

CAP BEP GYMNASTIQUE au Sol

COMPETENCES ATTENDUES		PRINCIPES D'ELABORATION DE L'EPREUVE		
<p>NIVEAU 1 Construire , réaliser et juger 3 séquences représentatives d'un enchaînement gymnique au sol qui articulent les dimensions acrobatique et esthétique dans le respect du code de référence</p> <p>NIVEAU 2 Concevoir , construire , réaliser devant un public et juger un enchaînement gymnique composé d'au moins 6 éléments , qui intègre les dimensions acrobatiques et esthétiques dans le respect du code de référence</p>		<ul style="list-style-type: none"> - Réalisation libre présentée sur une fiche type qui comporte son scénario (figurines , chronologie et niveau de difficultés) - La variété des familles doit être représentée - Le nombre d'éléments et le niveau de difficultés, identifiés - Des contraintes de temps : Le niveau 1 et -1 libre / le niveau 2 = entre 30" et 1mn - Le Niveau 1 et -1 = l'enchaînement est réalisé sur un chemin de tapis (12m x 2m) / le niveau 2 = l'enchaînement peut se faire sur un praticable (au moins deux longueurs dont une diagonale <p>Commentaires :</p> <ul style="list-style-type: none"> - La cotation des difficultés est référée au code de Gymnastique UNSS 1998 - Difficultés A=0,60 B=0,80 C=1,0 D=1,2 - Pour les garçons les éléments du code UNSS n°7-8-9 non identifiés peuvent se substituer à n'importe quelle famille (I – II – III – IV) 		
Points	Eléments à évaluer	NIVEAU 1 EN COURS D'ACQUISITION	DEGRE D'ACQUISITION DU NIVEAU 1	DEGRE D'ACQUISITION DU NIVEAU 2
15/20	Difficulté et réalisation de la construction de la prestation DIFFICULTE = 6 points	<ul style="list-style-type: none"> - La somme des difficultés doit être au moins égale à 3,6 points (6A= 3,6 pts) - Au moins deux séquences de 2 éléments acrobatiques différents - Une séquence de 2 éléments gymniques dont un saut 	<ul style="list-style-type: none"> -La somme des difficultés doit être au moins égale à 4 points (au moins 2 difficultés B) -3 séquences au total de 2 éléments acrobatiques - Chaque séquence est composée de 2 éléments acrobatiques différents et/ou esthétiques reliés entre eux par un éléments de liaison - Si un éléments est réalisé 2 fois , sa valeur n'est prise en compte qu'une fois 	<ul style="list-style-type: none"> - La somme des difficultés doit être supérieure à 4 points (au moins 3 difficultés B) - 6 éléments sont pris en compte pour l'attribution des points de difficultés - Tous les autres éléments sont considérés comme des éléments de liaison - Si un éléments est réalisé 2 fois , sa valeur n'est prise en compte qu'une fois
	EXECUTION = 9 points	Le gymnaste obtient au plus 4,6 pts sur 9 en exécution	Le gymnaste obtient entre 4,8 et 7 points en exécution	Le gymnaste obtient entre 7,2 et 9 points en exécution
		<p>1) La difficulté de l'enchaînement ne doit pas être privilégiée au détriment d'une parfaite exécution</p> <p>3types de fautes :</p> <ul style="list-style-type: none"> - fautes de tenue (liées à la tenue , à la présentation et au maintien) = petites fautes = 0,2 pt - fautes de rythme (fluidité , alternance de temps forts et de temps faibles , rupture de l'enchaînement) = fautes moyennes = 0,4 pt - fautes techniques (liées à la réalisation technique des éléments (gainage , amplitude , placements segmentaires ,) = grosses fautes = 0,6 pt <p>Fautes particulières au sol ne concernant que le Niveau 2</p> <ul style="list-style-type: none"> - limite de temps : inférieur à 30" = -1pt / supérieur à 1mn=-0,4pt - contrainte d'espace : chemin de tapis = - de 2 longueurs=-1pt / praticable =-de 2 longueurs ou diagonale manquante = -1pt - Tout élément non réalisé , réalisé avec aide ou non maîtrisé entraîne la suppression de sa valeur 		
