

## EVALUATION GYM AU SOL EN PREMIERES

<b><u>ATTENDUS DE FIN DE 1ERE GYM AU SOL:</u></b>		<b>PRINCIPES D'ÉLABORATION DE L'ÉPREUVE</b>		
<p>- S'engager pour composer et réaliser un enchaînement à visée esthétique et acrobatique destiné à être jugé, <u>en juxtaposant</u> des formes corporelles codifiées (DIMENSION MOTRICE).</p> <p>- S'échauffer, Persévérer et Corriger ses erreurs (DIMENSION METHODOLOGIQUE)</p> <p>- Assurer le rôle d'entraîneur au sein de son trinôme pour que ses partenaires progressent. (DIMENSION SOCIALE).</p>		<p>Après un échauffement complet et sur un praticable de 12 m x 2m, composer et réaliser, en présence d'un public, un enchaînement d'au moins 5 éléments différents, dont obligatoirement: <u>une série acrobatique de 3 éléments</u>, <u>1 passage par la verticale renversée</u> et <u>1 saut</u>. Les critères pris en compte sont :</p> <p>*Les éléments choisis dans la grille jointe font référence au code de pointage suivant : fig A : 0.4 pt, fig B : 0.6 pt, fig. C : 0.8 pt, fig D : 1 pt.</p> <p>*Des contraintes de maîtrise technique de chacune des figures et de maîtrise esthétique de l'enchaînement.</p> <p>*Une appréciation portée par des juges.</p> <p>*Un travail d'équipe mené tout au long du cycle</p>		
<b>Aspect moteur</b>				
<b>14 Points</b>	<b>Difficultés des figures choisies 5 points</b>	<b>Voir tableau des figures ci joint Si un élément est réalisé 2 fois, sa valeur n'est prise en compte qu'une fois</b>		
	<b>Exécution des figures 5 points</b>	<p><b>La difficulté des figures ne doit pas être privilégiée au détriment d'une parfaite exécution.</b></p> <p><b>Tout élément non réalisé entraîne la suppression de sa valeur.</b></p> <p><b>Tout élément réalisé avec une aide entraîne la décote de sa valeur (B devient A).</b></p> <p>Petites fautes de correction (liées à la tenue, à la présentation et au maintien) = -0,2 pts. Grosses fautes techniques (gainage, amplitude, placements segmentaires) = -0,5 pts. Chute = -1pt. Contraintes d'espace non respectées = -1pt</p>		
	<b>Réalisation de l'enchaînement 4 points</b>	<p>Dimension esthétique portée par l'enchaînement :</p> <p>* <i>liaison des figures</i> (1 point) : temps d'arrêt, hésitation / anticipation.</p> <p>* <i>utilisation du praticable</i> (0.5 point) : nombre de longueur.</p> <p>* <i>utilisation des différents plans</i> (0.5 point) : passages au sol, en l'air.</p> <p>* <i>variations d'allure</i> (1 point) : temps d'accélération et de maintien.</p> <p>* <i>originalité</i> (1 point): éléments de liaison, figures chorégraphiques etc</p>		
<b>Aspect méthodologique : savoir s'entraîner :</b>				
<b>4 Points</b>	<p><b>* Echauffement : 1 point</b> Respecter les principes permettant de se préparer à la réalisation d'une performance optimale.</p> <p><b>*Quantité et qualité du travail : 3 pts</b> Persévérance et correction des erreurs.</p>	<p><b>0 point</b> *Mise en train désordonnée</p> <p><b>0 à 0.5 point</b> *Présence aléatoire en cours (sans Certif Médical, mot parents etc). *Peu de répétitions.</p>	<p><b>0.5 point</b> *Oublie quelques principes</p> <p><b>1 à 1.5 point</b> *Présence régulière. *Bcp de répétitions mais peu de correction.</p>	<p><b>1 point</b> *Utilise tous les principes</p> <p><b>2 à 3 points</b> *Présence régulière. *Bcp de répétitions et de transformations.</p>
<b>Aspect social : travailler en équipe</b>				
<b>2 Points</b>	<p>Savoir <u>juger</u> une prestation pour <u>aider</u> son partenaire à progresser.</p>	<p><b>JUGE 0 pt</b> Jugement sans argument</p> <p><b>AIDE 0 pt</b> Ne s'intéresse pas à ses partenaires d'entraînement.</p>	<p><b>JUGE 0.5 pt</b> Jugement avec arguments personnels</p> <p><b>AIDE 0.5 pt</b> Aide sans tenir compte des critères proposés par les fiches de travail.</p>	<p><b>JUGE 1pt</b> Jugement argumenté utilisant des critères techniques et ou esthétiques.</p> <p><b>AIDE 1 pt</b> Aide et conseille en utilisant les fiches de travail.</p>

# EVALUATION GYMNASTIQUE AU SOL EN PREMIERES :

Fiche professeur

**Nom :**  
**Classe :**

**Prénom :**

## REGLEMENT (rappel):

-5 points selon la difficulté des figures choisies.  
-9 points selon la qualité de l'enchaînement (5 points pour les figures et 4 points pour l'enchaînement).

