Tourner et se balancer: Rotation aux barres parallèles (niveau A)

Lors de ce test, les élèves se balancent aux barres parallèles et doivent effectuer une sortie avec rotation.

Pour ce test, les élèves doivent se balancer harmonieusement aux barres parallèles et effectuer une sortie avec rotation.

Ils effectuent la sortie après le 3e balancement en arrière et réceptionnent en douceur sur le tapis à côté de la barre.

Rotation aux barres parallèles (niveau A) (pdf)

Rotation aux barres parallèles (niveau A): Fiche d'évaluation (xls)

Remarques générales

Les compétences disciplinaires se voient concrétisées au travers de trois niveaux: le niveau A – susceptible d'être atteint par presque tous les élèves, le niveau B – par la moyenne d'entre eux et le niveau C – par les meilleurs.

Les compétences disciplinaires et/ou les tests associés peuvent aussi servir à faire le point: Où se situent les élèves? Quelles compétences doivent être travaillées en premier lieu? Quelles compétences sont importantes pour les élèves? Sur la base de ces questions, une convention d'objectifs est établie avec les élèves: qu'est-ce qui est fait et voulu, quand et comment?

L'évaluation par l'enseignant d'une compétence doit être accompagnée le plus souvent possible par une évaluation personnelle de l'élève. Cette manière de procéder incite ce dernier non seulement à développer sa capacité de réflexion, mais encore à endosser des responsabilités.

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO