

A l'appui: S'asseoir sur la barre fixe (niveaux AB)

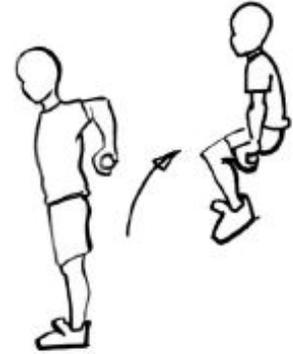
L'objectif de ce test est de réussir à s'asseoir sur la barre fixe après un saut en arrière.

L'élève est debout, dos contre la barre fixe à hauteur de ventre. Il saute en arrière pour s'asseoir sur la barre fixe.

L'élève a deux essais.

[S'asseoir sur la barre fixe \(niveaux AB\) \(pdf\)](#)

[S'asseoir sur la barre fixe \(niveaux AB\): Fiche d'évaluation \(xls\)](#)



Remarque

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.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO