

ÉVALUATION DE MA PRESTATION ET MA DÉMARCHE

	Toujours	Presque toujours	Avec quelques difficultés	Avec beaucoup de difficultés
J'ai respecté mon plan lors de la réalisation de mon enchainement.				
Mon plan respecte les contraintes de l'enseignant.				
Mes choix d'actions correspondent à mon niveau d'habileté.				
J'ai respecté les consignes de sécurité.				
J'ai exécuté les actions en continuité (sans brisure, sans arrêt).				

Je nomme deux éléments que j'ai réussis :

1.

2.

Annexe 1

Nom de l'élève : _____ Groupe : _____

MON ENCHAINEMENT GYMNIQUE

4e, 5e et 6e année

1. J'expérimente les actions.

Posture « A »	J'expérimente +	±	-	Posture « B »	J'expérimente +	±	-	Action	J'expérimente +	±	-	Action	J'expérimente +	±	-
Arabesque				Chandelle				Roulade avant groupée				Roue latérale			
Cigogne				Trépied				Roulade avant avancée				Roue latérale sur une main			
no 14				½ poirier				Roulade avant plongée				Rondade			
no 16				Poirier				Roulade avant ciseau				Renversement arrière			
Pont				Squat				Roulade avant jambe tendue				Renversement avant			
Équilibre une main et un pied				Équilibre sur les mains (ATR)				Roulade avant jambes à l'écart				Tic Toc			
Équilibre extension				ATR écart				Roulade avant carpée				Slinky			
Chaise				Biche				Roulade arrière groupée				Slinky arrière			
Chaise carpée				Double biche				Roulade arrière jambe tendue				Roue latérale			
Chaise écart				Berçante				Roulade arrière carpée							
Scorpion				Quartier de Lune				Roulade arrière jambes à l'écart							
Y								Roulade arrière projetée							

LÉGENDE

Facilement : +

Quelques difficultés : ±

Beaucoup de difficultés : -

2. J'élabore ma routine.

	Essai 1	Essai 2	Essai 3	Essai 4	Finale
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
16					
17					
18					
19					
20					
Durée totale					

ÉVALUATION DE MA PRESTATION ET MA DÉMARCHE

	Toujours	Presque toujours	Avec quelques difficultés	Avec beaucoup de difficultés
J'ai respecté mon plan lors de la réalisation de mon enchainement.				
Mon plan respecte les contraintes de l'enseignant.				
Mes choix d'actions correspondent à mon niveau d'habileté.				
J'ai respecté les consignes de sécurité.				
J'ai exécuté les actions en continuité (sans brisure, sans arrêt).				

Je nomme deux éléments que j'ai réussis lors de mon enchaînement:

_____

_____

Grille d'observation de l'enseignant

Légende :

- ✓ applique l'élément
- X n'applique pas l'élément
- ○ avec de l'aide (souffleur)

		Critères d'évaluation de la compétence					Cote du bulletin
		Cohérence de la planification	**Efficacité de l'exécution**			**Pertinence du retour réflexif**	
		Éléments observables					
	Nom des élèves	Planifie un enchainement d'actions motrices selon ses capacités et les contraintes de l'activité	Exécute un enchainement d'actions motrices planifié (ordonnancement)	Exécute les actions motrices et les actions simultanées en continuité (sans brisure, sans arrêt)	Respecte les règles de sécurité	Évalue la démarche et ses résultats	
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							
11							
12							
13							
14							
15							
16							

