

Acrobatie avec partenaire – Leçon 3: Réussir le salto ensemble

Dans cette leçon, les élèves appliquent la prise opposée, une aide indispensable pour l'exécution en toute sécurité de formes coopératives du salto.

Conditions cadres

- Durée de la leçon: 45 minutes
- Degré scolaire: 6H-8H
- Niveau de progression: débutants
- Niveau d'apprentissage: acquérir



Objectif d'apprentissage

- Effectuer le salto avant et arrière avec aide

[Leçon 3: Réussir le salto ensemble](#) (pdf)

Source: Corinne Spichtig, chargée d'enseignement pour le mouvement et le sport à la HEP Berne



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO