

Date : _____

Évaluation éducation physique

Coordination à la corde à sauter

Prénom : _____

Classe : _____

Coefficient 1	Critères	Coefficient 2	Critères
<input type="checkbox"/> Sauter en faisant un pas par tour de corde (1, 1, 1, 1, ...)	Une traversée de salle dans la largeur	<input type="checkbox"/> Sauter en faisant 1 pas par tour de corde 2x, puis 2 pas par tour de corde 2x, puis 3 pas et répéter (1, 1, 2, 2, 3, 3, 1, 1, ...)	Une traversée de salle dans la largeur
<input type="checkbox"/> Sauter en faisant 1 pas par tour de corde 2x, puis 2 pas par tour de corde 2x et répéter (1, 1, 2, 2, 1, 1, ...)	Une traversée de salle dans la largeur	<input type="checkbox"/> Sauter en alternant « petits saut intermédiaires » et « saut direct »	10 sauts
<input type="checkbox"/> Sauter en croisant les bras	1 seule fois	<input type="checkbox"/> Sauter en croisant les bras	3 x de suite en décroissant à chaque fois
<input type="checkbox"/> Sauter en alternant pieds écartés-serrés	10 sauts	<input type="checkbox"/> Double tour	1 seule fois
<input type="checkbox"/> Sauter sur le pied droite, puis pieds joints, puis sur pied gauche et répéter (droite – milieu – gauche – milieu - ...)	10 sauts	<input type="checkbox"/> BONUS : sauter en pas sautillé	Une traversée de salle dans la largeur

Évaluation

Choix des exercices à présenter :

- TB** 3 exercices de coefficient 2
B 2 exercices de coefficient 2 et 1 exercice de coefficient 1
AB 1 exercice de coefficient 2 et 2 exercices de coefficient 1
S 3 exercices de coefficient 1

Le BONUS remplace un exercice de coefficient 2

Inventer un exercice supplémentaire et le présenter à vos camarades