Grille d'observation de l'enseignant

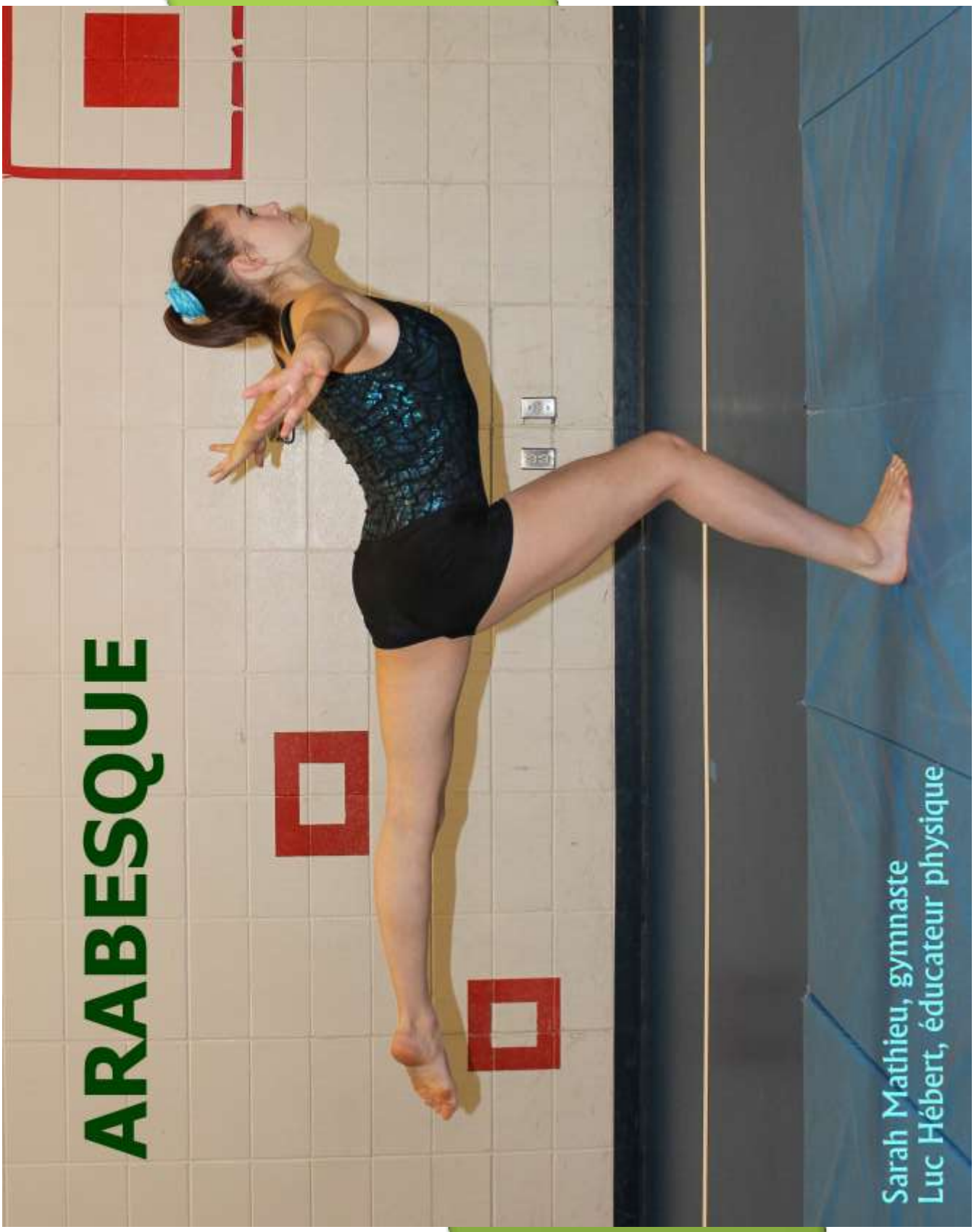
Légende :

- ✓ applique l'élément
- X n'applique pas l'élément
- ○ avec de l'aide (souffleur)

		Critères d'évaluation de la compétence					Cote du bulletin
		Cohérence de la planification	**Efficacité de l'exécution**			**Pertinence du retour réflexif**	
		Éléments observables					
	Nom des élèves	Planifie un enchainement d'actions motrices selon ses capacités et les contraintes de l'activité	Exécute un enchainement d'actions motrices planifié (ordonnancement)	Exécute les actions motrices et les actions simultanées en continuité (sans brisure, sans arrêt)	Respecte les règles de sécurité	Évalue la démarche et ses résultats	
17							
18							
19							
20							
21							
22							
23							
24							
25							
26							
27							
28							
29							
30							
31							
32							

POSTURES « A »

- Arabesque
- Cigogne
- no 14
- no 16
- Pont
- Équilibre sur une main et un pied
- Équilibre extension
- Chaise
- Chaise carpée
- Chaise écart
- Scorpion
- Y


