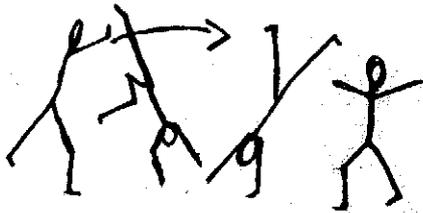
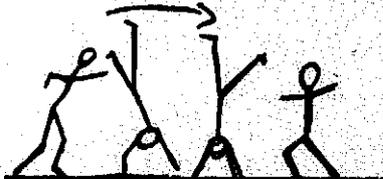
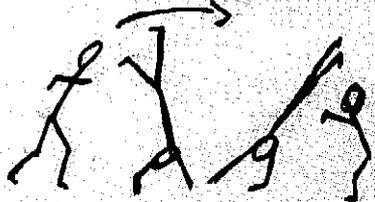


# LA ROUE

Thème : tourner à l'appui des mains

Niveau	Ce que je dois faire...	Les critères de ...
1	<p style="text-align: center;"><u>Franchir l'obstacle</u></p> 	<p><b>Réussite :</b> franchir l'obstacle bras tendus, bassin au dessus des épaules.</p> <p><b>Réalisation :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- jambes écartées</li> <li>- bassin au dessus des épaules</li> </ul>
2	<p style="text-align: center;"><u>Roue</u></p> 	<p><b>Réussite :</b> tourner latéralement, corps tendu à la verticale.</p> <p><b>Réalisation :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- pieds – bassin – épaules au dessus des mains</li> <li>- les bras sont tendus</li> <li>- lancement et arrivée des jambes l'une après l'autre</li> </ul>
3	<p style="text-align: center;"><u>Roue sur un « fil »</u></p> 	<p><b>Réussite :</b> tourner latéralement, corps tendu à la verticale et arriver les 2 pieds parallèles.</p> <p><b>Réalisation :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- pieds posés sur la même ligne que les mains</li> <li>- pieds – bassin – épaules au dessus des mains</li> <li>- les bras sont tendus</li> <li>- lancement et arrivée des jambes l'une après l'autre</li> </ul>
	<p style="text-align: center;"><u>Rondade</u></p> 	<p><b>Réussite :</b> tourner latéralement, corps tendu à la verticale et arriver pieds joints.</p> <p><b>Réalisation :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- corps en extension pour aller chercher le sol avec les pieds</li> <li>- pieds – bassin – épaules au dessus des mains</li> </ul>