



Degré	1 ^{re} à 2 ^e 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 en position assise sur un agrès pour un court instant.
Niveau B	Je m'établis et je reste assis longtemps sur un agrès.



S'asseoir sur la barre fixe (AB)

Description de la tâche	L'élève est debout, dos contre la barre fixe à hauteur de ventre. Il saute en arrière pour s'asseoir sur la barre fixe.
Evaluation/Exigences	<p><i>Niveau A:</i> Le test est réussi lorsque l'élève reste assis au moins 3 secondes sur la barre fixe, sans perdre l'équilibre.</p> <p><i>Niveau B:</i> Le test est réussi lorsque l'élève peut prendre appui avec les bras et traverse latéralement au moins la moitié de la barre sans «s'écrouler».</p>
Critères d'observation	<ul style="list-style-type: none">• L'élève ne parvient pas à s'asseoir soi-même.• L'élève ne parvient pas à maintenir l'équilibre 3 secondes.• Les bras ne sont pas tendus.• L'élève ne parvient pas à traverser au moins la moitié de la barre latéralement. (<i>Niveau B</i>)
Consignes aux élèves	«Placez vous de dos contre la barre fixe et tenez la barre. Sautez en arrière pour vous asseoir sur la barre. Maintenez vous en équilibre et comptez lentement jusqu'à 5 (<i>Niveau A</i>). Traversez ensuite latéralement au moins la moitié de la barre (<i>Niveau B</i>). Vous avez 2 essais.»
Mise en place	Deux élèves de même taille par installation (barre à hauteur de ventre). Un tapis sous la barre. Les autres élèves se préparent à leur installation.
Matériel	Barre fixe, 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. 9.
Aspects pratiques et indications pédagogiques	<p>Durée env. 20 sec. pour 2 élèves</p> <p>Organisation 2 élèves de même taille par barre fixe. Chacun dispose au moins de 2 essais.</p> <p>Personnes évaluées 2 élèves testés à tour de rôle.</p> <p>Problèmes -</p>