

L'ensemble de la Séquence est présentée avec le Ruban. Il est possible de la transposer avec les autres engins : Ballon, Massue, Foulard, Cerceau.  
Chacune des fiches donne des pistes pour un engin différent.

Tâches buts	Consignes	Dispositif	Critère de réussite CR	Travail en classe																																
<p><b>DECOUVRIR LA MANIPULATION DU RUBAN ET LES DESSINS REALISES</b></p> <p>1 Chercher des moyens de faire des dessins dans l'espace avec son ruban</p> <p>2 Chaque élève choisit 1 élément ruban parmi ceux qu'il a trouvé</p> <p>3 Par 2 Montrer un élément ruban à 1 camarade qui doit dessiner le trajet sur une fiche</p> <p>4 Echanger ces fiches par deux, essayer l'élément ruban que l'autre a trouvé, idem à quatre</p> <p>5 Constitution du répertoire commun, expérimenter les éléments trouvés en s'appuyant sur les fiches</p>	<p>1 Ne pas arrêter le ruban</p> <p>2 Etre immobile début fin</p> <p>3 Défaire régulièrement les nœuds</p> <p>Faire « grand » et conserver la forme assez longtemps pour que l'on puisse la reconnaître</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Rendre lisible</li> <li>- Se mettre d'accord sur ce que l'on a vu et dessiné,</li> <li>- Se mettre d'accord sur le code</li> </ul> <p>Repérer les éléments rubans effectués Un spectateur trace sur une feuille l'élément</p> <p>Par 2 puis par 4</p>	<p>Par 2 dans le gymnase en dispersion</p> <p>Des fiches et des feutres Le spectateur trace sur une feuille l'élément</p> <p>On expérimente d'abord seul puis on met en place 2 gymnastes, 2 spectateurs qui donnent le CR</p> <p>Des scènes orientées pour 4 gymnastes de 4 X4 dans tout le gymnase (les plots av sont toujours de même couleur)</p>  <p>Variables: Seul dans le gymnase en dispersion Par 2, on fait ensemble</p>	<p>Le début et la fin sont respectés : gymnaste immobile, ruban en bas au sol + UN DESSIN CLAIR DANS L'ESPACE AVEC LE RUBAN</p> <p>Le début et la fin sont respectés : gymnaste immobile, ruban en bas au sol + ON PEUT DESSINER LE TRAJET RUBAN</p> <p>Le début et la fin sont respectés : gymnaste immobile, ruban en bas au sol+ LES SPECTATEURS RECONNAISSENT LES ELEMENTS</p> <p>Le début et la fin sont respectés : gymnaste immobile, ruban en bas au sol</p> <p>+ UN DESSIN CLAIR DANS L'ESPACE AVEC LE RUBAN</p>	<p>Reprendre les fiches et comparer les codages Commencer un répertoire commun des éléments ruban</p> <p>Rappeler les règles et la nécessité de lisibilité</p> <p>Constituer les groupes affinitaires : les duos, les quatuors (gymnastes +spectateurs)</p>																																
<p>6 Prendre une fiche au hasard, aller expérimenter l'élément tracé puis 2 éléments différents enchainés</p>			<p>sol + UN DESSIN CLAIR DANS L'ESPACE AVEC LE RUBAN</p>	<p><b>Tableau récapitulatif éléments ruban</b></p> <p><b>Eléments Ruban</b></p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Codage</th> <th></th> <th></th> <th></th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Serpentins</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Cercle</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Spirale</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Balance</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>8</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Vole, échange</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>.....</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	Codage				Serpentins				Cercle				Spirale				Balance				8				Vole, échange				.....			
Codage																																				
Serpentins																																				
Cercle																																				
Spirale																																				
Balance																																				
8																																				
Vole, échange																																				
.....																																				

### Ruban

ÉLAN-BALANCER, LACHER, RATTRAPER (variables)

TOURNER (variables)

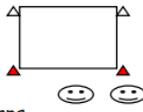
- Tenir par les deux bouts, saisir le ruban en un point avec la main libre, laisser glisser

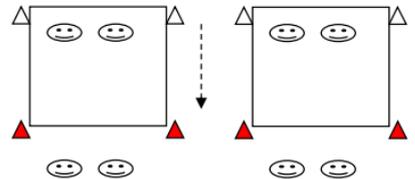
TOURNER, PAGAYER

- Mouvement épaule - faire des huit (variables)
- Mouvement poignet – en pronation en en supination
  - Serpentin (droite, gauche, haut, bas)
  - Spirale (rotation)

PASSER DEDANS sur les tourner et les pagayer

L'ensemble de la Séquence est présentée avec le Ruban. Il est possible de la transposer avec les autres engins : Ballon, Massue, Foulard, Cerceau.  
Chacune des fiches donne des pistes pour un engin différent.

Tâches buts	Consignes	Dispositif	Critère de réussite CR	Travail en classe
<p><b>DECOUVRIR LES ACTIONS DU CORPS</b></p> <p>1 Chercher des actions du corps à faire en même temps que des serpentins imposés (ou spirale)</p> <p>2 par 2 chercher ensemble</p> <p>3 Par 2 montrer à 1 autre les actions qu' il doit dessiner ou écrire les actions trouvées</p> <p>4 par 4 des duos montrent les éléments corps trouvés</p>	<p>Chercher des actions variées à faire pendant que l'on fait des serpentins</p> <p>Un fois la présentation faite, on essaie les éléments trouvés par les 4</p>	<p>Seul en dispersion dans le gymnase</p> <p>Par 2, un n° 1 un n° 2, 1 montre à 2, dès que 1 s'arrête (ruban au sol) 2 fait</p> <p>Des fiches et des feutres Le spectateur trace sur une feuille les éléments corps</p> 	<p>Le début et la fin sont respectés : gymnaste immobile, ruban en bas au sol</p> <p>CR le ruban ne doit pas s'arrêter</p> <p>Faire plusieurs éléments corps avec son ruban qui ne s'arrête pas</p>	<p>Répertorier les TROUVAILLES</p> <p>Compléter le répertoire commun (tableau à double entrée entre les éléments ruban et les éléments corps)</p> <p>DENOMMER AVEC PRECISION LES ELEMENTS CORPORELS (travail sur le vocabulaire)</p>

<p><b>LA SITUATION DE REFERENCE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Pour vérifier le cadre de communication</li> <li>- Pour se mettre en projet : enrichir les éléments ruban et les éléments corporels pour enrichir sa présentation et créer un effet chez les spectateurs</li> </ul>	<p>Groupe de 4, 2 juges - spectateurs, 2 gymnastes (rotation sur les rôles), plusieurs espaces orientés dans le gymnase.</p> <p>EN DUO, enchaîner deux éléments de ruban avec un déplacement dans un espace orienté. Les gymnastes peuvent faire des éléments (ruban et corporels) différents mais doivent <u>commencer et finir ensemble et être CONCENTRES</u></p> <p><b>CONSERVER UNE TRACE</b> de sa présentation (dessins, schémas, vidéo)</p> <p>Noter les éléments, où commence et finit l'enchaînement</p> <p><b>Les critères de réussite vérifiés par les juges - spectateurs</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- début et fin ensemble</li> <li>- lisibilité des éléments ruban</li> <li>- déplacement</li> </ul>	
--	--	---

### Corde

ÉLAN-BALANCER, LACHER, RATTRAPER (variables)

- Corde pliée en deux, tenue à une ou deux mains
- Corde ouverte....
- Rattraper par un brin, deux brins, le pli du milieu

TOURNER (variables)

- Corde pliée en deux, tenue à une ou deux mains

ONDULER, PAGAYER (variables)

- Spirale et huit

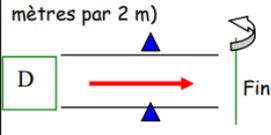
PASSER DEDANS, SAUTER :

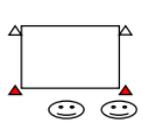
- Seul : avec rebond, sans rebond, croisé, décroisé.
- Avec un pied, deux pieds
- En avançant, en reculant, vite, lent
- À deux avec la corde : face à face, dos à dos

ENROULER / DÉROULER

- Tenir un ou deux bouts
- Autour d'un bras, d'une jambe, du corps

L'ensemble de la Séquence est présentée avec le Ruban. Il est possible de la transposer avec les autres engins : Ballon, Massue, Foulard, Cerceau.  
Chacune des fiches donne des pistes pour un engin différent.

