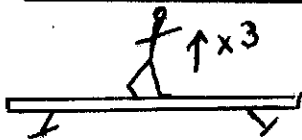
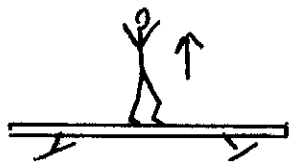


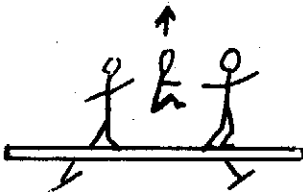
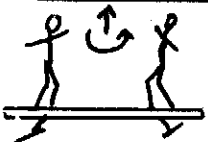


LA POUTRE : le saut

Thème : s'équilibrer

Niveau	Ce que je dois faire...	Les critères de ...
1	<p><u>3 petits sauts pieds à plat</u></p> 	<p><u>Réussite</u> : sauter sans tomber. <u>Réalisation</u> :</p> <ul style="list-style-type: none"> - amplitude du saut - réception équilibrée
	<p><u>Saut extension</u></p> 	<p><u>Réussite</u> : sauter sans tomber. <u>Réalisation</u> :</p> <ul style="list-style-type: none"> - amplitude du saut - jambes et bras tendus - réception équilibrée
2	<p><u>Saut réception 1 jambe</u></p> 	<p><u>Réussite</u> : sauter sans tomber. <u>Réalisation</u> :</p> <ul style="list-style-type: none"> - amplitude du saut - réception équilibrée - jambe arrière tendue à la réception
	<p><u>Saut avec changement de pied</u></p> 	<p><u>Réussite</u> : sauter sans tomber. <u>Réalisation</u> :</p> <ul style="list-style-type: none"> - amplitude du saut - réception équilibrée
3	<p><u>Saut groupé</u></p> 	<p><u>Réussite</u> : sauter sans tomber. <u>Réalisation</u> :</p> <ul style="list-style-type: none"> - amplitude du saut - jambes groupées le plus près du buste - réception équilibrée
	<p><u>Saut demi-tour</u></p> 	<p><u>Réussite</u> : sauter sans tomber. <u>Réalisation</u> :</p> <ul style="list-style-type: none"> - amplitude du saut - réception équilibrée