ARABESQUE
Sarah Mathieu, gymnaste
Luc Hébert, éducateur physique

CIGOGNE
Sarah Mathieu, gymnaste
Luc Hébert, éducateur physique

POSTURE #14
Sarah Mathieu, gymnaste
Luc Hébert, éducateur physique

POSTURE #16
Sarah Mathieu, gymnaste
Luc Hébert, éducateur physique

PONT
Sarah Mathieu, gymnaste
Luc Hébert, éducateur physique

ÉQUILIBRE MAIN/PIED
Sarah Mathieu, gymnaste
Luc Hébert, éducateur physique

ÉQUILIBRE
EXTENSION
Sarah Mathieu, gymnaste
Luc Hébert, éducateur physique

CHAISE
Sarah Mathieu, gymnaste
Luc Hébert, éducateur physique

CHAISE CARPÉE
Sarah Mathieu, gymnaste
Luc Hébert, éducateur physique

CHAISE ÉCART
Sarah Mathieu, gymnaste
Luc Hébert, éducateur physique

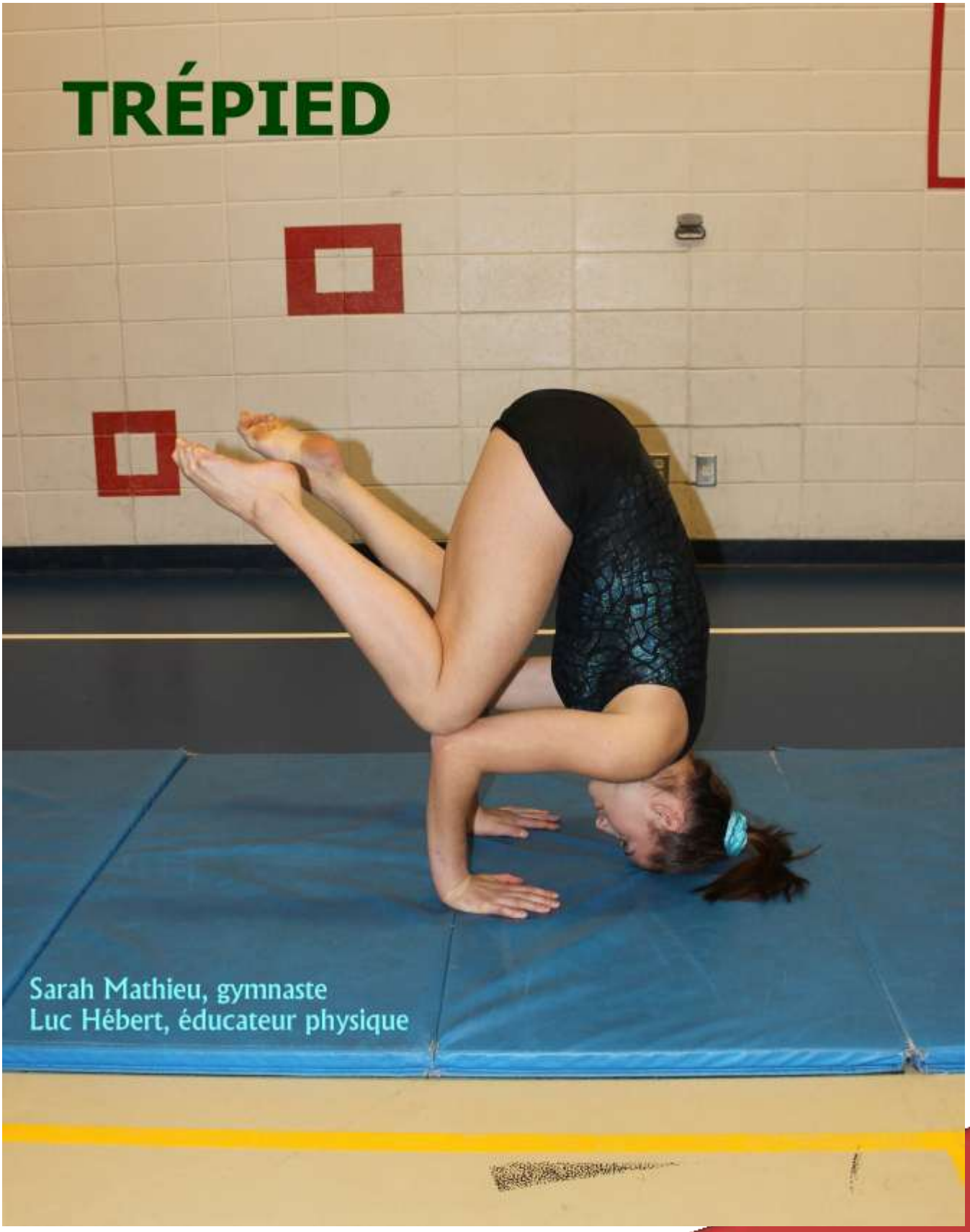
SCORPION
Sarah Mathieu, gymnaste
Luc Hébert, éducateur physique

