





Degré	1 ^{re} à 2 ^e année
Aspect	Compétences disciplinaires
Aspect spécifique	Tourner
Compétence	Expérimenter une grande variété de rotations pour développer son sens de l'orientation
Niveau B	J'effectue des rotations difficiles.



Culbute avant avec physio-ball

Description de la tâche	L'élève se couche à plat ventre sur le physio-ball et s'appuie sur le sol avec les mains. De cette position (appui élevé), il roule délicatement sur le tapis.
Evaluation/Exigences	Le test est réussi lorsque de la position à plat ventre sur le physio-ball, l'élève maintient un instant l'appui et roule sur le tapis. Les élèves disposent de 2 essais.
Critères d'observation	<div style="display: flex; align-items: flex-start;"><div style="margin-right: 20px;"> </div><ul style="list-style-type: none">• Mains appuyées parallèlement sur le sol.• L'élève roule sur la nuque, puis sur le dos.• L'élève maintient un instant la position d'appui élevé.• L'élève se relève sans l'aide des mains • L'élève fléchit les bras.• Roule sur la tête et pas sur la nuque.</div>
Consignes aux élèves	«Pour cet exercice, mettez vous à plat ventre sur le physio-ball, placez les mains parallèles sur le sol. Mettez le poids du corps sur les mains, maintenez l'appui et déroulez doucement sur le tapis. Ne roulez pas sur la tête et relevez-vous sans l'aide des mains. Vous disposez de 2 essais.»
Mise en place	Placer un physio-ball sur l'élément de caisson, placer 2 doubles tapis à la suite.
Matériel	1 élément de caisson, 1 physio-ball, 4 tapis
Source	Commission fédérale de sport (éd.). (1999). <i>Education physique, Manuel 3, 1^{re}-4^e année scolaire</i> . Berne: OCFIM. Brochure 3, p. 18 et 19.
Aspects pratiques et indications pédagogiques	Durée env. 30 secondes par élève Organisation - Personnes évaluées 1 personne testée par installation Problèmes -