**B.O.**

Développer des capacités motrices et pratiquer des activités des activités physiques, sportives et artistiques.

Eduquer à la santé en permettant aux élèves de mieux connaître leur corps.

Education à la sécurité par des prises de risque contrôlées.

**Règles institutionnelles**

|  |  |
| --- | --- |
| **Pour le maître** | **Pour l’élève** |
| Présence  Être présent régulièrement à l'école  Accepter de participer aux séances d'EPS | Présence  « Je suis présent à l’école et je participe aux séances d’EPS » |
| Tenue  Avoir une tenue de sport adaptée à l’activité de gymnastique. | Tenue  « Je porte une tenue adaptée pour l’Acrogym : Je me mets en chaussettes ou pieds nus, j’ai les ongles courts, j’attache mes cheveux. Je ne porte pas de montre, de bracelets, de colliers ou autres bijoux, je quitte mes lunettes (si possible).» |
| Langage  Adopter un langage correct en toutes circonstances  Prendre la parole, prendre en compte les propos des autres  Faire valoir son propre point de vue | Langage  « Je parle correctement en toutes circonstances. Je n’hésite pas à prendre la parole, je sais donner mon point de vue. J’écoute les autres et je tiens compte de leur propos.» |

**Règles de Sécurité**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Socle commun** | **Pour le maître** | **Pour l’élève** |
| **Compétence 6** : Compétences sociales et civiques  Connaître et respecter les règles de sécurité  Respecter les autres. | Connaître et accepter des règles : Affichage des règles lors des séances  Photos des positions et tenus autorisés et interdits : panneau «Règles d'or ».  Être attentif aux règles de « montage » ou de « démontage »  Ne débuter une figure que si l’on a un projet d’action.  Débuter sur l’appui le plus solide.  Monter et descendre avec précaution, sans heurter, sans piétiner le porteur.  Le porteur :  Devient une surface d’appui pour supporter un partenaire  Le porté :  Prend appui sur le porteur  Le pareur :  Aide le porté à s’équilibrer  Aide le porté à monter et à descendre  Vérifie le respect des règles de sécurité | Porteur  Je prends des appuis larges et stables.  Je gaine mon corps, je tends mes bras et mes jambes pour être bien aligné.  Je communique avec le porté : je lui annonce quand je suis prêt.  Je pense à bien respirer  J’avertis mon partenaire en cas de douleur ou de fatigue |
| Porté  Je m’assure que le porteur est en place.  Je communique avec le porteur : je lui annonce que je m’installe.  Je respecte les règles de montage et démontage : je monte délicatement, comme un « chat », je descends sans sauter.  Je demande l’aide du pareur si nécessaire.  Je contrôle ma respiration pendant le tenu. |
| Pareur  Je limite le temps du porté (3 à 5’’ maximum) : je compte les secondes : et 1 et 2 et 3.  Je suis attentif aux prises de mains et aux zones d’appuis du porté sur le porteur.  Appuis possibles sur les genoux pliés, le bassin, les épaules, prises de mains sûres.  Pas d’appui sur le milieu du dos, pas d’appuis sur le milieu de la cuisse)  Je me place du bon côté pour pouvoir aider, pour protéger en cas de chute. » |

**Règles de Groupe**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Socle commun** | **Pour le maître** | **Pour l’élève** |
| **Compétence 6 :**  Compétences sociales et civiques  Respecter les autres, respecter les règles de vie collective, notamment dans les pratiques sportives  Prendre part à un dialogue  Coopérer avec un ou plusieurs camarades  **Compétence 7 :**  Autonomie et initiative  Respecter des consignes simples en autonomie.  Commencer à savoir s’auto-évaluer dans des situations simples.  S’impliquer dans un projet individuel ou collectif. | Savoir coopérer :  Avoir un but commun  Rechercher une véritable coopération | « Je construis un projet de groupe avec mes camarades pour présenter des enchaînements d’acrogym aux autres classes, aux familles.  Tout le groupe travaille et apprend pour réussir cette présentation. » |
| Accepter l’autre  Accepter le point de vue de l'autre  Être observé / jugé collectivement | « J’accepte de porter, tenir, soulever, retenir, maintenir, toucher mes partenaires.  J’accepte d’écouter les autres et je cherche à les comprendre.  Je peux modifier mon comportement pour que le groupe progresse. J’accepte d’être observé et jugé par les autres. » |
| Savoir communiquer  Adopter le même langage  Code de réglementation  Classification des figures réalisées | « Je suis capable de parler et d’expliquer mon point de vue : clairement, calmement, avec précision.  J’utilise le langage de l’Acrogym : porteur, porté, pareur, observateur, figure, pyramide, bassin, gainage, appuis renversés, montage, démontage.  Je sais reconnaître la difficulté d’une figure en observant un plan de montage (schéma, dessin) » |
| Prendre en compte les différences  Varier les compétences du groupe : hétérogénéité  Répartition et alternance des rôles : être porteur, porté, pareur, observateur, juge | « Je peux choisir un rôle en connaissant mes capacités. J’accepte de tenir un rôle qui aidera mon groupe à réussir sa présentation.  J’accepte de changer de rôle.» |
| Prendre en compte l'affectivité  Accepter d’être vu et apprécié en direct ou en différé (photos, vidéo) | « J’ose prendre des risques.  Je contrôle mes émotions.  Je fais confiance à mes camarades.  Je sais refuser une situation qui ne me convient pas.  Je concentre mon énergie pour atteindre le but fixé par mon groupe.  J’accepte d’être observé par des spectateurs, d’être noté, évalué par des juges.  J’accepte de me voir dans l’action : photographie, film vidéo. » |

