



J'IMA'GYM

DEFINITION -CHAMP DE L'ACTIVITE :

Enchaînement collectif d'éléments prélevés dans les activités sportives et artistiques de Gymnastique :

- Gymnastique Artistique : les acrobaties au sol
- Gymnastique Rythmique : les actions avec engins
- Gymnastique Acrobatique : les pyramides

La production destinée à être vue et appréciée mettra en synergie les aspects sportifs et artistiques de ces trois activités en s'appuyant sur des techniques mises au service d'un projet expressif.

Ce projet a pour ambition d'initier les élèves à des activités et des notions peu abordées à l'école :

L'extraordinaire, l'art du dépassement et de l'originalité où peuvent se mêler sensibilité, virtuosité, humour, ...

La maîtrise, des éléments choisis, des attitudes et de ses émotions à la recherche de la qualité et de la précision ...

La mise en scène où l'on peut jouer sur l'espace, le temps, les relations...pour produire des effets sur le spectateur.

On peut alors avec les élèves construire « **notre projet collectif** », son titre, nos accessoires, nos costumes, nos décors, notre affiche et programme, et ainsi s'initier à la scénographie, et même au maquillage de scène.



CADRE ET CONTENU :

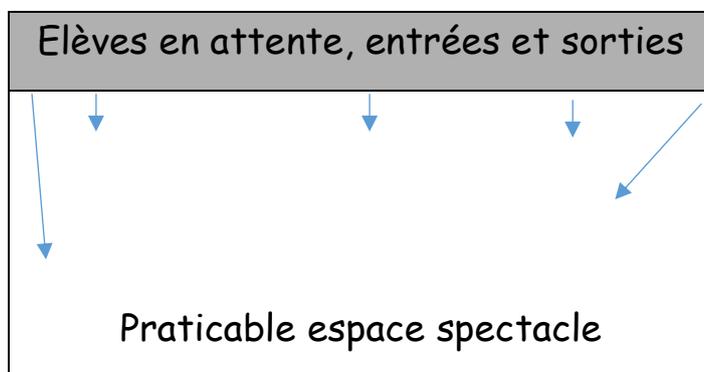
- 8 minutes maximum
- Une **musique** ou un montage de musiques de 8mn maximum envoyé en format MP3 à l'USEP 91 et sur une clé USB.
- La production collective, peut contenir des éléments issus des 3 fiches suivantes :

[Les acrobaties au sol](#)

[Les actions avec engin](#)

[Les pyramides](#)

- Une surface de 13/13m
- Une seule zone d'attente, d'entrée et de sortie au fond du praticable.



CONSEILS

- Tous les élèves **ne sont pas obligés** de participer à tout et de réaliser les mêmes éléments.
- Les éléments choisis peuvent être réalisés **plusieurs fois** dans des lieux, orientations et moments différents de la production.
- Consulter [les fiches ressources](#) ci dessus pour élaborer votre projet.

UNE DEMARCHE EN 3 ETAPES

extrait du [Dossier GYMNASTIQUE – Introduction page 5 -Boîte à outils C : C1 – page 70](#)

ETAPE 1 : CONSTRUIRE UN REPERTOIRE D' ACTIONS ET D' ELEMENTS

Il s'agit pour les élèves **de passer d'actions motrices variées explorées à l'acquisition d'éléments gymniques maîtrisés.**

Ces éléments seront validés s'ils sont réalisés avec précision dans un espace, une durée et reproduits au moins trois fois de suite à l'identique.

ETAPE 2 : ENCHAINER DES ELEMENTS SEUL OU EN PETIT GROUPE

Il s'agit **de passer de la réalisation d'éléments isolés à l'enchaînement de plusieurs éléments.** Pour cela, les élèves sont amenés à

- Choisir parmi les éléments travaillés, les plus adaptés à ses ressources et les maîtriser de façon isolée.
- Ordonner les différents éléments choisis selon les contraintes définies (nombre d'éléments, espace donné, durée, critères de qualité...)
- Présenter devant un camarade ou un petit groupe de travail.

Le guidage ciblera l'objectif de passer d'éléments enchaînés les uns à la suite des autres à des éléments combinés. L'élève sera amené à s'interroger sur l'effet produit sur le spectateur en variant les placements, orientations, formations, occupation de l'espace, ...

