

La connaissance préalable de la présentation des unités d'apprentissage est nécessaire à leur utilisation

Pour choisir l'UA adaptée aux élèves, partir de leurs pratiques antérieures ou du cycle indiqué  
L'exemple d'UA de 6 séances proposé peut se dérouler différemment voire durer plus longtemps

### Exemple d'Unité d'Apprentissage / Séances de 50'

A titre indicatif, chaque situation est représentée proportionnellement à sa durée

#### Séance n° 1

Mise En Activité	Situation 3 et Evolution 1	Situation 1 et Evolution 1 Situation 2 et Evolution 1	un temps consacré à l'enchaînement de 2 éléments
------------------	----------------------------	--	--

#### Séance n° 2

MEA	Evolution 1 de la situation 3	Situation 1 et Evolutions 1 et 2 Situation 4 Situation 5	un temps consacré à l'enchaînement de 2 éléments
-----	-------------------------------	--	--

#### Séance n° 3

MEA	Evolution 2 de la situation 3	Evolution 1 de la Situation 1 Situation 4 Situation 5	un temps consacré à l'enchaînement de 2 éléments
-----	-------------------------------	---	--

#### Séance n° 4

MEA	Evolution 2 de la situation 1	Evolutions 1 et 2 de la situation 4 Evolution 1 de la situation 5 Evolution 2 de la situation 1	un temps consacré à l'enchaînement de 2 éléments
-----	-------------------------------	---	--

#### Séance n° 5

MEA	Situation 2 et Evolution 1	Evolution 2 de la situation 4 Evolution 1 de la situation 5	Situation 6
-----	----------------------------	--	-------------

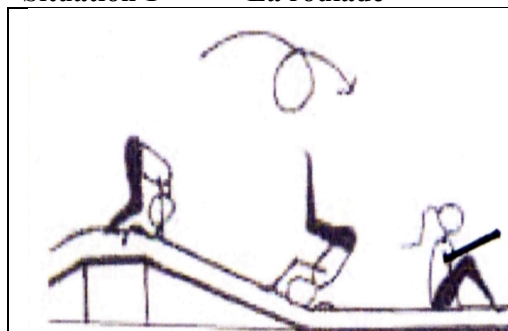
#### Séance n° 6

Evolution 1 de la situation 1 Evolution 1 de la situation 2 Evolution 1 de la situation 4 Evolution 2 de la situation 3	Evolutions 1 et 2 de la situation 6	Evolution 3 de la situation 6
--	-------------------------------------	-------------------------------

### 6 situations pour réaliser 6 séances

#### Situation 1 La roulade

#### Rouler droit en avant



**But :** - Rouler en avant

**Critère de Réussite :** - Arriver assis dans la zone de réception  
- Ne pas tomber sur les côtés, effectuer la roulade dans l'axe

**Modalités d'exécution :** - pousser avec les jambes, coller le menton à la poitrine et rouler en rentrant la tête

**Règles :** - Départ en position accroupie

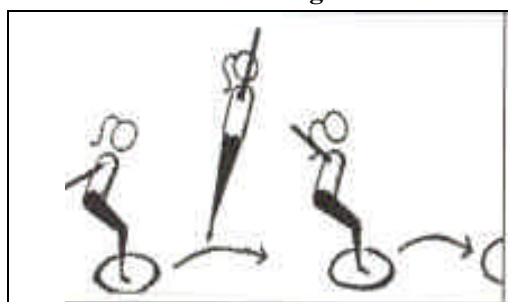
**Organisation :** - Banc avec un tapis ou plan incliné.

**Evolution :** - 1 Sans plan incliné

- 2 Rouler sur une ligne centrale (la ligne entre les pieds au départ et à l'arrivée)

#### Situation 2 Les kangourous

#### Sauter et se réceptionner sur les 2 pieds



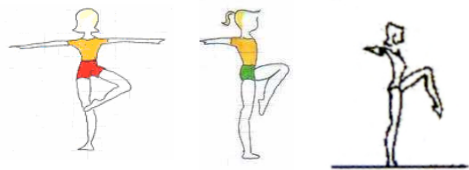
**B :** - Sauter d'un cerceau à l'autre sans élan.

**CR :** - Appel et réception deux pieds

**ME :** Effectuer un saut vertical, corps tendu avec élévation des bras

**OR :** - Deux tapis, trois cerceaux par espace

**E :** - 1 Enchaîner trois sauts

**Situation 3 Les statues****S'équilibrer**

**B** : Alternier déplacement et maintien d'une posture sur un pied au signal de l'enseignant

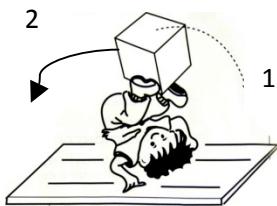
**CR** : Posture statique, c'est à dire tenue 2 à 3''

**ME** : S'aider des bras, tendus et écartés, regarder loin devant

**OR** : Un grand espace de tapis, photos ou dessins des figures

**E** : - 1 Changer de posture à chaque signal

- 2 Réaliser la posture indiquée par l'enseignante ou par des photos élévation et flexion de la jambe droite ou gauche

**Situation 4 Culbuto****Accepter le déséquilibre arrière**

**B** : - Basculer en arrière et revenir en position assise.

**CR** : -1 les épaules touchant le sol lors de la bascule arrière

-2 Garder l'objet entre les genoux.

**ME** : -1 Tête rentrée et dans l'axe.

-2 Tendre les bras vers l'avant pour aider le retour.

**R** : - Départ et retour assis

- Tenir l'objet entre ses genoux

**OR** : - Un tapis

- Un objet en mousse

**E** : - 1 Sans objet

- 2 Enchaîner plusieurs culbutos

**Situation 5 Les ciseaux****Se renverser**

Mur ou  
tapis  
vertical

**B** : - Amener le bassin au dessus des épaules

**CR** : - le bassin au-dessus des épaules = alignement-mains-épaules-bassin

**ME** : - Poser les deux mains en même temps sur le sol, les bras tendus et le regard sur les mains.

**OR** : - Tapis + tapis vertical ou mur ou plinth ou un camarade qui empêche la bascule vers l'avant

**E** : - 1 Ciseaux des jambes

**Situation 6 La production finale****Réaliser un enchaînement**

**B** : - Réaliser un enchaînement d'acrobaties

**CR** : - Réaliser 1 acrobatie dans chaque domaine (*sauts gymniques, maintenir une posture, rouler*) dont au-moins 2 enchaînées : se reporter aux acrobaties choisies. (*utiliser le répertoire d'acrobatie construit par le classe ou donné par l'enseignant*)

- Pas de temps d'arrêt entre les deux acrobaties enchaînées.

**OR** : - Espace sécurisé avec des tapis.

**A L'ISSUE DE L'UNITÉ D'APPRENTISSAGE, LA MAJORITÉ DES ÉLÈVES EST CAPABLE DE**

- **Réaliser 1 acrobatie dans chaque domaine dont au-moins 2 enchaînées**