

Aider et assurer: Aide à l'appui renversé roulé avant (niveau B)

Ce test permet de déterminer si les élèves sont capables d'aider un camarade à l'appui renversé roulé avant.

Deux personnes assurent le gymnaste à l'appui renversé roulé en le tenant aux cuisses. Le gymnaste monte à l'appui renversé, et avec l'aide des deux partenaires roule sur la nuque en position accroupie et termine l'exercice à la station.

L'exercice est répété avec la même répartition des rôles. Chaque personne effectue deux fois l'exercice et assure quatre fois.



[Aide à l'appui renversé roulé avant \(niveau B\)](#) (pdf)

[Aide à l'appui renversé roulé avant \(niveau B\): 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