02/20	Construction	00 pt Présence des deux séquences acrobatiques et de la séquence gymnique (en termes binaires oui =1pt / non = 00pt)	1,5pt Présence des 3 séquences acrobatiques (en termes binaires oui = 1,5 pt si non voir niveau N-1) - Adéquation entre les réalisations et les ressources de l'élève - Juxtaposition d'éléments	2pts Présence des 4 familles (en termes binaires oui = 2pts si non voir N1 ou N-1 - Choix des éléments en adéquation avec les ressources des élèves - Les éléments s'enchaînent de façon continue
03/20	Juger	00pt L'élève juge repère tous les éléments de difficultés = 1pt si non =00pt	1,5 L'élève juge repère tous les éléments de difficultés = 1pt L'élève juge repère toutes les séquences acrobatiques = 0,5 pt si non =00pt L'écart de notation sur la note d'exécution avec le professeur est inférieur à 1,5 pt = 0,5 pt	2,5pts L'élève juge repère tous les éléments de difficultés = 1pt L'élève juge repère toutes les exigences de composition = 1pt L'écart de notation sur la note d'exécution avec le professeur est inférieur à 1,5 pt = 0,5 pt / inférieur à 1pt = 1pt

CAP BEP GYMNASTIQUE AUX AGRES Barres (asymétriques , parallèles , fixe)

COMPETENCES ATTENDUES		PRINCIPES D'ELABORATION DE L'EPREUVE		
<p>NIVEAU 1 Construire , réaliser et juger un enchaînement gymnique qui articulent les dimensions acrobatique et esthétique dans le respect du code de référence</p> <p>NIVEAU 2 Concevoir , construire , réaliser devant un public et juger un enchaînement gymnique composé d'au moins 6 éléments , qui intègre les dimensions acrobatiques et esthétiques dans le respect du code de référence</p>		<ul style="list-style-type: none"> - Réalisation libre présentée sur une fiche type qui comporte son scénario (figurines , chronologie et niveau de difficultés) - La variété des familles doit être représentée - Nombre d'éléments et niveau de difficulté identifiés - Passage devant un jury <p>Commentaires :</p> <ul style="list-style-type: none"> - La cotation des difficultés est référée au code de Gymnastique UNSS 1998 - Difficultés A=0,60 B=0,80 C=1,0 D=1,2 		
Points	Eléments à évaluer	NIVEAU 1 EN COURS D'ACQUISITION	DEGRE D'ACQUISITION DU NIVEAU 1	DEGRE D'ACQUISITION DU NIVEAU 2
15/20	<p>Difficulté et réalisation de la construction de la prestation</p> <p align="center">DIFFICULTE = 6 points</p>	<ul style="list-style-type: none"> - La somme des difficultés doit être au moins égale à 3,6 points (6A= 3,6 pts) - L'enchaînement gymnique intègre au minimum un appui , une suspension et un changement de face . 	<ul style="list-style-type: none"> -La somme des difficultés doit être au moins égale à 4 points (au moins 2 difficultés B) -L'enchaînement gymnique intègre un appui , une suspension , un changement de face et une rotation ou un maintien - Si un éléments est réalisé 2 fois , sa valeur n'est prise en compte qu'une fois 	<ul style="list-style-type: none"> - La somme des difficultés doit être supérieure à 4 points (au moins 3 difficultés B) - 6 éléments sont pris en compte pour l'attribution des points de difficultés - Tous les autres éléments sont considérés comme des éléments de liaison Si un éléments est réalisé 2 fois , sa valeur n'est prise en compte qu'une fois Exigences de composition : <u>Aux barres asymétriques</u> : 2 rotations/ 1 appui sur chaque barre dont un changement de face / 2 suspensions <u>Aux barres parallèles</u> : 1 passage à l'appui brachial (groupe 2 et 3) / 1 passage à la suspension (groupe 5 et 6) / 1 maintien (groupe 7) / 1 changement de face (groupe 8) <u>A la barre fixe</u> : un travail de l'appui à la suspension ou inversement / un changement de face / une rotation / un changement de prise sans changement de face
	<p align="center">EXECUTION = 9 points</p>	<p>Le gymnaste obtient au plus 4,6 pts sur 9 en exécution</p>	<p>Le gymnaste obtient entre 4,8 et 7 points en exécution</p>	<p>Le gymnaste obtient entre 7,2 et 9 points en exécution</p>
