

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 évolution 1	Situation 1 Situation 4 Situation 5	un temps consacré à l'enchaînement de 2 éléments
------------------	----------------------------	---	--

#### Séance n° 2

MEA	Situation 3 et évolution 2	Situation 1 et évolution 1 Situation 4 et évolution 1 Situation 5	un temps consacré à l'enchaînement de 3 éléments
-----	----------------------------	---	--

#### Séance n° 3

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

#### Séance n° 4

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

#### Séance n° 5

MEA	Evolution 1 de la situation 2	Evolution 2 de la situation 1 Evolution 3 de la situation 4	Situation 6
-----	-------------------------------	--	-------------

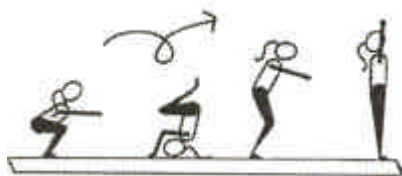
#### Séance n° 6

MEA	Situation 6 et évolution 1		
-----	----------------------------	--	--

### 6 situations pour réaliser 6 séances

#### Situation 1 La roulade

#### Enchaîner deux roulades en avant



**But :** - Rouler, départ accroupi, arriver debout avec l'aide des mains.

**Critère de réussite :** - Arrivée debout  
- Rouler droit.

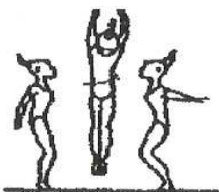
**Modalité d'exécution :** - Rouler en boule en rentrant la tête, se relever sans poser les mains

**Organisation :** - Tapis

**Evolution :** - 1 Sans l'aide des mains départ debout,  
- 2 Enchaîner deux roulades

#### Situation 2 L'ascenseur

#### Sauter et se réceptionner sur deux pieds



**B :** Effectuer une figure simple dans le saut : 1 / 2 tour et ou saut groupé

**CR :** Sauter avec appel deux pieds et réception équilibrée sur ses 2 pieds


**ME :** L'envol et la réception se font corps tenu avec alignement bras/tronc/jambes (avec ou sans élévation des genoux)

**OR :** - Tapis

**E :** - 1 Saut groupé  
- 2 Saut écart  
- 3 Saut carapé  
- 4 Tour complet

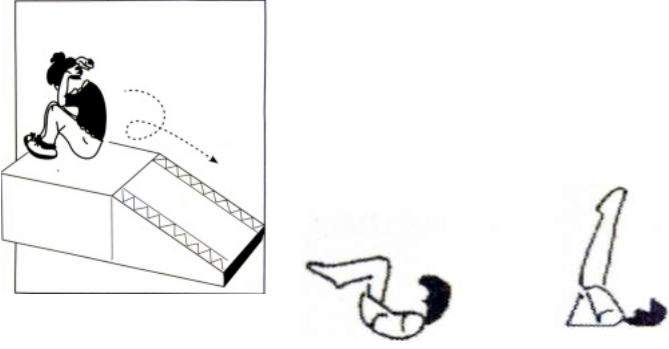
**Situation 3 Statue « la planche »**

**s'équilibrer**

	<p><b>B</b> : Alternier déplacement et maintien d'une posture sur un pied avec inclinaison du corps au signal de l'enseignant pendant 3 ''</p> <p><b>CR</b> : Posture statique pendant 3''</p> <p><b>ME</b> : S'aider des bras, tendus et écartés, regarder loin devant</p> <p><b>OR</b> : Un grand espace de tapis, photos ou dessins des figures</p> <p><b>E</b> : - 1 Changer de posture à chaque signal</p> <p style="padding-left: 20px;">- 2 Réaliser la posture indiquée par l'enseignante ou par des photos</p> <p style="padding-left: 20px;">- 3 Equilibre sur ½ pointe</p>
---	---

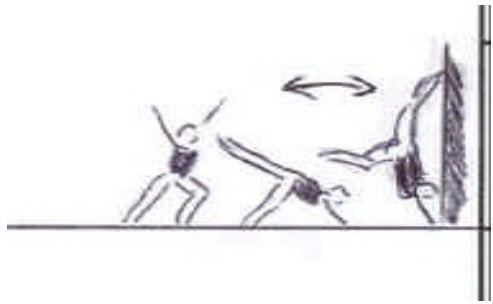
**Situation 4 Roulade arrière**

**Accepter le déséquilibre arrière**

	<p><b>B</b> : - Rouler en arrière en ligne droite</p> <p><b>CR</b> : - Rouler et rester dans la zone délimitée</p> <p><b>ME</b> : Mains collées aux oreilles, paumes vers le sol, s'aider des deux bras pour se relever (E1 et E2)</p> <p><b>R</b> : - Départ accroupi, mains de chaque côté de la tête, paume des mains vers le plafond, rouler en arrière</p> <p><b>OR</b> : - Plan légèrement incliné</p> <p style="padding-left: 20px;">- Zone où rouler délimitée au centre du plan incliné</p> <p><b>E</b> : - 1 Arriver sur les pieds</p> <p style="padding-left: 20px;">- 2 Sans plan incliné</p> <p style="padding-left: 20px;">- 3 Enchaîner une roulade arrière suivie d'un culbuto et d'une chandelle</p>
--	---

**Situation 5 L'arc**

**Se renverser**

	<p><b>B</b> : - Toucher le mur avec une jambe et revenir en position de départ.</p> <p><b>CR</b> : - Montée et descente maîtrisée.</p> <p><b>ME</b> : - Poser les deux mains à plat en même temps sur le sol, bras écartés largeur des épaules, regard sur les mains, corps gainé, segments alignés</p> <p><b>OR</b> : - Tapis et mur</p> <p><b>E</b> : - 1 Amener les deux jambes tendues l'une après l'autre pour toucher le mur</p>
---	--

**Situation 6 La production finale**

**Réaliser un enchaînement**

	<p><b>B</b> : - Réaliser plusieurs acrobaties, dans chacun des 4 domaines, dont au-moins 3 enchaînées.</p> <p><b>CR</b> : - Réaliser plusieurs acrobaties choisies dans chaque domaine (sauter, rouler, s'équilibrer et se renverser) en enchaînant au moins 3 actions différentes (se reporter aux acrobaties choisies)</p> <p style="padding-left: 20px;">- Enchaîner les trois acrobaties sans temps d'arrêt, en utilisant au maximum l'espace (diagonales et médianes)</p> <p><b>OR</b> : Espace sécurisé avec des tapis</p>
--	--

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

- **Réaliser plusieurs acrobaties, dans chacun des 4 domaines, dont au-moins 3 enchaînées.**