

MULTIBONDS

NIVEAU 1 6ème

CA1

Produire une performance optimale, mesurable à une échéance donnée

ATTENDU DE FIN DE CYCLE

Réaliser des efforts et enchaîner plusieurs actions motrices dans différentes familles pour aller plus vite, plus longtemps, plus haut, plus loin.

Combiner une course un saut un lancer pour faire la meilleure performance cumulée.

Assumer les rôles de chronométrateur et d'observateur.

Mesurer et quantifier les performances, les enregistrer, les comparer, les classer, les traduire en représentations graphiques

COMPETENCE ATTENDUE

A partir d'un élan étalonné de 6 à 8 appuis, réaliser la meilleure performance possible sur 1 à 3 bonds enchaînés et équilibrés. Assumer dans un groupe restreint les rôles d'observateur

MULTIBONDS

NIVEAU 2 4ème

CA1

Produire une performance optimale, mesurable à une échéance donnée

ATTENDU DE FIN DE CYCLE

Réaliser des efforts et enchaîner plusieurs actions motrices dans différentes familles pour aller plus vite, plus longtemps, plus haut, plus loin.

Combiner une course un saut un lancer pour faire la meilleure performance cumulée.

Assumer les rôles de chronométrateur et d'observateur.

Mesurer et quantifier les performances, les enregistrer, les comparer, les classer, les traduire en représentations graphiques

COMPETENCE ATTENDUE

A partir d'un élan étalonné et accéléré de 8 à 12 appuis, rechercher la meilleure performance possible sur 1 à 5 bonds en conservant la vitesse et en maîtrisant l'amplitude et la hauteur des bonds. Assumer dans un groupe restreint les rôles d'observateur et de juge.