<p>2) La difficulté de l'enchaînement ne doit pas être privilégiée au détriment d'une parfaite exécution</p> <p>3types de fautes :</p> <ul style="list-style-type: none"> - fautes de tenue (liées à la tenue , à la présentation et au maintien) = petites fautes = 0,2 pt - fautes de rythme (fluidité , alternance de temps forts et de temps faibles , rupture de l'enchaînement) = fautes moyennes = 0,4 pt - fautes techniques (liées à la réalisation technique des éléments (gainage , amplitude , placements segmentaires ,) = grosses fautes = 0,6 pt <p>Fautes particulières aux barres ne concernant que le Niveau 2</p> <ul style="list-style-type: none"> - Elan intermédiaire (-0,4) / Arrêt (-0,4) / Touche de l'agrès (-0,4) / S'accrocher à l'agrès pour éviter la chute (-0,6) / Chute (-0,8) / Absence de sortie (0,6) - Tout élément non réalisé , réalisé avec aide ou non maîtrisé entraîne la suppression de sa valeur 				
02/20	<p>Construction</p>	<p>00 pt 1pt Présence d'un appui , d'une suspension et d'un changement de face (en termes binaires oui =1pt / non = 00pt)</p>	<p align="right">1,5pt</p> <p>Présence d'un appui , d'une suspension et d'un changement de face (en termes binaires oui =1pt / non = 00pt)</p> <p>Présence d'un maintien ou d'une rotation = + 0,5pt</p> <ul style="list-style-type: none"> - Adéquation entre les réalisations et les ressources de l'élève - Juxtaposition d'éléments 	<p align="right">2pts</p> <p>Présence des 4 familles (en termes binaires oui = 2pts si non voir N1 ou N-1</p> <ul style="list-style-type: none"> - Choix des éléments en adéquation avec les ressources des élèves - Les éléments s'enchaînent de façon continue
03/20	<p>Juger</p>	<p>00pt 01pt L'élève juge repère tous les éléments de difficultés = 1pt si non =00pt</p>	<p align="right">1,5 2pts</p> <p>L'élève juge repère tous les éléments de difficultés = 1pt</p> <p>L'élève juge repère toutes les familles de la composition = 0,5 pt si non =00pt</p> <p>L'écart de notation sur la note d'exécution avec le professeur est inférieur à 1,5 pt = 0,5 pt</p>	<p align="right">2,5pts 3pts</p> <p>L'élève juge repère tous les éléments de difficultés = 1pt</p> <p>L'élève juge repère toutes les exigences de composition = 1pt</p> <p>L'écart de notation sur la note d'exécution avec le professeur est inférieur à 1,5 pt = 0,5 pt / inférieur à 1pt = 1pt</p>

COMPETENCES ATTENDUES		CAP BEP GYMNASTIQUE à la Poutre - PRINCIPES D'ELABORATION DE L'EPREUVE		
<p>NIVEAU 1 Construire , réaliser et juger un enchaînement gymnique qui articulent les dimensions acrobatique et esthétique dans le respect du code de référence</p> <p>NIVEAU 2 Concevoir , construire , réaliser devant un public et juger un enchaînement gymnique composé d'au moins 6 éléments , qui intègre les dimensions acrobatiques et esthétiques dans le respect du code de référence</p>		<ul style="list-style-type: none"> - Réalisation libre présentée sur une fiche type qui comporte son scénario (figurines , chronologie et niveau de difficultés) - La variété des familles doit être représentée - Le nombre d'éléments et le niveau de difficulté identifiés - Prestation réalisée sous forme d'un aller et un retour (deux longueurs de poutre au minimum) - Possibilité de limiter en temps la prestation pour le Niveau 2 <p>Commentaires :</p> <ul style="list-style-type: none"> - La cotation des difficultés est référée au code de Gymnastique UNSS 1998 - Difficultés A=0,60 B=0,80 C=1,0 D=1,2 		
Points	Eléments à évaluer	NIVEAU 1 EN COURS D'ACQUISITION	DEGRE D'ACQUISITION DU NIVEAU 1	DEGRE D'ACQUISITION DU NIVEAU 2