-1 point selon la qualité de l'échauffement  
-3 points selon la qualité du travail durant le cycle  
-1 point selon la capacité à juger une prestation  
1 point selon la capacité à aider un partenaire.

### PENALITES :

-Un élément réalisé 2 fois n'est compté qu'une fois.  
-Un élément oublié ou réalisé avec aide est compté 0.  
-Faute technique ou de tenue : de 0.2 à 0.8 pt.  
-FigA=0.4 ; figB=0.6 ; figC=0.8 ; figD=1

\* liaison des figures : temps d'arrêt, hésitation, geste parasite.  
\* utilisation du praticable : nombre de longueur  
\* variations de vitesse: temps d'accélération et de maintien.  
\* utilisation des différents plans: passages au sol, en l'air.  
\* originalité: éléments de liaison, figures chorégraphiques etc

-Enchaînement de moins de 5 éléments : 2 pts sont enlevés pour chaque élément manquant.

<b>DIFFICULTE DES 5 FIGURES CHOISIES 5 POINTS</b>	<b><u>REALISATION DE L'ENCHAINEMENT :</u> 9 POINTS</b>		
- série acrobatique :      pt      _____ : - Passage à la verticale renversée :      pt      _____ : - Saut :      pt      _____ : - 4° figure :      pt      _____ : - 5° figure :      pt      _____ : :	_____ → sur 1 point  _____ → sur 1 point  _____ → sur 1 point  _____ → sur 1 point  _____ → sur 1 point		
	* liaison des figures (1 point) :  * utilisation du praticable (0.5 point) :  * variations de vitesse (1 point) :  * utilisation des différents plans (0.5 point) :  * originalité (1 point) :		
<b>S'ECHAUFFER (1pt)</b>  Et  <b>S'ENTRAINER (3pts)</b>  <b>4 POINTS</b>	<b>0 point</b> *Mise en train désordonnée  <b>0 à 0.5 point</b> *Présence aléatoire en cours (sans Certif Médical, etc). *Peu de répétitions.	<b>0.5 point</b> *Oublie quelques principes  <b>1 à 1.5 point</b> *Présence régulière. *Bcp de répétitions mais peu de correction.	<b>1 point</b> *Utilise tous les principes  <b>2 à 3 points</b> *Présence régulière. *Bcp de répétitions et de transformations.
<b>JUGER (1pt)</b>  Et  <b>AIDER (1pt)</b>  <b>2 POINTS</b>	<b>JUGE 0 pt</b> Jugement sans argument  <b>AIDE 0 pt</b> Ne s'intéresse pas à ses partenaires d'entraînement.	<b>JUGE 0.5 pt</b> Jugement avec arguments personnels  <b>AIDE 0.5 pt</b> Aide sans tenir compte des critères proposés par les fiches de travail.	<b>JUGE 1pt</b> Jugement argumenté : critères techniques et ou esthétiques. <b>AIDE 1 pt</b> Aide et conseille en utilisant les fiches de travail.

**NOM :**  
**PRENOM :**  
**CLASSE :**

<b>EVALUATION GYM GARCONS EN PREMIERES (fiche élève)</b>
--

CHOISIS DANS CE TABLEAU 5 FIGURES DIFFERENTES DONT AU MOINS UNE SERIE ACRO, UN PASSAGE A LA VERTICALE RENVERSEE ET UN SAUT

Attention !!! Sélectionne des figures que tu maîtrises car en GYM, il faut faire difficile mais surtout... **BIEN**.

	<b>UNE SERIE ACROBATIQUE DE 3 ELEMENTS</b>	<b>PASSAGE PAR LA VERTICALE RENVERSEE</b>	<b>1 SAUT</b>	<b>UNE POSITION TENUE EN SOUPLESSE OU EN FORCE</b>	<b>UN CHANGEMENT DE DIRECTION</b>
<b>0.4 point</b>	Série de 3 roulades avant ou arrière simples (groupée ou écart) <b>toutes identiques.</b>	* Passage à l'ATR seul (ATR passé). *Roue *ATR roulade avant	* Saut ½ tour * Saut groupé *Saut écart (jambes en bas)	* Chandelle * Trépieds * Planche faciale	* Debout 1/2 tour sur 2 pieds.  * Au sol demi tour.
<b>0.6 point</b>	Série de 3 roulades avant ou arrière dont au moins une : -roulade avant avec pose des mains loin. -ou roulade arrière filée. -ou roulade arrière jambes tendues...	* ATR tenu 2''seul  *Roue une main  *Rondade ½ tour.	* Saut 1 tour  * Saut carapé (jambes à l'horizontale)	*Planche costale  * Pieds dans la main	* Debout 1/2 tour sur 1 pied.  * Planche - 1/2 tour sur 2 1/2 pointes.
<b>0.8 point</b>	Série de 3 roulades avant ou arrière <b>différentes</b> dont au moins une : -roulade avant élevée. -ou roulade avant jambes tendues.	* ATR avec variation de la position de départ : -planche-ATR. -à genou-ATR -jambes écart-ATR *Rondade saut tour complet. * Roue plombée	* Saut 1,5 tour.  * Saut de mains pieds décalés.	*Grand écart costal  * Equerre au sol  * Ecrasement facial	* Planche costale - 1tour ¼ enroulé sur 2 ½ pointes.
<b>1 point</b>	Série de 3 roulades avant ou arrière <b>différentes</b> dont au moins un : -saut de l'ange. -ou une roulade arrière piquée...	* ATR avec variation du milieu de la figure : -ATR-plié/tendu -ATR-écart/serré -ATR-1/2 tour * ATR en force * Rondade +1,5 tour * Roue sans les mains	* Saut de mains pieds serrés  * Salto	* Grand écart facial  * Equerre-ATR	* 1,5 tour sur 2 pieds.  * ATR-1/2 tour.

