

# Se mouvoir, interpréter, danser: Séquence de mouvements d'aérobic (niveau C)

Dans ce test, l'enseignant évalue la capacité de l'élève à créer une séquence de mouvements d'aérobic et à l'enseigner à ses camarades.

L'élève prépare seul et en musique une séquence de mouvements (durée: au moins 1 min.) composée d'au moins huit pas d'aérobic différents, puis l'enseigne au reste de la classe.

[Séquence de mouvements d'aérobic \(niveau C\)](#)(pdf)

[Séquence de mouvements d'aérobic \(niveau C\): 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