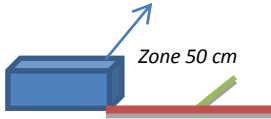

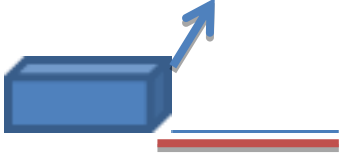

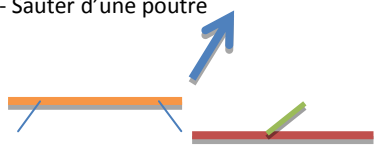

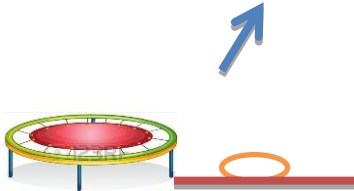
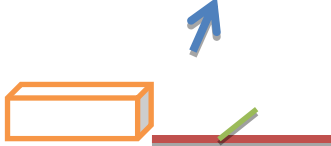


SAUTER/VOLER

Des propositions d'aménagement jusqu'à 4 ans		
Sens du progrès		
<p style="text-align: center;">Sauter au sol</p> <ul style="list-style-type: none"> - En enjambant - A pieds-joints <p><u>Organisation</u> : Dans une zone délimitée, rebondir à pieds-joints.</p> <p>En suivant un chemin (carrés de moquette)</p>	<p>Sauts de lapins : poser les deux mains, bras tendus, puis donner une impulsion des deux pieds et laisser monter ses fesses pour ramener ses jambes groupées près des mains.</p> <p>Sauter d'un petit contre-haut.</p> <div style="text-align: center;">  </div>	<p style="text-align: center;">Rebondir pour sauter et arriver sur ses pieds</p> <div style="text-align: center;">  </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>Sauter d'un contre-haut (1m max) en frappant dans ses mains.</p> <div style="text-align: center;">  </div> </div>
CE QUI EST ATTENDU		
Enchaîner des sauts à pieds-joints.	Créer une impulsion et apprendre à se réceptionner sur ses pieds.	S'élever suffisamment pour frapper dans ses mains et se réceptionner sur ses pieds.
EVALUATION		
Critères de réussite : Se grandir et voler, arriver debout et équilibré.		

Des propositions d'aménagement de 4 à 6 ans		
Sens du progrès		
<p>Sauter d'un contre-haut (1m max) pour :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1- Toucher un objet suspendu 2- En regardant une cible <div style="text-align: center;">  </div> <p>3- Sauter d'une poutre</p> <div style="text-align: center;">  </div>	<ol style="list-style-type: none"> 1- Sauter pour franchir des petites haies à pieds joints <div style="text-align: center;">  </div> <ol style="list-style-type: none"> 2- Rebondir dans le trampoline et arriver sur les deux pieds. <div style="text-align: center;">  </div>	<ol style="list-style-type: none"> 1- Sauter du sol : <ul style="list-style-type: none"> - Pieds-joints - En écartant les jambes - En faisant ¼ de tour 2- Sauter et faire une figure en l'air. Ex : jambes écartées, ¼ de tour... <div style="text-align: center;">  </div>
CE QUI EST ATTENDU		
Sauter en redressant la tête.	Créer une impulsion à partir du trampoline se réceptionner sur les deux pieds.	S'élever pour réaliser sa figure en l'air au point le plus haut.
EVALUATION		
Critères de réussite : Se grandir et voler pour exécuter une action (frapper dans les mains) ou une figure (jambes écartées) avec une réception stabilisée.		