















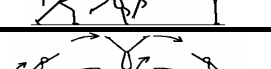





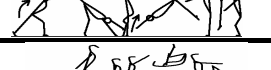





# EVALUATION GYMNASTIQUE 2de

					Niveau 1e séance	Projet 2e séance	Projet 4e séance	Valeur présentée (6e séance)	Exécution / 2 Pts
Thèmes	Niveaux	NOM:	Prénom:	Classe:					
		Eléments		Critères de réussite					
ROTATION AVANT avec appui des mains	1	Roulade avant groupé sur plan incliné		* Je roule dans l'axe * Je me relève sans poser les mains derrière les fesses				0,5	
	2	Roulade avant groupé au sol		* Je roule dans l'axe * Je me relève sans poser les mains derrière les fesses				1	
	3	Roulade avant écart sur plan incliné		* Mes jambes restent tendues * Je pose mes mains entre mes jambes pour me redresser				1,5	
	4	Roulade avant écart au sol		* Mes jambes restent tendues * Je pose mes mains entre mes jambes pour me redresser				2	
ROTATION ARRIERE avec appui des mains	1	Roulade arrière groupé (plan incliné) + roulade arrière écart (sol)		* Je passe dans l'axe * Mes coudes et mes genoux ne touchent pas le sol				0,5	
	2	Roulade arrière carpé (plan incliné) + roulade arrière groupé (sol)		* Je passe dans l'axe * Mes coudes et mes genoux ne touchent pas le sol				1	
	3	Roulade arrière piquée ATR (plan incliné) + roulade arrière carpé (sol)		* Lorsque mes pieds se posent, ma tête ne touche plus le sol (pour la roulade piquée)				1,5	
	4	roulade arrière piquée ATR au sol		* Mes jambes passent à la verticale				2	
ATR	1	ATR face au mur		* Je tiens 3" * Il n'y a que les pieds qui touchent le mur				0,5	
	2	ATR dos au mur		* Je tiens 3" * Il n'y a que les pieds qui touchent le mur				1	
	3	ATR dos au mur avec déplacement latéral		* Je tiens 3", je fais 3 pas de côté, je tiens 3"				1,5	
	4	ATR dos au mur, 2 pas minimum en arrière, retour au mur		* Mes pieds ne touchent pas le mur lors du déplacement				2	
ROTATION AVANT avec passage à l'ATR	1	ATR tomber à plat dos		* Bras tendus * Je regarde mes mains au sol * Arriver corps gainé				0,5	
	2	ATR impulsion de bras, arrivée pieds au mur		* Sursaut sur les mains * Arrivée dynamique, corps gainé, pieds au mur (tenir 3")				1	
	3	Saut de mains avec impulsion bras sur mini-trampoline		* Corps en extension * Réception debout (petite flexion autorisée)				1,5	
	4	Saut de mains au sol		* Bras tendus, corps en extension * Arriver debout (petite flexion autorisée)				2	
ROTATION LATERALE avec passage à l'ATR	1	Roue avec pose de mains sur petit plinth en largeur		* J'arrive un pied après l'autre de l'autre côté de l'obstacle				0,5	
	2	Roue avec pose de mains sur petit plinth en longueur		* J'arrive un pied après l'autre dans la zone de réception				1	
	3	Roue au sol, face au mur		* Roue axée dans le couloir * Mes jambes ne touchent pas le mur				1,25	
	4	2 Roues enchaînées au sol		* Roues axées * Pas d'arrêt entre les 2 roues * 2 poses de pieds maxi entre les 2 roues				1,5	
	5	Rondade avec pose des mains sur mini-trampoline		* Mes mains ne sont plus au sol quand mes pieds se posent * Réception debout				1,75	
	6	Rondade + saut en extension au sol		* Temps de suspension avant la pose des pieds * Pas d'arrêt entre rondade et saut				2	
ROTATION AVANT sans appui des mains	1	Salto avant avec mini-trampoline, réception assis		* Pose des mains tolérées * Rotation dans l'axe * Réception sur les fesses				0,5	
	2	Salto avant avec mini-trampoline, réception debout		* Rotation dans l'axe * Réception debout (petite flexion de jambes tolérée) 1 pas maxi				1	
	3	Salto avant sur tremplin, réception debout		* Rotation dans l'axe * Réception debout (petite flexion de jambes tolérée) 1 pas maxi				1,5	
	4	Salto avant au sol, réception debout		* Rotation dans l'axe * Réception debout (petite flexion de jambes tolérée) 1 pas maxi				2	
		Projet:	/1,5 Pts	Progrès:	/1,5 Pts	Souplesse/Maintien:	/1 Pt	TOTAL:	
		Echauffement:	/1,5 Pts	Rôles/Sécurité:	/1,5 Pts	Saut/Elt. Chorégraphique:	/1 Pt		
								/12	/12
								Moyenne:	/12
NOTE Finale: /20									