15/20	<p>Difficulté et réalisation de la construction de la prestation</p> <p style="text-align: center;">DIFFICULTE = 6 points</p>	<ul style="list-style-type: none"> - La somme des difficultés doit être au moins égale à 3,6 points (6A= 3,6 pts) - L'enchaînement gymnique intègre au minimum un éléments de maintien , une série gymnique de 2 éléments dont un saut , un élément acrobatique en entrée ou en sortie 	<p>-La somme des difficultés doit être au moins égale à 4 points (au moins 2 difficultés B)</p> <p>-L'enchaînement gymnique intègre un élément de maintien , une série gymnique de 2 éléments dont un saut et deux éléments acrobatiques dont un réalisé hors entrée ou sortie</p> <p>- Si un éléments est réalisé 2 fois , sa valeur n'est prise en compte qu'une fois</p>	<ul style="list-style-type: none"> - La somme des difficultés doit être supérieure à 4 points (au moins 3 difficultés B) - 6 éléments sont pris en compte pour l'attribution des points de difficultés - Tous les autres éléments sont considérés comme des éléments de liaison - Si un éléments est réalisé 2 fois , sa valeur n'est prise en compte qu'une fois <p>Exigences de composition :</p> <p>Une entrée en appui / 2 éléments acrobatiques / 2 éléments chorégraphiques / une sortie en rotation / 2 longueurs de poutre minimum</p>
		<p>Le gymnaste obtient au plus 4,6 pts sur 9 en exécution</p>	<p>Le gymnaste obtient entre 4,8 et 7 points en exécution</p>	<p>Le gymnaste obtient entre 7,2 et 9 points en exécution</p>
	<p>EXECUTION = 9 points</p>	<p>3) La difficulté de l'enchaînement ne doit pas être privilégiée au détriment d'une parfaite exécution</p> <p>3types de fautes :</p> <ul style="list-style-type: none"> - fautes de tenue (liées à la tenue , à la présentation et au maintien) = petites fautes = 0,2 pt - fautes de rythme (fluidité , alternance de temps forts et de temps faibles , rupture de l'enchaînement) = fautes moyennes = 0,4 pt - fautes techniques (liées à la réalisation technique des éléments (gainage , amplitude , placements segmentaires ,) = grosses fautes = 0,6 pt <p>Fautes particulières à la poutre ne concernant que le Niveau 2</p> <ul style="list-style-type: none"> - Arrêt (-0,4) / Touche de l'agrès (-0,4) / S'accrocher à l'agrès pour éviter la chute (-0,6) / Chute (-0,8) / Absence de sortie (-0,6) / marche sur pieds à plat (0,6) - Tout élément non réalisé , réalisé avec aide ou non maîtrisé entraîne la suppression de sa valeur 		
02/20	<p>Construction</p>	<p>00 pt 1pt Présence d'un élément de maintien , d'une série gymnique de 2 éléments dont un saut et d'un élément acrobatique en entrée ou en sortie (en termes binaires oui =1pt / non = 00pt)</p>	<p style="text-align: right;">1,5pt</p> <p>Présence d'un élément de maintien , d'une série gymnique de 2 éléments dont un saut et d'un élément acrobatique en entrée ou en sortie (en termes binaires oui =1pt / non = 00pt)</p> <p>Présence d'un élément acrobatique hors entrée ou sortie = 0,5 pt si non = 00pt</p> <ul style="list-style-type: none"> - Adéquation entre les réalisations et les ressources de l'élève - Juxtaposition d'éléments 	<p style="text-align: right;">2pts</p> <p>Présence de toutes les exigences de composition (en termes binaires oui = 2pts si non voir N1 ou N-1)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Choix des éléments en adéquation avec les ressources des élèves - Les éléments s'enchaînent de façon continue
03/20	<p>Juger</p>	<p>00pt 01pt L'élève juge repère tous les éléments de difficultés = 1pt si non =00pt</p>	<p style="text-align: right;">1,5 2pts</p> <p>L'élève juge repère tous les éléments de difficultés = 1pt</p> <p>L'élève juge repère toutes les familles de la composition = 0,5 pt si non =00pt</p> <p>L'écart de notation sur la note d'exécution avec le professeur est inférieur à 1,5 pt = 0,5 pt si non = 00pt</p>	<p style="text-align: right;">2,5pts 3pts</p> <p>L'élève juge repère tous les éléments de difficultés = 1pt</p> <p>L'élève juge repère toutes les exigences de composition = 1pt</p> <p>L'écart de notation sur la note d'exécution avec le professeur est inférieur à 1,5 pt = 0,5 pt / inférieur à 1pt = 1pt</p>