

EVALUATION DE LA GYM AU SOL EN 6^{ème}

/20

NOM :
PRENOM :

Maîtrise : /10

Performance : /6

Echauffement, Comportement, Investissement : /4

Point bonus pour la propreté de la feuille de l'enchaînement.

Performance :

Maîtrise :

Éléments	Niveau 1	Niveau 2	Niveau 3	Maîtrise de l'exécution 0 à 1point
Tourner en avant	Roulade avant, jambes fléchies avec/sans l'aide d'un plan incliné	Roulade avant, jambes tendues et arrivée jambes jointes.	Salto avant avec arrivée sur le matelas sur les fesses ou sur les talons.	
Tourner En arrière	Départ assis et roulade arrière avec/sans l'aide d'un plan incliné	Départ debout avec roulade arrière avec jambes serrées.	Départ debout et roulade arrière jambes tendues et arrivée jambes jointes.	
Tourner Sur soi-même	Réaliser un ½ tour avec 3 pas d'élan en restant bien en équilibre et droit.	Réaliser 1 tour sans élan	Réaliser 1 tour avec 3 pas d'élan.	
Tenir une position	Réaliser la chandelle en tenant 1 position 5s	Réaliser la planche avec 1 appui d'un pied et l'autre jambe légèrement fléchie en tenant 3s	Réaliser la planche avec 1 jambe tendue en l'aire et tenir 3s	
Se renverser (la roue)	Réaliser la roue avec les jambes légèrement fléchie et arrivé équilibrée.	Réaliser la roue jambes tendues et arrivée équilibrée.	Réalisée la rondade avec jambes tendues écarts et arrivée jambes jointes.	
Se renverser (l'équilibre)	Réaliser l'équilibre sur les mains avec l'aide du mur et tenir 3s.	Réaliser l'équilibre sur la tête et tenir 3s sans aide	Réaliser l'équilibre sur les mains sans aide et tenir 3s.	

P T S	Maîtrise Du temps	Maîtrise De L'espace	<u>Maîtrise Du rythme</u>	Présentation Générale.
0	Enchaînement inférieur à 20s	Petit Périmètre Utilisé	Rythme saccadé avec les hésitations	Ne regarde pas le public, rigole, ne fais pas les éléments liaisons.
0,5	Enchaînement entre 20 et 40s	Utilisation de la moitié de l'espace	Rythme irrégulier	S'adresse un peu au public par des gestes trop rapide.
1	Enchaînement entre 40 et 60s	Utilisation de la majorité de l'espace	Rythme dosé et régulier	Prend le temps de saluer le public, se retrouve face au public.

L'élève devra inclure des éléments de liaison entre les éléments.(Ex: pas chassés, croisés, 2 petits pas et un grand saut...)

EVALUATION EN ACROSPORT EN 5^{ème} - 4^{ème} et 3^{ème}

/20

NOM :
PRENOM :

Maîtrise : /10

Performance : /6

Echauffement, Comportement, Investissement : /4

Point bonus pour la propreté de la feuille de l'enchaînement.

Performance :

6 figures à réaliser ou 4 suivant le temps de cour. Selon la difficulté de la réalisation, elles rapporteront 1,2 ou 3 points.

Faire des groupes de 3 élèves pour les classes qui débutent et des groupes de 4 ou 5 élèves pour les classes qui ont déjà été initiées à l'acrosport.

Maîtrise :

Figures	Maîtrise d'exécution : /1pt
1	
2	
3	
4	
5	
6	

Points	Maîtrise du temps	Maîtrise de l'espace	Présentation générale	Maîtrise du rythme
0	<i>Enchaînement réalisé Inférieur à 2min</i>	<i>Petit périmètre utilisé</i>	<i>Ne regarde pas le public, rigole, ne fais pas les éléments liaisons.</i>	<i>Rythme saccadé avec les hésitations</i>
0,5	<i>Enchaînement Réalisé Entre 2 et 3min</i>	<i>La moitié de l'espace utilisé</i>	<i>S'adresse un peu au public par des gestes trop rapide.</i>	<i>Rythme irrégulier</i>
1	<i>Enchaînement Réalisée entre 3 et 4min</i>	<i>L'espace utilisé en majorité</i>	<i>Prend le temps de saluer le public, se retrouve face au public.</i>	<i>Rythme dosé et régulier</i>