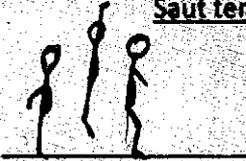
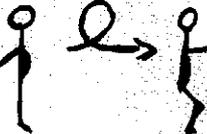


LE SAUT

Niveau	Ce que je dois faire...	Les critères de ...
1	<p style="text-align: center;"><u>Saut tendu</u></p> 	<p>Réussite : retrouver l'équilibre sur les pieds. Réalisation :</p> <ul style="list-style-type: none"> - impulsion deux pieds - bras et jambes tendus - amplitude du saut : chercher la hauteur
	<p style="text-align: center;"><u>Saut écart</u></p> 	<p>Réussite : retrouver l'équilibre sur les pieds. Réalisation :</p> <ul style="list-style-type: none"> - impulsion deux pieds - jambes écartées - amplitude du saut : chercher la hauteur
2	<p style="text-align: center;"><u>Saut tendu demi-tour</u></p> 	<p>Réussite : retrouver l'équilibre sur les pieds après un demi-tour. Réalisation :</p> <ul style="list-style-type: none"> - impulsion deux pieds - utilisation des bras pour tourner - amplitude du saut : chercher la hauteur
	<p style="text-align: center;"><u>Saut groupé</u></p> 	<p>Réussite : retrouver l'équilibre sur les pieds. Réalisation :</p> <ul style="list-style-type: none"> - impulsion deux pieds - genoux le plus près possible de la poitrine - amplitude du saut : chercher la hauteur
3	<p style="text-align: center;"><u>Saut groupé demi-tour</u></p> 	<p>Réussite : retrouver l'équilibre sur les pieds après un demi-tour. Réalisation :</p> <ul style="list-style-type: none"> - impulsion deux pieds - genoux le plus près possible de la poitrine - amplitude du saut : chercher la hauteur
	<p style="text-align: center;"><u>Saut tour complet</u></p> 	<p>Réussite : retrouver l'équilibre sur les pieds après un tour complet. Réalisation :</p> <ul style="list-style-type: none"> - impulsion deux pieds - utilisation des bras pour tourner - amplitude du saut : chercher la hauteur