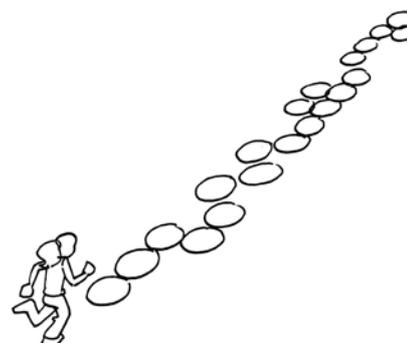




Degré	1 ^{re} à 2 ^e année
Aspect	Compétences disciplinaires
Aspect spécifique	Sauter
Compétence	Sauter en rythme dans différentes situations pour s'adapter à un objet
Niveau A	Je saute en rythme selon des consignes.
Niveau B	Je saute correctement en rythme selon des consignes.
Niveau C	Je saute correctement en rythme selon des consignes et dans des conditions difficiles.



Sauter dans les cerceaux (ABC)

Description de la tâche

Les élèves sautent d'un cerceau à l'autre de manière rythmée jusqu'au bout du parcours. Ils font un saut de demi-tour et reviennent de la même manière.

Evaluation/Exigences

Niveau A: Sauter dans les cerceaux sans erreurs de jambes ou de rythme. Pas de mouvements de bras.

Niveau B: Sauter dans les cerceaux sans erreurs de jambes ou de rythme. Tendre le bras gauche vers l'extérieur lors de sauts sur le pied gauche et le bras droit lors de sauts sur le pied droit. Lors de sauts sur les deux pieds, tendre les deux bras vers l'extérieur.

Niveau C: Sauter dans les cerceaux sans erreurs de jambes ou de rythme. Tendre le bras droit vers l'extérieur lors de sauts sur le pied gauche et le bras gauche lors de sauts sur le pied droit. Lors de sauts sur les deux pieds, tendre les deux bras vers l'extérieur.

Les critères d'observation suivants doivent être remplis pour que le test soit réussi. Les élèves disposent de 2 essais.

Critères d'observation

- Pas d'erreurs de rythme, ni de jambes
- Pas d'arrêts
- Ne pas toucher les cerceaux
- Ne pas sauter 2x de suite dans le même cerceau
- 2 erreurs de bras tolérées (*seulement niveau B*)

Consignes aux élèves

«Sautez de cerceau en cerceau jusqu'au bout du parcours. Là, faites un saut pour faire demi-tour et revenez jusqu'au point de départ. Sautez dans les cerceaux de gauche avec la jambe gauche (en tendant le bras gauche (*Niveau B*)/droit (*Niveau C*) vers l'extérieur), sautez dans les cerceaux de droite avec la jambe droite (en tendant le bras droit (*Niveau B*)/gauche (*Niveau C*) vers l'extérieur). S'il y a 2 cerceaux côte à côte, sautez avec une jambe dans chaque cerceau (et tendez les deux bras vers l'extérieur (*Niveau B/C*)). Suivez bien le déroulement du parcours et essayez de garder un rythme régulier. Vous ne devez pas vous arrêter, ni poser le pied sur un cerceau. Vous disposez de 2 essais.»

Mise en place	Disposer 20 cerceaux selon le schéma ci-dessous. Les cerceaux se touchent.	
Matériel	20 cerceaux	
Source	Schweizerischer Leichtathletikverband. (1994). <i>Leichtathletiktests für Schule und Verein</i> . Bern. p. 9	
Aspects pratiques et indications pédagogiques	Durée	env. 1 minute par élève
	Organisation	-
	Personnes évaluées	1 élève par installation
	Problèmes	La difficulté du test varie selon le diamètre des cerceaux. Celui-ci est relativement exigeant pour des enfants de 1 ^{er} année. Cette compétence devrait être entraînée au cours des deux années.