Tâches buts	Consignes	Dispositif	Critère de réussite CR	Travail en classe
<p><b>DECOUVRIR COMMENT SE DEPLACER AVEC SON RUBAN</b></p> <p>Se déplacer avec son ruban avec des serpentins dans un 1<sup>o</sup> temps puis des spirales</p> <p>Se déplacer :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- en AV</li> <li>- en AR</li> <li>- en tournant</li> <li>- comme on veut</li> </ul>	<p>Où est le ruban pendant les déplacements ?</p> <p><u>Des règles :</u> Je ne peux partir que si le précédent est à la borne bleue Je reviens sur le coté sans gêner</p>	<p>4 à 5 couloirs tracés (10 mètres par 2 m)</p>  <p>Un départ, une arrivée matérialisés, un sens de déplacement (,</p>	<p>Le ruban se s'arrête et garde son trajet (dessin) dans l'espace</p>	<p>Récapituler le lien entre le sens de déplacement et les éléments ruban possibles</p> <p>Qu'est ce qui facile, difficile, impossible ?</p> <p>Quels déplacements trouvés possibles, originaux ?/ extraits de film GRS</p>

<p><b>DECOUVRIR COMMENT AGIR ENSEMBLE : S'ECOUTER, SE REGARDER</b></p> <p>1 Sur la durée de la musique, par 2, se déplacer l'un DR l'autre, le second fait comme le 1<sup>o</sup>, <u>à l'arrêt de la musique on change</u></p> <p>2 Quand celui qui mène s'arrête, le second passe devant et devient meneur</p> <p>3 On se déplace ensemble <u>on s'arrête ensemble et on repart ensemble</u></p> <p>4 Par 4, deux spectateurs deux gymnastes</p>	<p>Agir <u>sans parler</u> en se comprenant</p> <p><u>Occuper tout l'espace</u></p>	<p>Par deux en dispersion dans le gymnase</p> <p>Puis dans 1 espace délimité</p> 	<p><b>Le critère porte sur les deux :</b> le duo a réussi si l'arrêt et la reprise se font ensemble <b>SANS PARLER</b> et <b>CONCENTRES</b></p> <p>Les spectateurs vérifient le CR</p>	<p>L'importance de l'écoute, et du respect de la parole de l'autre, des règles de communication</p> <p>Une phrase= une majuscule pour commencer, un point pour finir ; En danse et GRS, cela équivaut à l'arrêt</p>
--	---	--	--	---

### Massue

ÉLAN, BALANCER, LACHER, RATTRAPER (variables)

- Balancer avec une ou deux massues
- Fn parallèle ou en décalé

TOURNER (variables)

- Grands mouvements épaule
- Moulinets verticaux, horizontaux
  - Petits cercles devant soi, les poignets se croisent et se décroisent, en léger alterné (les massues se suivent)

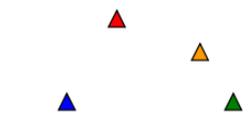
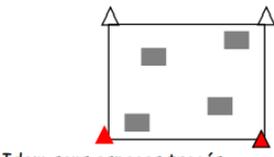
PAGAYER : (variables)

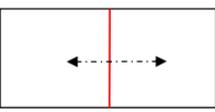
- Faire des huit

FRAPPER (variables)

- Au soi, sur la massue de partenaires
- Avec une ou deux massues.

L'ensemble de la Séquence est présentée avec le Ruban. Il est possible de la transposer avec les autres engins : Ballon, Massue, Foulard, Cerceau.  
Chacune des fiches donne des pistes pour un engin différent.

Tâches buts	Consignes	Dispositif	Critère de réussite CR	Travail en classe
<b>STRUCTURER L'ESPACE</b> <b>1 Construire des directions</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- En dispersion dans le gymnase, changer de direction chaque fois que l'on croise un cône de couleur</li> <li>- Par 2, un n° 1 un n° 2, 1 montre à 2, dès que 1 s'arrête (ruban au sol) 2 fait</li> </ul>	Faire grand (amplitude des gestes)  Changer de direction nettement pour rendre visible	 <p>Seul puis par 2</p>	Je réussis à changer nettement de direction sans emmêler mon ruban  Je réussis si mon changement est visible par mon partenaire spectateur	Travailler sur les notions de directions / espace orienté
<b>2 Tracer un chemin</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Par 2, installer des espaces au sol, se déplacer en « visitant tous les espaces »</li> <li>- Un trace un chemin dans l'espace scénique, l'autre retrace ce chemin sur une feuille, puis on inverse, puis échange les chemins</li> <li>- Idem mais on refait le chemin sans qu'il soit tracé (en ayant enlevé les feuilles au sol)</li> </ul>	<b>Un début une fin un chemin</b> on installe des espaces et on se déplace vers chacun d'eux  Les éléments ruban sont libres  Tout l'espace scénique est occupé	Des espaces tracés au sol (feuilles cartonnées par exemple)   <p>Idem sans espaces tracés</p>	Tous les espaces sont visités  Un début et une fin marqués  Le ruban ne s'arrête pas	