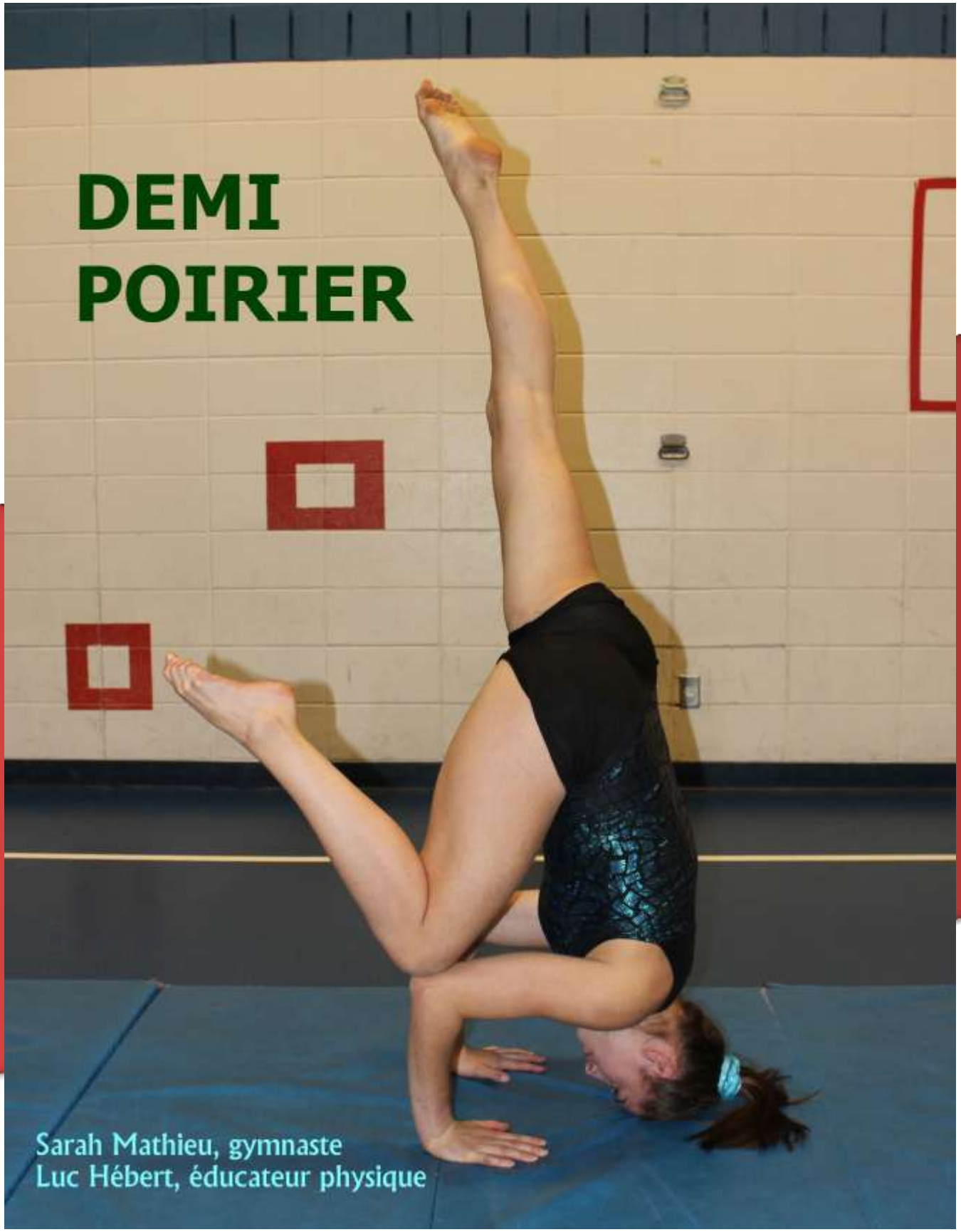
Annexe 3 – POSTURES « A »

