Chorégraphie trio début-fin

Gymnastique • Collège 4e/3e • CA3

Objectif

Coordonner début et fin de séquence

But

3 chorégraphies synchronisées

Thème

Améliorer sa précision technique (appuis, gainage, orientation)

Organisation et rôles

Trio en action, jugé par un autre groupe; inversion après chaque présentation — 3 élèves, dont 3 en action et 0 observateurs.

Sécurité

Praticable libre, signal départ unique, pas de croisements dangereux

Consigne

Trio sur praticable 8×8 m. Créer entrée commune, 2 figures dynamiques, 1 posture collective 3 s, sortie commune. +1 si synchronisation et orientation correctes.

Critères de réalisation

- Début net
- Posture stable 3 s
- Sortie coordonnée

Critère de réussite

3 séquences correctes en 4 essais

Matériel

Praticable 8×8 m, 6 plots, fiche critères

Variables de différenciation

- Durée 20–30 s
- Nombre figures 3–5
- Essais 3–5