Recopie les 6 figures choisies et leur valeur :

- \*Figure 1 (série acrobatique): \_\_\_\_\_
- \*Figure 2 : \_\_\_\_\_
- \*Figure 3 : \_\_\_\_\_
- \*Figure 4 : \_\_\_\_\_
- \* Figure 5 : \_\_\_\_\_

**Liaison des figures (1pt):**  
**Utilisation du praticable (0.5pt) :**  
**Utilisation des 3 plans (0.5pt) :**  
**Variation de la vitesse (1pt) :**  
**Originalité (1pt) :**

**NOM :**  
**PRENOM :**  
**CLASSE :**

EVALUATION GYM FILLES EN PREMIERES (fiche élève)

CHOISIS DANS CE TABLEAU 5 FIGURES DIFFERENTES DONT AU MOINS UNE SERIE ACRO, UN PASSAGE A LA VERTICALE RENVERSEE ET UN SAUT

Attention !!! Sélectionne des figures que tu maîtrises car en GYM, il faut faire difficile mais surtout... BIEN .

	UNE SERIE ACROBATIQUE DE 3 ELEMENTS	PASSAGE PAR LA VERTICALE RENVERSEE	1 SAUT	UNE POSITION TENUE EN SOUPLESSE OU EN FORCE	UN CHANGEMENT DE DIRECTION
<b>0.4 point</b>	Série de 3 roulades avant ou arrière simples (groupée ou écart) <b>toutes identiques.</b>	* Passage à l'ATR seul (ATR passé). * Roue * ATR roulade avant	* Saut groupé * Saut de chat	* Chandelle * Trépieds * Planche faciale	* Debout 1/2 tour sur 2 pieds. * Au sol demi tour.
<b>0.6 point</b>	Série de 3 roulades avant ou arrière dont au moins une : -roulade avant avec pose des mains loin. -ou roulade arrière jambes tendues...	* ATR tenu 2''seul * Roue une main * Rondade * Souplesse avant	* Saut 1/2 tour * Saut écart * Saut de biche * Saut de chat avec 1/2 tour.	* Planche costale. * Ecrasement facial * Pont tenu 2 sec	* Debout 1/2 tour sur 1 pied.  * Planche - 1/2 tour sur 2 1/2 pointes.
<b>0.8 point</b>	Série de 3 roulades avant ou arrière <b>différentes</b> dont au moins une: -roulade arrière filée. -roulade avant jambes tendues	* ATR avec variation de la position de départ : -planche-ATR. -à genou-ATR -jambes écart-ATR * Roue plombée * Rondade 1/2 tour * Souplesse arrière	* Saut 1 tour  * Grand jeté.	*Grand écart costal *Pieds dans la main  * Pont se relever vers l'avant	* Planche costale - 1tour 1/4 enroulé sur 2 1/2 pointes.
<b>1 point</b>	Série de 3 roulades avant ou arrière différentes dont au moins une de difficulté D : -roulade avant élevée. -roulade arrière piquée...	* ATR avec variation du milieu de la figure : -ATR-plié/tendu -ATR-écart/serré -ATR-1/2 tour * Rondade tour complet * Roue sans les mains	* Saut 1,5 tour. * Saut de mains * Salto * Grand jeté en tournant	*Grand écart facial *Pieds dans la main sur 1/2 pointe * Pont se relever vers l'arrière	* 1,5 tour sur 2 pieds.  * ATR-1/2 tour.

Recopie les 6 figures choisies et leur valeur :

\*Figure 1 (série acrobatique):

\*Figure 2 :

\*Figure 3 :

\*Figure 4 :

\* Figure 5 :

Liaison des figures (1pt):

Utilisation du praticable (0.5pt) :

Utilisation des 3 plans (0.5pt) :

Variation de la vitesse (1pt) :

Originalité (1pt) :

