

Epreuve 4: TRIPLE BONDS

BUT : Sans élan, réaliser trois bonds successifs (D,G et pieds joints) ou (G,D et pieds joints) pour obtenir la plus grande distance.

Matériel : Des lattes disposées selon le barème , un décimètre et un palet par élève.

Déroulement :

- Les élèves s'entraînent à acquérir la motricité adaptée pour valider leur saut.
- Chaque élève place son palet dans la zone atteinte correspondant à son talon.

Critères de réussite :

- Le professeur valide l'exécution du saut.
- Je pose mon palet dans la bonne zone.

Critères de réalisation :

- Pousser sur les appuis.
- Ramener pieds joints.
- S'équilibrer.

Evaluation : voir fiche de liaison