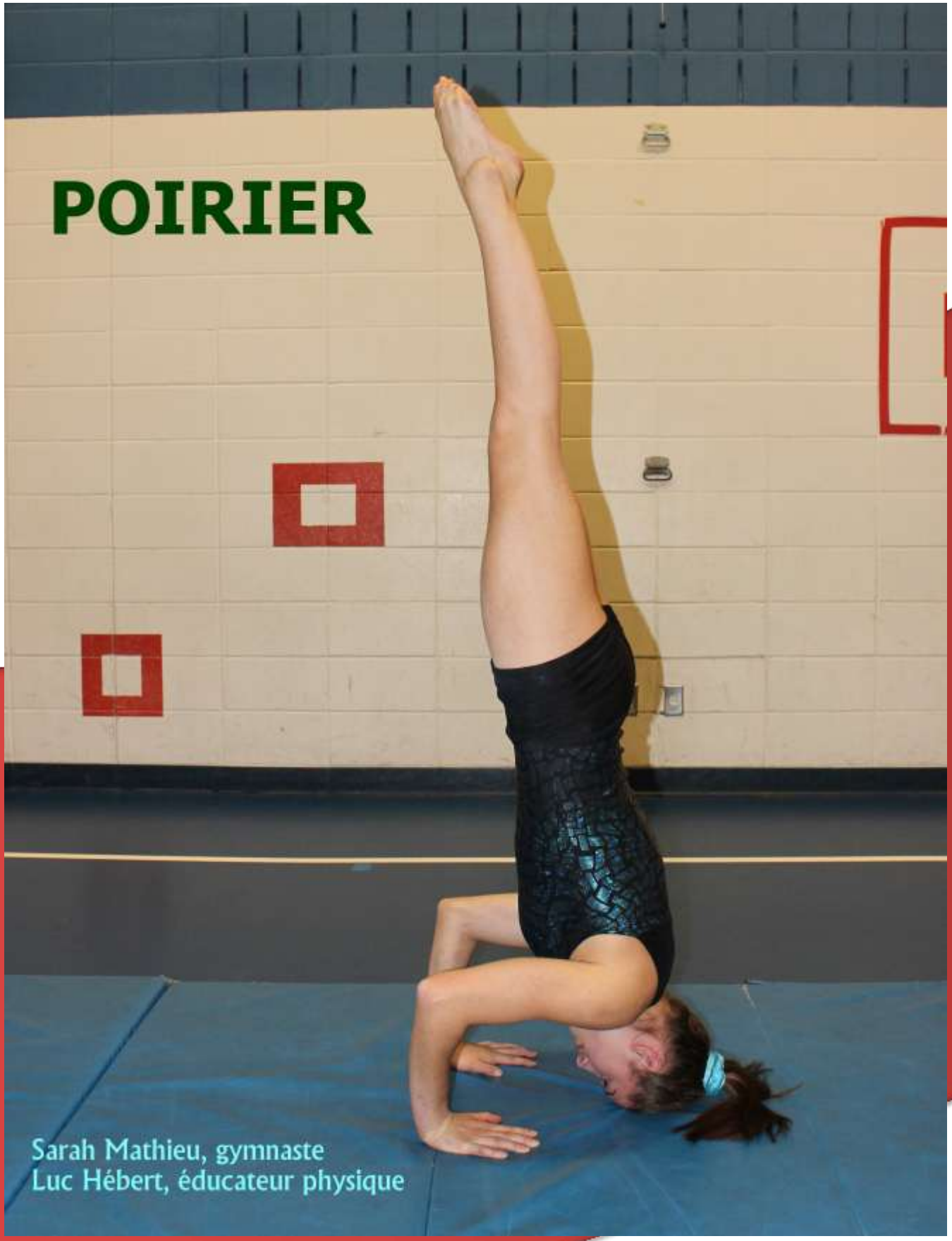
POSTURES « B »

- Chandelle
- Trépied
- Demi poirier
- Poirier
- Squat
- Équilibre sur les mains (ATR)
- ATR écart
- Biche
- Double biche
- Berçante
- Quartier de lune

CHANDELLE
Sarah Mathieu, gymnaste
Luc Hébert, éducateur physique


TRÉPIED
Sarah Mathieu, gymnaste
Luc Hébert, éducateur physique


DEMI
POIRIER
Sarah Mathieu, gymnaste
Luc Hébert, éducateur physique


POIRIER
Sarah Mathieu, gymnaste
Luc Hébert, éducateur physique

SQUAT
Sarah Mathieu, gymnaste
Luc Hébert, éducateur physique

ATR ÉCART
Sarah Mathieu, gymnaste
Luc Hébert, éducateur physique

ATR
Sarah Mathieu, gymnaste
Luc Hébert, éducateur physique

BICHE
Sarah Mathieu, gymnaste
Luc Hébert, éducateur physique

DOUBLE BICHE
Sarah Mathieu, gymnaste
Luc Hébert, éducateur physique

BERÇANTE

QUARTIER
DE LUNE

ACTIONS

- Roulade avant groupée
- Roulade avant avancée
- Roulade avant plongée
- Roulade avant ciseau
- Roulade avant jambes tendue
- Roulade avant jambes à l'écart

- Roulade arrière groupée
- Roulade arrière jambe tendue
- Roulade arrière carpée
- Roulade arrière jambes à l'écart
- Roulade arrière projetée

- Renversement arrière
- Renversement avant
- Tic Toc
- Slinky
- Slinky arrière