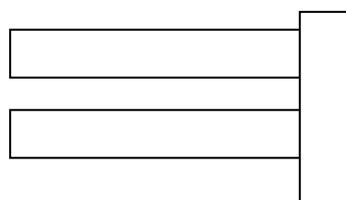
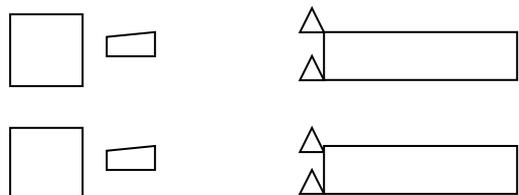


Séance 1

Installation :



Duo



Saut de cheval

Organisation :

- Répartition des élèves de la classe :

Soit deux groupes de 6 élèves et deux groupes de 4 élèves ; soit trois groupes de 6 élèves et un groupe de 4 élèves.

On a fait un groupe de cinq, un groupe de trois, deux groupes de quatre. Groupe affinitaire et non mixte.

- Installation du matériel par les élèves :

Les filles installent le matériel pour le Duo et les garçons le saut de cheval.

Rangement fait par les élèves mais installation prévue pour la prochaine séance.

- Éléments du carton plein :

1. saut de lapin
2. roulade avant
3. plat dos
4. retombe sur les pieds (lune)

- Éléments imposée du Duo :

1. roulade avant
2. ATR
3. saut extension

- Matériel nécessaire pour le cycle

Duo : (Deux couloirs de 4 tapis) x2 + deux gros tapis

Saut de cheval : 2x 2 tapis fins + 4 gros tapis + 2 gros tapis + 4 tapis + 4 cônes

Objectif de la séance :

- Rangement du matériel
- Travail et découverte du carton plein
- Travail et découverte de la partie imposée de l'enchaînement.

Echauffement :

1. Temps 1

Duo : quatre pattes en avant

Cheval : saut tombé genou

Les élèves n'ont pas fait le quatre pattes. Bonne réalisation des élèves mais qq. sauts superman.

2. Temps 2

Duo : quatre pattes arrière

Cheval : Saut à droite, retombé sur les pieds

Les élèves n'ont toujours pas fait le quatre pattes. En cheval, les élèves retombe sur les pieds mais gauche droite indéfinie.

3. Temps 3

Duo : roulade avant

Cheval : saut à gauche, retombé pied

Les élèves ont tous réalisé la roulade avant avec cpt des élèves qui ont eu des difficultés. En cheval, les élèves retombe sur les pieds mais gauche droite indéfinie.

4. Temps 4

Duo : saut de lapin

Cheval : faire un saut derrière la ligne matérialisé sur le tapis

Saut de lapin moyennement réalisé (pas tous l'ont fait). Intégration de la roulade avant pour le cheval.

Travail par atelier :

1. Temps 1

Duo : saut extension suivi d'une roulade avant

CR : pas d'arrêt

Cheval : roulade avant (obligé de tourner par les mains)

CR : être dans l'axe

Ok pour les deux, difficultés pour certains pour tourner dans l'axe.

2. Temps 2

Duo : saut de lapin suivi de ATR plat dos

CR : toucher le tapis lors de l'ATR avec la partie le plus loin de la tête

Cheval : saut de lapin (poser les mains et ensuite arriver sur les pieds)

CR : arriver sur les pieds

Pour le duo bonne réalisation des exos, pour le cheval essai de tous les élèves mais beaucoup ont pris trop de vitesse ce qui a provoqué des chutes.

Match :

Au sol :

- ATR avec points en fonction de la partie qui touche le tapis en premier (1 ou 0 pts)

En saut de cheval :

- roulade avant : si dans l'axe (1pts) ou pas (0 pts)
- saut de lapin : si élève atterrit sur les pieds (2 pts), les genoux (1pts), ou autre (0 pts)

De plus note sur le collectif : si le groupe gagne le match (2 points) ou le perd (1 points)

Match réalisé correctement cad respect des consignes et respect du rôle de juge. Cependant perte de temps lors de l'explication de la feuille (bonne écoute de la part des élèves) ce qui a provoqué un seul passage au saut de cheval et seulement sur la roulade avant. Grosse difficulté pour Zouhir.