⚠ Les membres d'un groupe s'entendent pour réaliser des éléments en commun mais ils peuvent également réaliser des éléments différents.

ETAPE 3 : CONSTRUIRE UN ENCHAINEMENT COLLECTIF POUR LA CLASSE

Il s'agit **de passer de l'enchaînement d'éléments à la création du spectacle, du sportif à l'artistique.** Pour cela, l'enseignant est amené à

- Lister le répertoire de la classe : les gestes, postures, déplacements et petits enchaînements communs à tous et aux différents groupes constitués.
- Organiser les différentes séquences du répertoire comme autant de vignette d'une bande dessinée selon un principe choisi :
 - ✓ En mode scénario comme une histoire valorisant des personnages, une énigme, un début et une fin...
 - ✓ En mode couplet-refrain comme une chanson pour distinguer les moments de chacun (le couplet) séparés par un refrain pouvant varier.
 - ✓ En 3 parties comme une forme sonate, on installe, on développe, on revient au début.
- Utiliser des procédés de composition pour soutenir l'intention. On joue ainsi sur la symbolique et les images auxquelles elle renvoie : le crescendo, les vitesses, les entrées, les sorties... les positions sur le plateau, les orientations, les déplacements un zigzag suggère la gaité, l'ivresse, une colonne l'ordre... Les relations entre partenaires : l'unisson inspire la force, l'unité, le lien ; le canon, la régularité, etc.
- Donner le temps de s'approprier, Mémoriser, Interpréter

Consulter la fiche d'aide à la composition collective ([lien](#))

POUR EVITER LA MONOTONIE

VARIER

L'ESPACE

Les formations : cercle, colonne, quinconce, ligne, carré, étoile ...

L'occupation : coins, milieu, diagonale, côté, l'avant, l'arrière...traversé, saturé, vidé...

L'orientation : face, profil, dos, diagonale

Les niveaux : du plus haut au plus bas (sol, mi-hauteur, debout)

La distance : entre les gymnastes, les groupes, les membres d'un groupe

Les dimensions : amplitude des gestes, postures ou déplacements

Les formes : pointues, arrondies, longues, géométriques, symétriques ...

LE TEMPS

Les vitesses : très vite, très lent, accéléré, ralentir

Les accents : arrêt prolongé, saut, changement de direction, contrastes

Les éléments sonores des gymnastes : frappés, texte, chant, souffle

La musique : musiques contrastées, voix, silence, le climat, l'ambiance, ...

LES RELATIONS liées

A l'espace :

Les actions : se rencontrer, se croiser, se séparer, s'éviter...

Le nombre de gymnastes regroupés ou isolés...

Au temps

À l'unisson : ensemble en mouvement simultanément.

Le dialogue ou question réponse : mouvement des danseurs l'un après l'autre.

Le canon : séquence réintroduite par d'autres danseurs à intervalle régulier.

La cascade : rebondissement successif d'un geste ou d'une séquence

Aux partenaires

Les contacts sur les parties du corps en contact : mains, dos, bassin, pieds, tête...

Les actions : manipuler, s'appuyer, porter...

Les rôles à tenir : semblables, opposés, différents, modèle, miroir...

Aux objets

PROPOSER DES CONTRASTES ET DES SURPRISES

Rapide/arrêt, musique/silence, haut/bas, gestuelle ronde/ anguleuse, liée et fluide/saccadée et compacte, tous/un, ensemble à l'unisson/ improvisation...

On peut également utiliser des expressions du visage et interventions orales inattendues.

ENRICHIR

Soigner les tenues, en choisir la/les couleurs, les accessoires, les éléments de décors... pour renforcer le sens du projet et guider la lecture du spectateur.

DONNER UN TITRE POUR FINALISER LE PROJET

Il sera choisi pour inviter le spectateur à entrer dans le projet sans tout lui dévoiler. Il ne sera donc pas forcément le titre de la musique ou de l'histoire choisie, mais aura pour fonction d'ouvrir la première fenêtre sur le spectacle, de déclencher la curiosité et l'imaginaire des spectateurs