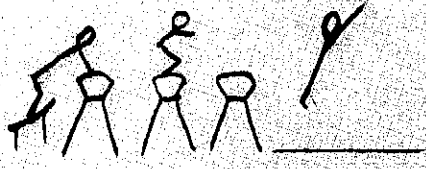

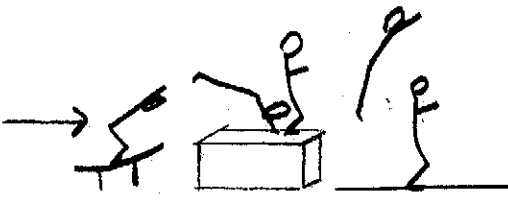


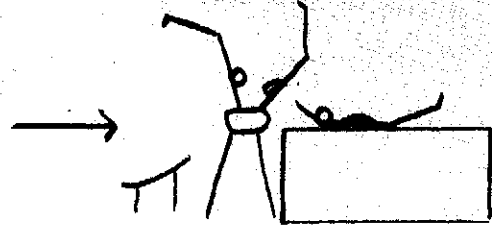


LE SAUT DE CHEVAL

Thème : franchir

Niveau	Ce que je dois faire...	Les critères de ...
1	<p><u>Saut groupé sans élan</u></p> 	<p>Réussite : franchir l'obstacle en posant les pieds entre les mains sur le cheval.</p> <p>Réalisation :</p> <ul style="list-style-type: none"> - une impulsion sur le trampoline - arrivée groupée sur le cheval - saut extension pour sauter du cheval - réception équilibrée
	<p><u>Saut groupé avec élan</u></p> 	
2	<p><u>Saut groupé avec élan et envol</u></p> 	<p>Réussite : après une course d'élan, franchir l'obstacle en posant les pieds entre les mains sur le cheval.</p> <p>Réalisation :</p> <ul style="list-style-type: none"> - poser les mains le plus loin possible : envol - arrivée groupée sur le cheval - saut extension pour sauter du cheval - réception équilibrée
	<p><u>Saut groupé sans pose des pieds</u></p> 	<p>Réussite : après une course d'élan, franchir l'obstacle jambes groupées sans poser les pieds entre les mains sur le cheval.</p> <p>Réalisation :</p> <ul style="list-style-type: none"> - envol jambes serrées et tendues - franchissement groupé - réception équilibrée sur les 2 pieds
3	<p><u>Saut écart</u></p> 	<p>Réussite : après une course d'élan, franchir l'obstacle à l'écart.</p> <p>Réalisation :</p> <ul style="list-style-type: none"> - envol jambes serrées et tendues - franchissement écart - réception équilibrée
	<p><u>Saut de lune</u></p> 	<p>Réussite : après une course d'élan, franchir l'obstacle en ATR.</p> <p>Réalisation :</p> <ul style="list-style-type: none"> - envol jambes serrées et tendues - franchissement corps tendu à la verticale - réception allongée sur le dos