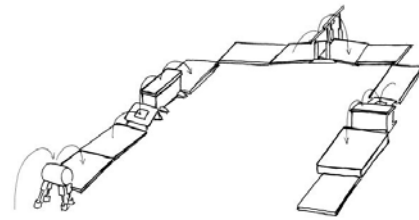




Degré	5 ^e année
Aspect	Compétences disciplinaires
Aspect spécifique	Sauter
Compétence	Effectuer diverses formes de saut sur des agrès pour développer son courage et sa maîtrise corporelle
Niveau A	Je contrôle mon corps pendant le saut.



Parcours d'engins avec sauts à l'appui (A)

Description de la tâche

Les élèves effectuent un parcours d'engins simple avec sauts à l'appui à 4 postes différents:

- Mouton: saut écarté
- Mini-trampoline et caisson en long: saut accroupi et sortie écartée au bout du caisson
- Barres asymétriques: sauter à une jambe sur la barre basse, appui à 2 mains sur la barre haute et saut facial groupé par-dessus la barre haute
- Mini-trampoline et caisson en large: saut facial groupé
- 2 essais par élève

Evaluation/Exigences

Tous critères d'observation doivent être remplis.

Critères d'observation

- Tension musculaire (tonicité)
- Enchaînement fluide des éléments

Consignes aux élèves

«Ce test permet de déterminer si vous parvenez à compléter un parcours d'engins en enchaînant différents sauts à l'appui. Effectuez le parcours avec une bonne tension musculaire et en enchaînant les éléments avec fluidité sans vous arrêter entre les différents agrès.»

Mise en place

1 parcours d'engins pour le test

Matériel

1 mouton, 2 caissons, 2 mini-trampolines, 1 barres asymétriques, 1 trampoline Reuther, 2 gros tapis, 5 tapis

Source

Commission fédérale de sport (éd.). (1999). *Education physique, Manuel 4, 4^e-6^e année scolaire*. Berne: OCFIM. Brochure 3, p. 12.
Baumberger, J. & Müller, U. (2004). *Sportheft 4.-6. Klasse*. Horgen: bm-sportverlag.ch.

Aspects pratiques et indications pédagogiques

Durée	env. 1 min. par élève
Organisation	Installer 1 parcours d'engins sur une moitié de salle. L'enseignant fait passer le test sur le parcours. Sur l'autre moitié, les autres élèves s'entraînent à d'autres éléments (p.ex. autres formes de test)
Personnes évaluées	1 élève par parcours
Problèmes	-