|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Matière** | **Connaissances** | **Capacités declines dans une situation d’apprentissage** |
| **Gymnastique sportive**  **BP2**  Compétence attendue :  Dans le respect des règles de sécurité, concevoir et présenter un enchaînement maîtrisé d’éléments gymniques combinant les actions de « voler, tourner, se renverser ».  Juger les prestations à partir d’un code construit en commun | Connaissances  Du pratiquant :  • Le vocabulaire spécifique : roulades, ATR, roue, saut, balancer, renversement, entrée, sortie, appui, suspension, nom des agrès et du matériel utilisés.  • Les règles de sécurité par rapport au matériel et à l’exécution des éléments gymniques.  • Le niveau de difficulté des éléments gymniques.  • La notion de gainage du corps et les sensations qui s’y rapportent.  • Les repères sur les positions fondamentales et sur la réussite des actions « Se renverser» et « Tourner » :- corps aligné : mains – épaules – bassin à la verticale, regard devant (si verticale) ou sur les  mains (si verticale renversée)  - corps groupé : contact menton – poitrine, dos rond, regard sur le ventre.  • De soi et de ses capacités.  Liées aux autres rôles :  L’aide :  • Le placement des appuis, des mains et du corps pour aider à la réalisation de quelques éléments gymniques identifiés (ATR, renversement).  • Les zones du corps sur lesquelles agir et les actions à réaliser pour assurer le renversement et/ou la rotation du gymnaste.  L’observateur :  • Les critères d’appréciation simples liés à l’exécution et la valeur des éléments choisis par le gymnaste observé  Connaissances  Du pratiquant :  • 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 combinant 2 ou  3 des actions : « tourner, voler et se renverser »,les liens possibles entre eux et leurs critères de réalisation.  • 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.  Liées aux autres rôles :  L’aide :  • Les critères de réalisation et de réussite des différents éléments gymniques.  Le juge :  • Les critères d’appréciation d’un enchaînement  gymnique : difficulté, composition et exécution | Attitudes  Du pratiquant :  • 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 deséléments gymniques.  • Maîtriser ses émotions pour se confronter au regard des autres.  • Accepter d’être aidé.  Liées aux autres rôles :  L’aide  • Etre coopératif et solidaire pour installer ,remettre en place, ranger le matériel.  • Etre disponible et vigilant pour aider un camarade du début à la fin de l’élément.  L’observateur :  • Se rendre disponible pour la prestation observée.  • Etre attentif et respectueux du travail des autres.  • Etre rigoureux dans la qualité de l’observation.  Attitudes  Du pratiquant :  • Exploiter au mieux ses possibilités.  • Adopter une attitude réfléchie pour gérer au mieux le couple  « risque /sécurité ».  • Rester concentré tout au long de son enchaînement.  • Accepter les regards et les jugements des autres.  • Prendre en compte les observations et points de vue critiques sur sa prestation pour progresser, pour modifier et corriger son enchaînement.  Liées aux autres rôles :  L’aide :  • Rester attentif et concentré durant tout l’enchaînement de son camarade.  • Se mettre à disposition du gymnaste pour l’aider à progresser ou construireson enchaînement.  Le juge :  • S’impliquer dans la construction du code commun.  • Se responsabiliser par rapport à son rôle de juge pour établir une note fiable  • Etre objectif et impartial sur ses jugements. |