

@chapeau

Le jeu de la gymnastique

@TITRES_ECRAN

@TE00

Le jeu des agrès

@BULLES

@IB01

Les barres asymétriques

@IB02

Le cheval-d'arçons

@IB03

Les anneaux

@IB04

Le sol

@IB05

La barre fixe

@IB06

La poutre

@IB07

La table de saut

@IB08

Les barres parallèles

@IB97

Retour à l'explication

@IB98

Le jeu

@IB99

Retour au sommaire

@BOUTONS

@LEGENDES_MEDIA

@LM00

Nombre\de clics :

@LM07_04

Le tremplin

@AIDE

@INFO

@DICO

@@

@TOUT02_00

La gymnastique est un sport olympique depuis 1896 pour les hommes et 1928 pour les femmes. Elle regroupe trois disciplines : la gymnastique artistique, la gymnastique rythmique et le trampoline. Aux Jeux olympiques de Montréal, en 1976, la note de dix sur dix est obtenue par une gymnaste roumaine : Nadia Comaneci. C'est la première fois que cette note est attribuée. Découvre les huit agrès de la gymnastique artistique et clique sur le laurier dès que tu es prêt(e) à concourir !

@TOUT02_01

Les barres asymétriques sont l'agrès le plus spectaculaire. Pendant soixante-dix secondes, la gymnaste enchaîne, au minimum, dix éléments en suspension, des tours et des sauts, à un rythme soutenu. Seules les filles pratiquent cet agrès.

@TOUT02_02

Attention, seules les mains peuvent toucher le cheval-d'arçons. Inutile de te dire qu'il faut des bras d'acier pour enchaîner rapidement les ciseaux et les cercles en appui sur deux mains. Les filles ne pratiquent pas cet agrès.

@TOUT02_03

Les anneaux sont l'agrès qui requiert le plus de force musculaire. Cette figure, appelée « croix de fer », doit être tenue au moins deux secondes pour être approuvée par le jury. Cette discipline n'est exercée que par les garçons.

@TOUT02_04

Au sol, les exercices (sauts, enchaînements, équilibres, diagonales) sont pratiqués par les garçons et les filles en soixante-dix secondes. Les filles évoluent en musique. Le praticable doit absorber l'énergie des mouvements et amortir les chocs.

@TOUT02_05

À la barre fixe, le corps ne doit jamais toucher terre. Le soleil, un tour entier de la barre sans s'arrêter, est au rendez-vous de cet agrès pratiqué seulement par les garçons. Frissons garantis !

@TOUT02_06

Seulement dix petits centimètres de large pour y pratiquer des équilibres, des roues et des sauts arrière ou avant... La poutre est redoutée, les chutes y sont fréquentes. Seules les filles pratiquent cet agrès.

@TOUT02_07

Garçons et filles doivent impérativement poser les deux mains sur la table de saut après avoir pris leur élan. Ensuite, ils doivent réaliser une figure acrobatique dans l'espace puis retomber de manière équilibrée. Vivacité et équilibre sont nécessaires pour cet agrès !

@TOUT02_08

Seuls les garçons pratiquent les barres parallèles. Force, équilibre et souplesse sont indispensables pour cet agrès. Le gymnaste travaille au-dessus et au-dessous des barres avec une ou deux mains.

@TOUT02_J_00

Pour ce jeu, il te faut un peu de mémoire et de la vivacité. Commence par écouter la consigne du ou de la gymnaste puis redonne-lui son agrès en cliquant dessus. Attention, tu as seize clics pour réussir cette épreuve ! Dès que tu es prêt(e), clique sur un des gymnastes. Bonne chance !

@TOUT02_J_00_BIS

Pour ce jeu, il te faut un peu de mémoire et de vivacité. Commence par écouter la consigne du ou de la gymnaste puis redonne-lui son agrès en cliquant dessus. Attention, tu as un nombre de clics limité pour réussir cette épreuve. Dès que tu es prêt(e), clique sur un des gymnastes. Bonne chance !

@TOUT02_OK_01

Bravo, c'est un vrai sans-faute ! Pour choisir une autre épreuve, clique sur les anneaux olympiques pour retourner au sommaire.

@TOUT02_OK_02

Bravo ! Ce n'est pas un sans-faute, mais tu as tout de même réussi cette épreuve. Clique sur les anneaux olympiques pour poursuivre la compétition.

@TOUT02_OK_03

Oups ! Tu as eu chaud, tu as gagné de justesse ! Clique sur les anneaux olympiques pour poursuivre la compétition.

@TOUT02_NO_04

Perdu ! Tant pis pour cette épreuve. Pour tenter ta chance ailleurs, clique sur les anneaux olympiques.

@TOUT02_A

Je pratique cet agrès en musique.

@TOUT02_B

Je dois prendre mon élan et poser mes deux mains.

@TOUT02_C

J'ai dix petits centimètres pour y pratiquer mes figures.

@TOUT02_D

Seules les filles pratiquent cet agrès en tournoyant autour de deux barres.

@TOUT02_E

Je peux seulement utiliser mes mains pour tourner à droite et à gauche sur ce drôle d'engin !

@TOUT02_F

Je dois réaliser une « croix de fer ».

@TOUT02_G

Seuls les garçons pratiquent cet agrès qui est composé de deux barres.

@TOUT02_H

J'adore faire des soleils !

@EOF