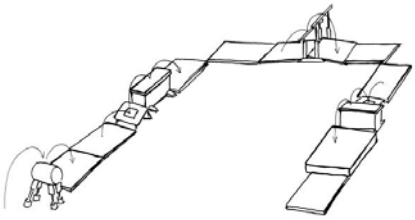
Fiche de test
L_C4_6.SJ_B_T3_F

qeps.ch
Qualité de l'éducation physique et sportive

Degré	5e 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 B	J'effectue des sauts acrobatiques.



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

Description de la tâche

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

- Mouton: entre-bras
- Mini-trampoline et caisson en long: facial élevé 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 tendu par-dessus la barre haute
- Mini-trampoline et caisson en large: saut facial groupé

Evaluation/Exigences

Tous les critères d'observation suivants doivent être remplis. Les élèves disposent de 2 essais.

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, 4e-6e année scolaire.* Berne: OCFIM. Brochure 3, p. 12.
Baumberger, J. & Müller, U. 2001. *Sportheft 4. bis 6. Klasse.* Horgen: bm-sportverlag.ch. S.9

Aspects pratiques et indications pédagogiques

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

© Confédération suisse, Office fédéral du sport OFSPO, 2532 Macolin