**Fiche d’évaluation «Renversement»**

**Nom, prénom: ………………………………………………………………… Date: ………………………………**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Critère** |  | 0 point |  | 1 point |  | 2 points |  | 3 points |
| **Degré de difficulté du renversement** |  |  |  | * Renversement avec réception sur le dos * Renversement lent avec aide des partenaires |  | * Renversement avec aide des engins et des partenaires * Renversement avec aide des engins (deux ou trois éléments) et appui éloigné avec aide des partenaires |  | * Renversement avec aide des engins mais sans aide des partenaires * Renversement avec aide des engins (un élément) et appui éloigné avec aide des partenaires |
| **Tenue du corps** |  | Le corps n’est pas contrôlé durant le déroulement du mouvement. |  | Le corps est en partie tendu. Le contrôle n’est pas assuré tout au long du mouvement. |  | Le corps est tendu et contrôlé durant une bonne partie du mouvement. |  | Le corps est tendu et contrôlé durant tout le mouvement. |
| **Changement des positions (courbette)** |  | Le corps reste arrondi durant tout le mouvement. |  | Seule une partie des positions C+, I et C- est visible (la position C- est rarement perceptible). |  | Le changement de la position C+ à C- en passant par la position I est en partie perceptible. |  | Le changement de la position C+ à C- en passant par la position I est bien visible. |
| **Réception debout** |  | La réception sur les pieds n’est pas possible. |  | La réception est incontrôlée et/ou dure. |  | La réception peut être contrôlée à l’aide de petits mouvements de rattrapage. |  | La réception est contrôlée et amor­tie par un mouvement de ressort. |
| **Réception sur le dos** |  | La position I est déjà abandonnée avant la réception. Le corps roule sur le tapis. |  | La position I n’est pas tenue jusqu’à la fin. Les membres touchent le tapis de manière décalée. |  | La réception s’effectue dans la position I bien tendue. Talons, hanches et épaules touchent le tapis presque simultanément. |  | La réception s’effectue dans la position I parfaite. Talons, hanches et épaules touchent le tapis simultanément. |

Total de points: …………… Note: …………

**Exemple de barème**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 6 | 5,5 | 5 | 4,5 | 4 | 3,5 | 3 |
| 11, 12 | 10 | 8, 9 | 7 | 5, 6 | 4 | 3 et moins |