Tâches buts	Consignes	Dispositif	Critère de réussite CR	Travail en classe
<b>FAIRE DES ACTIONS DANS DES MONDES DIFFERENTS</b>  Se déplacer d'un « monde » à un autre en respectant la gestuelle associée <ul style="list-style-type: none"> <li>- Grand / petit</li> <li>- Rond / saccadé</li> <li>- En Haut / en bas</li> </ul> Tout en gardant le ruban en mouvement	Faire une gestuelle (ruban + corps) qui respecte la gestuelle donnée par « le monde » <u>sans arrêter le ruban</u>	4 espaces dans le gymnase avec chacun deux « mondes » distincts, séparés par une frontière   <p>Idem avec des spectateurs</p>	Je réussis si le changement de « monde » est visible par le spectateur et que le ruban ne s'arrête pas	Chercher des nouveaux « mondes » possibles à réaliser ou à faire deviner aux spectateurs

### Ballon

ÉLAN-BALANCER, LACHER, RATTRAPER (variables)

- Ballon dans la paume de la main

TOURNER (variables)

- Ballon posé sur la main, le garder en équilibre

PAGAYER

- Faire des huit, en faisant passer le ballon de la main gauche à la main droite.

ROULER :

Au sol :

- Envoi avec la main sans sursaut
- Suivre ; arrêter avec la main, avec le pied
- En échange avec un partenaire

Sur le corps :

- Bras, jambe, dos, dans des positions variées (debout, assise, couchée)

FRAPPER / REBONDIR :

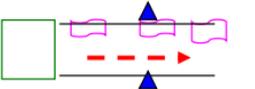
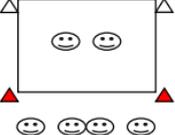
Petits rebonds réguliers

- Sur place : à deux mains, une main, en alternance.
- En déplacement : marche, course, sautiller, galops.

Grands rebonds :

- Frapper fort pour faire rebondir le plus haut possible.
- Seul : Rattraper deux mains, une main, en échange à deux
- Faire une figure pendant le trajet haut du ballon.

L'ensemble de la Séquence est présentée avec le Ruban. Il est possible de la transposer avec les autres engins : Ballon, Massue, Foulard, Cerceau.  
Chacune des fiches donne des pistes pour un engin différent.

Tâches buts	Consignes	Dispositif	Critère de réussite CR	Travail en classe
<b>COMBINER ACTIONS ET DEPLACEMENT ET ELEMENTS RUBAN</b> - Se déplacer en avant dans le couloir, en respectant les actions corps les étiquettes <ul style="list-style-type: none"> <li>o Tourne</li> <li>o descend monte</li> <li>o balance</li> <li>o saute</li> </ul> - Choisir 2 ou trois actions à enchaîner - Déplacement en AR - Déplacement $\frac{1}{2}$ avant et $\frac{1}{2}$ AR	L'élément ruban est libre  <b>Règles :</b> Revenir sur le coté sans gêner  Partir que si le précédent est à la borne bleue  Placer le ruban / sens de déplacement	4 à 5 couloirs tracés (10 mètres par 2 m) avec des étiquettes d'actions    Un départ, une arrivée matérialisés, un sens de déplacement, des plots intermédiaires	CR : Respecter les actions prescrites Le ruban ne s'arrête pas	Dénommer les actions <u>avec précision</u>  Chercher des actions nouvelles possibles
<b>ENRICHIR LE RAPPORT AU TEMPS</b>  Changer la vitesse d'exécution des éléments corps et éléments ruban	Changer « vite lent »	<b>3 Possibilités</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- En dispersion dans le gymnase</li> <li>- Au changement de musique</li> <li>- Chaque que l'on rencontre une borne de couleur</li> </ul>		
faire avec le ruban :  <b>3 Chercher et réaliser des contacts</b>	-passer par-dessus le ruban de l'autre, -passer sa main dans le cercle dessiné -voyager à deux en tenant les bouts des rubans	Les duos expérimentent ensembles dans l'espace puis passage des duos devant les spectateurs  		
<b>ENRICHIR LES RELATIONS ENTRE GYMNASTES</b>  <b>Par 2</b> <b>1 Chercher des moyens d'échanger son ruban</b>  <b>2 Chercher et réaliser des jeux à</b>	Expérimenter et noter les trouvailles  Le ruban peut s'arrêter pendant l'échange  Des exemples :	Des musiques variées (pulsation lentes et rapides)  Des espaces orientés dans le gymnase, 6 élèves par espace	Le ruban ne s'arrête pas sauf pour les échanges où un léger arrêt est autorisé	Travail sur la notion de contact, les trajectoires possibles sur l'échange

### Cerceau

ÉLAN-BALANCER, LACHER, RATTRAPER (variables)

- Cerceau dans le plan sagittal, à plat devant

#### TOURNER :

Cerceau au sol :

- En toupie, rotation autour de l'axe sur le sol dans le plan vertical
- Sur place en déplacement

Cerceau dans la main :

- Faire tourner autour des doigts, en position frontale, sagittale
- Suivi d'un « échapper » pour lancer vers le haut, reprendre.

