

Prénom : _____

4P-6H



Période 1 : sept. – oct.

ÉDUCATION PHYSIQUE / ÉVALUATION SOMMATIVE

Objectifs de la période 1	Facile	Peu aisé	Difficile
CONDITION PHYSIQUE / MOTRICITÉ			
<i>Entraîner les capacités de réaction, de différenciation, de rythme et d'orientation :</i>			
➤ franchissement d'obstacles (espaliers)	—	—	—
➤ variations de sauts à la corde	—	—	—
<i>Entraîner le sens de l'équilibre statique ou dynamique :</i>			
➤ se déplacer en équilibre sur une barre fixe	—	—	—
<i>Course d'endurance :</i>			
Courir son âge en minutes (9-10 ans : U10 et 11-12 ans : U12)			
➤ Sans s'arrêter ni marcher, distance en mètres U10	>1500	1400	< 1300
➤ Sans s'arrêter ni marcher, distance en mètres U12	>2400	2000	< 1800
<i>En général durant les leçons :</i>			
➤ Faire preuve d'aisance corporelle, de coordination, d'équilibre, d'habileté, tonus...	—	—	—
➤ Faire preuve de volonté face à un effort physique	—	—	—
➤ Faire preuve de fair-play (encouragement, maîtrise, coopération, accepte les règles du jeu...)	—	—	—
<i>Comportement dans les vestiaires :</i>	☺	☹	☹

ATTEINT AVEC GRANDE FACILITÉ	ATTEINT AVEC FACILITÉ	ATTEINT	ATTEINT MINIMALEMENT	NON ATTEINT

Signatures : _____

