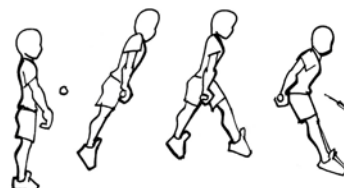




Degré	1 ^{re} à 2 ^e année
Aspect	Compétences disciplinaires
Aspect spécifique	A l'appui
Compétence	S'établir à l'appui sur divers agrès pour développer sa force
Niveau C	Je varie les appuis sur un agrès.



Enjamber la barre fixe

Description de la tâche

L'élève se tient devant la barre fixe à hauteur de poitrine. Il saute à l'appui et enjambe la barre avec une jambe. Il passe ensuite l'autre jambe par-dessus la barre pour redescendre en sautant. Les élèves disposent de 2 essais.

Evaluation/Exigences

Le test est réussi lorsque l'élève, après une brève phase d'appui, enjambe la barre avec une jambe puis avec l'autre avant de sauter en avant pour descendre.

Critères d'observation



- Ne parvient pas à s'établir à l'appui
- Ne parvient pas à passer la 1^{re} jambe sur la barre (enjambement)
- Ne parvient pas à passer la 2^e jambe en avant

Consignes aux élèves

«Placez vous devant la barre à hauteur de poitrine. Tenez la barre et sautez pour vous mettre à l'appui. Enjambez la barre d'une jambe, puis passez l'autre jambe par-dessus la barre avant de sauter pour redescendre. Vous avez 2 essais.»

Mise en place

Disposer un tapis sous la barre fixe.

Matériel

1 barre fixe, 1 tapis

Source

Commission fédérale de sport (éd.). (1999). *Education physique, Manuel 3, 1^{re}-4^e année scolaire*. Berne: OCFIM. Brochure 3, p. 9.

Aspects pratiques et indications pédagogiques

Durée	env. 20 sec. par élève
Organisation	Répartir les élèves sur les installations en fonction de leur taille. Un élève se tient prêt devant sa barre. Les autres s'exercent sur leur barre.
Personnes évaluées	1 personne testée
Problèmes	-