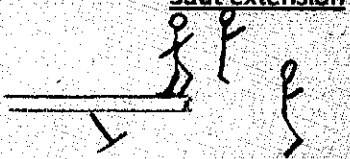


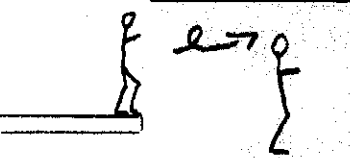
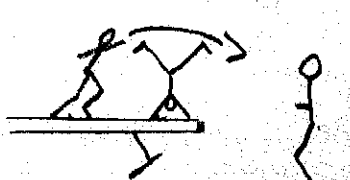


LA POUTRE : la sortie

Thème : s'équilibrer

Niveau	Ce que je dois faire...	Les critères de ...
1	<p style="text-align: center;"><u>Saut extension</u></p> 	<p><u>Réussite</u> : réception stabilisée.</p> <p><u>Réalisation</u> :</p> <ul style="list-style-type: none"> - amplitude du saut - corps tendu à la verticale - réception équilibrée
2	<p style="text-align: center;"><u>Saut demi-tour</u></p> 	<p><u>Réussite</u> : réception stabilisée après un demi-tour.</p> <p><u>Réalisation</u> :</p> <ul style="list-style-type: none"> - amplitude du saut - réception équilibrée - corps tendu à la verticale
	<p style="text-align: center;"><u>Saut groupé</u></p> 	<p><u>Réussite</u> : réception stabilisée.</p> <p><u>Réalisation</u> :</p> <ul style="list-style-type: none"> - amplitude du saut - réception équilibrée - jambes groupées le plus près du buste
3	<p style="text-align: center;"><u>Saut tour complet</u></p> 	<p><u>Réussite</u> : réception stabilisée après un tour.</p> <p><u>Réalisation</u> :</p> <ul style="list-style-type: none"> - amplitude du saut - réception équilibrée - corps tendu à la verticale
	<p style="text-align: center;"><u>Rondade</u></p> 	<p><u>Réussite</u> : réception stabilisée.</p> <p><u>Réalisation</u> :</p> <ul style="list-style-type: none"> - mains posées sur la poutre - réception équilibrée pieds joints - jambes tendues à la verticale