**Règles d’ Apprentissage et de Jeu**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Socle commun** | **Pour le maître** | **Pour l’élève** |
| **Compétence 5 :**  La culture humaniste  Inventer et réaliser des enchaînements à visée artistique ou expressive    Concevoir et réaliser des actions à visée artistique, esthétique et expressive. | **Être gymnaste**  Porter  S’équilibrer grâce à l’autre, grâce aux autres  Gérer en même temps prise de risques et sécurité  **Apprentissages Spécifiques**  Apprendre à construire des appuis stables en prenant conscience  Du gainage  De la tonicité  De l’alignement des segments  De la répartition du poids du corps sur les appuis  Apprendre à faire confiance à des partenaires pour accepter le poids de l’autre (porteur), pour confier son poids (porté)  Apprendre à coordonner ses actions  Apprendre à construire un enchaînement intégrant des figures codifiées puis inventées  Apprendre à réaliser des éléments de liaison possible entre deux figures  En se déplaçant : marcher, courir, sauter, sautiller, se déplacer au sol  En effectuant des mouvements gymniques : roulade, roue  Augmenter la prise de risque par  Appuis de + en + complexes (réduction des surfaces d’appui du porteur et du porté, du nombre d’appuis)  « Hauteurs » de figures croissantes  Nombre de participants croissant (figures à 2, à 3, à 4 enfants) | « Je sais m’équilibrer pendant le tenu de trois secondes. Je sais contrôler mes gestes et mes mouvements. Je sais placer mon corps dans des positions inhabituelles. »  Je me place de façon à avoir des appuis stables.  Je gaine mon corps, il ne se déforme pas, il est tonique (dur).  J’aligne mes bras, mes jambes, mes mains, mes pieds.  Mon dos est plat, ma tête redressée.  Je connais et utilise différents éléments de gymnastique : roulade avant, roulade arrière, rotations en sautant, roue, autre :...  J’agis en tenant compte des autres : j’attends qu’ils soient prêts, je m’assure des placements corrects.  J’arrive à porter un partenaire en étant solide.  Je réalise des enchaînements originaux : entrée en scène, éléments de liaison, sortie de scène.  Je pratique le montage, le démontage correctement.  J’effectue les mouvements au bon moment, en me positionnant bien, en étant attentif aux autres. |
| **Coopérer et créer**  Créer des figures statiques équilibrées à plusieurs  Vivre les trois rôles différents : porteur, porté, pareur  Synchroniser des mouvements entre des partenaires (le porteur, le porté, le pareur) | « J’utilise des figures proposées pour les reproduire ou en créer de nouvelles.  Je choisis un rôle à tenir en connaissant mes capacités.  J’adapte mes positions et mouvements en fonction des difficultés rencontrées.  Je cherche à réaliser une « belle » présentation qui sera appréciée par le public.» |
| **Communiquer**  Présenter des figures lisibles et stables à des spectateurs  L’observateur / Le spectateur :  Apprécie la prestation réalisée à partir de critères définis collectivement (critères techniques, artistiques, sécuritaires).  Conseille, analyse la production et évalue.  Photographie ou enregistre la prestation | Je cherche à réaliser une «belle» présentation «originale» qui sera appréciée par le public.  « Je me place correctement par rapport aux spectateurs.  Je réussis à gainer mon corps et bien aligner, à sourire pour une présentation réussie.  Je conseille et aide mes camarades : placements, positions, éléments artistiques, sécurité.  Je sais juger un enchaînement et les différents éléments qui la composent. |

**Mais aussi plus transversalement:**

**S’engager lucidement dans l’action**

Contrôler ses émotions et leurs effets dans des situations de risques ou de difficultés de plus en plus diversifiées pour réaliser et présenter des figures statiques équilibrées à plusieurs, dans le respect de la sécurité de chacun.

**Construire de façon autonome un projet d’action**

Choisir, mémoriser, inventer et construire des figures à plusieurs

Inventer ou reproduire des formes d’actions diversifiées.

**Mesurer et apprécier les effets de l’activité**

Apprécier les mouvements des partenaires pour réorganiser ses propres actions.

Etablir des relations entre les actions réalisées et le résultat de leur action.

Apprécier l’action des autres en tant qu’observateur ou spectateur : relever des indices de plus en plus complexes, identifier les éléments connus, avoir un regard critique et porter un jugement sur une prestation codifiée.

Mesurer son niveau de capacités motrices et ses ressources :

Pour réaliser des actions précises et s’engager dans un type d’effort (porteur, porté, pareur).

Pour s’engager dans une situation de risque mesuré (porteur, porté).

Pour maîtriser son appréhension.

**Appliquer et construire des principes de vie collective**

Respecter des règles connue et que l’on peut expliquer aux autres.

Coopérer, écouter, respecter les autres pour élaborer un projet en commun.

Identifier et assurer plusieurs rôles (porteur, porté, pareur, observateur).

Développer la responsabilité à l’égard de l’autre.