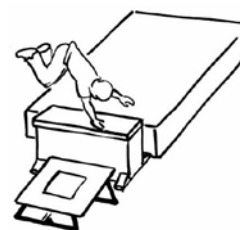




Degré	5 ^e année
Aspect	Compétences disciplinaires
Aspect spécifique	Sauter
Compétence	Effectuer diverses formes de saut sur des agrès pour développer son courage et sa maîtrise corporelle
Niveau A	Je contrôle mon corps pendant le saut.



Saut facial groupé par-dessus le caisson

Description de la tâche	Saut depuis le mini-trampoline. Poser les mains de travers sur le caisson. Pendant que les hanches s'élèvent, une main lâche le contact et la rotation de $\frac{1}{4}$ de tour autour du bras d'appui (gauche ou droit) se déclenche. Réception amortie et contrôlée (à la station). Les élèves disposent de 2 essais.	
Evaluation/Exigences	Tous les critères d'observation doivent être remplis.	
Critères d'observation	<ul style="list-style-type: none">• Appui transversal des mains sur le caisson• Lever les hanches, soulever une main et rotation $\frac{1}{4}$ de tour• Les pieds ne touchent pas le caisson• Réception amortie et contrôlée	
Consignes aux élèves	<i>Démonstration de l'enseignant recommandée</i> «Sautez depuis le mini-trampoline avec un élan dosé. Prenez de l'élan depuis derrière avec les bras (lancer en avant). Elevez les hanches et les jambes aussi haut que possible et posez les mains transversalement sur le caisson (comme à l'appui renversé). Ensuite, fléchissez les jambes et soulevez très tôt une main pour déclencher une rotation de $\frac{1}{4}$ de tour. Terminez le saut par une réception amortie et contrôlée.»	
Mise en place	1 installation avec mini-trampoline, un caisson disposé en largeur à 20 cm d'écart, suivi d'un tapis de chute	
Matériel	1 mini-trampoline, 1 caisson, 1 gros tapis	
Source	Commission fédérale de sport (éd.). (1999). <i>Education physique, Manuel 4, 4^e-6^e année scolaire</i> . Berne: OCFIM. Brochure 3, p. 12. Baumberger, J. & Müller, U. (2009). <i>Lehrbeilagen zum Lehrmittel Sporterziehung, Band 4</i> . Horgen: bm.sportverlag.ch.	
Aspects pratiques et indications pédagogiques	Durée	env. 30 sec. par élève
	Organisation	4 élèves effectuent le test sur une moitié de salle. Les autres élèves jouent de manière autonome sur l'autre moitié.
	Personnes évaluées	Possibilité de tester jusqu'à 4 élèves par installation
	Problèmes	-