**Fiche d’évaluation «Appui renversé»**

**Nom, prénom: ………………………………………………………………… Date: ………………………………**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Critère** |  | 0 point |  | 1 point |  | 2 points |  | 3 points |
| **Degré de difficulté de l’appui renversé** |  |  |  | * De l’appui facial à l’appui renversé avec aide des partenaires
* Appui renversé contre la paroi
 |  | * Appui renversé contre le tapis
* Appui renversé avec aide des partenaires
 |  | * Appui renversé sans aide
* Pendule inversé
* De la roulade en avant à l’appui renversé
 |
| **Monter à l’appui renversé** |  | S’élancer, respectivement monter à l’appui renversé, n’est pas réussi, même avec aide. |  | S’élancer avec les jambes très fléchies, sans passer par la position C+.*Ou:* La montée à l’appui est effectuée essentiellement avec l’aide d’un partenaire. |  | Monter à l’appui renversé en passant par la position C+, avec une tenue du corps bonne dans l’ensemble. |  | Monter à l’appui en passant par la position C+, avec une très bonne tenue du corps. |
| **Appui renversé en position I** |  | L’appui sur les mains avec le centre de gravité au-dessus des épaules n’est pas réussi. |  | La position finale est atteinte mais reste éloignée de la position I.*Ou:* La position finale est légèrement éloignée de la position I et maintenue essentiellement avec l’aide d’un partenaire; la tenue du corps n’est pas bonne. |  | Position finale avec un léger écart par rapport à la position I; tenue du corps correcte. |  | Position I bien tenue avec placement correct de la tête, bras tendus en fin de mouvement. |
| **Redescendre de l’appui renversé**  |  | Descente incontrôlée de l’appui renversé qui ne se termine par sur les pieds (chute, réception accroupie, pliée).*Ou:* Descente réalisée avec l’aide d’un partenaire. |  | La descente n’est pas bien contrôlée mais la réception se fait quand même sur les pieds. |  | Descente plutôt tendue en passant par la position C+. |  | Descente maîtrisée et harmonieuse avec une position C+ bien marquées. |
| **Liaison entre les éléments** |  | Les liaisons sont hasardeuses et pas réfléchies. |  | Liaisons parfois dynamiques, plusieurs transitions non planifiées. |  | La plupart des liaisons sont dynamiques. |  | Liaisons dynamiques avec une note créative. |
| **Dynamique de groupe, aide et assurage** |  | La coopération n’est pas ou peu visible.  |  | Les membres du groupe tiennent peu compte les uns des autres et/ou s’aident de manière peu sûre. |  | Les membres du groupe sont en relation les uns avec les autres à plusieurs reprises et/ou s’aident de manière assez sûre. |  | Les membres du groupe tiennent compte en permanence les uns des autres et s’aident de manière sûre. |

Total de points: …………… Note: …………

**Exemple de barème**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 6 | 5,5 | 5 | 4,5 | 4 | 3,5 | 3 |
| 16, 17, 18 | 14, 15 | 12, 13 | 10, 11 | 8, 9 | 6, 7 | 5 et moins |