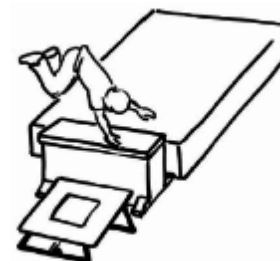


Sauter: Saut facial groupé par-dessus le caisson (niveau A)

Dans ce test, les élèves doivent contrôler leur corps tout en effectuant un saut depuis le mini-trampoline.

Saut depuis le mini-trampoline. Les élèves posent les mains de travers sur le caisson. Pendant que les hanches s'élèvent, une main lâche le contact et la rotation de $\frac{1}{4}$ de tour autour du bras d'appui (gauche ou droit) se déclenche. Réception amortie et contrôlée (à la station). Les élèves disposent de deux essais.



[Saut facial groupé par-dessus le caisson \(niveau A\)](#) (pdf)

[Saut facial groupé par-dessus le caisson \(niveau A\): 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