#### ROULER

Au sol :

- Donner une impulsion pour l'envoyer – rattraper
- En le contrôlant, marcher à côté
- Le suivre, le dépasser pour le rattraper
- Faire une figure dans le déplacement (tourner autour, sauter au dessus...)

- Échanger par deux

Sur le corps :

- Sur le devant du corps, sur le dos

SAUTER - PASSER DEDANS :

- Sauter dedans sur des oscillations
  - Frontales (tenue deux mains)
  - Latérales (tenue une main)
- Passer dans le cerceau à la suite d'un lancer, d'un rouler

L'ensemble de la Séquence est présentée avec le Ruban. Il est possible de la transposer avec les autres engins : Ballon, Massue, Foulard, Cerceau.  
Chacune des fiches donne des pistes pour un engin différent.

### SITUATION DE COMPOSITION (1 à 2 séances)

Composer une production en essayant de créer un effet esthétique



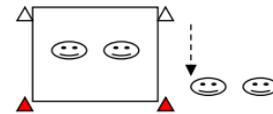
L'effet esthétique peut être obtenu par la réalisation de gestes amples, (le dessin est lisible, le ruban ne s'arrête pas), ou des éléments originaux ou encore des éléments réalisés très synchrones entre les deux gymnastes.

Concevoir et réaliser un enchaînement avec trois éléments engins/corporels + un élément avec l'autre (un contact ou un jeu ou un échange)  
Les éléments choisis sont identiques et maîtrisés les 2 gymnastes.

L'enseignant doit

- Organiser les espaces et les gymnastes dans le gymnase :

Un espace orienté pour 4, les duos gymnastes vont passer à tour de rôle pour réaliser leur enchaînement sur leur espace. Pendant le passage d'un des duos, l'autre duo cherche, échange, note ses choix.



- Organiser les musiques : choisir 2 ou 3 musiques qui vont défiler en boucle. Le départ et la fin de l'enchaînement des 2 gymnastes ne sont pas donnés par le début et la fin de la musique mais par l'immobilité des rubans et des gymnastes. Ainsi les duos peuvent travailler simultanément dans tout le gymnase.

- Organiser les consignes :

Quels éléments choisir que les 2 sachent maîtriser ? Où commencer ? Où finir ?

Consignes pour améliorer l'amplitude, le regard, la présence, la concentration...

Conseiller sur l'utilisation de l'espace, sur le faire ensemble...

- Organiser les traces : les duos doivent coder et noter leur enchaînement

### SITUATION DE BILAN

Concevoir et réaliser une production en essayant de créer un effet esthétique devant des juges et des spectateurs.

#### Ce qui est attendu

Par deux, composer et réaliser un enchaînement, dans un espace orienté devant des juges et des spectateurs. Cet enchaînement doit répondre aux exigences suivantes:

- Être concentrés du début jusqu'à la fin
- Un début et une fin marqués, partir et arriver ensemble
- **Trois éléments engins/corporels + un élément avec l'autre : un contact ou un jeu ou un échange**
- Les éléments choisis sont identiques et maîtrisés par les 2 gymnastes
- Un effet esthétique (mouvements amples, originaux ou encore très synchronisés)

#### Ce qui est évalué

Les critères de réussite vérifiés par les juges + enseignant

- début et fin ensembles
- respect des consignes
- effet esthétique

#### L'organisation

- $\frac{1}{2}$  classes réalise et juge, une  $\frac{1}{2}$  classe est spectatrice
- Des espaces en parallèles dans le gymnase
  - o 4 juges (2 juges pour les éléments, 1 pour le contact, un pour concentration et début et fin), les 4 émettent un avis sur l'effet.
  - o les présentations sur les espaces s'enchaînent (espace 1 puis espace 2 puis...)
  - o rotation sur les rôles sur chaque espace
- Deux passages sont autorisés pour chaque duo
- Une musique choisie parmi les 3 proposées dans la phase composition
- Des spectateurs attentifs

