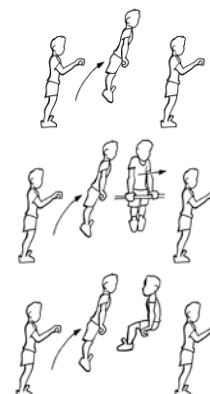




Degré	1 <sup>re</sup> à 2 <sup>e</sup> année
Aspect	Compétences disciplinaires
Aspect spécifique	A l'appui
Compétence	S'établir à l'appui sur divers agrès pour développer sa force
Niveau A	Je m'établis à l'appui sur un agrès pour un court instant.
Niveau B	Je m'établis et je reste longtemps en appui sur un agrès.
Niveau C	Je varie les appuis sur un agrès.



## S'établir à l'appui à la barre fixe (ABC)

<b>Description de la tâche</b>	L'élève se tient devant la barre fixe à hauteur de poitrine. Il saute en avant et s'établit à l'appui à la barre fixe. Les élèves disposent de 2 essais.
<b>Evaluation/Exigences</b>	<p><i>Niveau A:</i> Le test est réussi lorsque l'élève se maintient à l'appui pendant au moins 3 secondes, avec les bras tendus sans «s'écrouler».</p> <p><i>Niveau B:</i> Le test est réussi lorsque l'élève se maintient à l'appui avec les bras tendus et traverse latéralement au moins la moitié de la barre sans «s'écrouler».</p> <p><i>Niveau C:</i> Le test est réussi lorsque l'élève établi à l'appui effectue un demi-tour pour s'installer au siège et reste assis sur la barre sans aide.</p>
<b>Critères d'observation</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• L'élève ne parvient pas à s'établir à l'appui</li> <li>• L'élève «s'écroule» immédiatement</li> <li>• Les bras ne sont pas tendus</li> <li>• L'élève ne parvient pas à traverser latéralement la moitié de la barre (<i>Niveau B</i>)</li> <li>• L'élève ne parvient pas à effectuer un demi-tour (<i>Niveau C</i>)</li> <li>• L'élève perd l'équilibre après le demi-tour et ne parvient pas à rester au siège (<i>Niveau C</i>)</li> </ul>
<b>Consignes aux élèves</b>	«placez vous devant une barre fixe à hauteur de poitrine et tenez la barre. Sautez pour vous établir à l'appui. Gardez l'équilibre et comptez lentement jusqu'à 5 ( <i>Niveau A</i> ). Traversez au moins la moitié de la barre vers le côté ( <i>Niveau B</i> ). Faites un demi-tour et asseyez vous sur la barre. Restez assis en équilibre sans vous appuyer ( <i>Niveau C</i> ). Vous avez 2 essais.»
<b>Mise en place</b>	Deux élèves de même taille se tiennent devant une installation (barre fixe à hauteur de hanches). Un tapis est placé sous la barre. Les autres élèves se préparent devant leur installation.
<b>Matériel</b>	Barre fixe, tapis
<b>Source</b>	Commission fédérale de sport (éd.). (1999). <i>Education physique, Manuel 3, 1<sup>re</sup>-4<sup>e</sup> année scolaire</i> . Berne: OCFIM. Brochure 3, p. 9.
<b>Aspects pratiques et indications pédagogiques</b>	<p>Durée env. 20 sec. pour 2 élèves</p> <p>Organisation 2 élèves de même taille par barre fixe. Les élèves disposent de 2 essais.</p> <p>Personnes évaluées 2 élèves sont testés à tour de rôle</p> <p>Problèmes -</p>