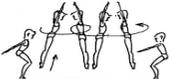


Parcours 1

Année naissance :

Etablissement :

Dispositif	Explication	Critères de réussite	Note / 3
	Roulade avant sur plan incliné + roulade avant sol	1: Départ pieds et genoux serrés 2: Tête rentrée, poser le haut du dos, rouler dans l'axe 3: Se relever sans l'aide des mains, pieds et genoux serrés	
	Roulade arrière sur plan incliné	1: Départ assis 2: Mains à côtés des oreilles, rouler dans l'axe 3: Retour accroupi, pieds et genoux serrés	
Tremplin / plinth	Roue sur atelier	1: Départ en fente sur le tremplin 2: Pose des mains alignées sur le plinth 3: Retour en fente face au départ	
 Cube + gros tapis réception	Placement dos + tombé plat dos (aide pour alignement ATR)	1: Départ mains sur le sol, dos à la verticale, jambes sur le plinth 2: Monter une jambe après l'autre à la verticale (aide autorisée) 3: Tomber plat dos corps aligné	
Tremplin + hauteur tapis 1 m	roulade avant atelier Saut	1: Course d'élan, appel 2 pieds sur le tremplin 2 : Tête rentrée, poser les mains puis le haut du dos, rouler dans l'axe 3: retour assis	
	2 pas + saut ½ tour Sol	1: 2 pas, appel 2 pieds 2: Saut ½ tour, bras aux oreilles 3: Réception stabilisée dans l'axe sur 2 pieds serrés	
	Sortie saut groupé poutre haute	1: Départ 2 pieds 2: Saut vertical genoux poitrine au dessus de l'horizontale 3: Réception stabilisée	
	Saut pose de pieds + saut vertical tremplin	1: Course + appel 2 pieds sur tremplin 2: Pose des mains puis 2 pieds simultanés sur le « cheval » 3: Saut vertical, réception stabilisée	
	Renversement BI Atelier	1: Départ 1 pied sur plinth 2: Lancer 1 jambe après l'autre, tirer sur les bras, amener bassin sur la barre 3: Retour en appui bras tendus, regard vers l'avant	
	Montée en appui bras tendus, départ d'un tremplin	1: Départ debout sur le tremplin, bras tendus 2: Maintenir l'appui bras tendus pendant 2 secondes	

