

### Atelier Roulade avant

Je colorie la colonne du contrat que j'ai choisi.

Contrat 1		Contrat 2		Contrat 3	
▼ Critères d'évaluation ▼					
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Je démarre pieds serrés.</li> <li>- Je roule dans l'axe.</li> <li>- Je garde les jambes groupées, serrées.</li> <li>- J'arrive stabilisé sur les pieds.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Je démarre pieds serrés.</li> <li>- Je roule dans l'axe.</li> <li>- J'arrive stabilisé sur les pieds.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Je démarre pieds serrés.</li> <li>- Je roule dans l'axe au-dessus de l'obstacle.</li> <li>- J'arrive stabilisé sur les pieds.</li> </ul>	
Contrat validé	Contrat non validé	Contrat validé	Contrat non validé	Contrat validé	Contrat non validé

### Atelier Roulade arrière

Je colorie la colonne du contrat que j'ai choisi.

Je me positionne sur la réglette du plaisir avant la rencontre (j'entoure le smiley).

Contrat 1		Contrat 2		Contrat 3	

Je me positionne sur la réglette du plaisir après l'atelier (je colle une gommette sur le smiley).

### Atelier Appui tendu renversé

Je colorie la colonne du contrat que j'ai choisi.

Contrat 1		Contrat 2		Contrat 3	
		<ol style="list-style-type: none"> <li></li> <li></li> </ol>		<ol style="list-style-type: none"> <li></li> <li></li> <li></li> </ol>	
▼ Critères d'évaluation ▼					
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Je verrouille les coudes.</li> <li>- Je garde le corps et les jambes tendus.</li> <li>- Je tiens pendant 5 secondes.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Je verrouille les coudes.</li> <li>- J'aligne mes mains, mes épaules et mon bassin, jambes tendues.</li> <li>- Je tiens pendant 5 secondes.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Je verrouille les coudes.</li> <li>- J'aligne mes mains, mes épaules et mes chevilles.</li> <li>- Je tiens pendant 5 secondes.</li> </ul>	
Contrat validé	Contrat non validé	Contrat validé	Contrat non validé	Contrat validé	Contrat non validé

### Atelier Rouler autour de la barre

Je me positionne sur la réglette du plaisir avant la rencontre (j'entoure le smiley).

Atelier découverte					

Je me positionne sur la réglette du plaisir après l'atelier (je colle une gommette sur le smiley).



## Atelier Poutre

Je colorie la colonne du contrat que j'ai choisi.

Contrat 1		Contrat 2		Contrat 3	
Traversée simple		Traversée avec deux demi-tours successifs.		Traversée avec deux demi-tours successifs, puis passage en position accroupie	
▼ Critères d'évaluation ▼					
- Mon regard se porte devant moi. - Je conserve l'équilibre pendant la traversée.		- Mon regard se porte devant moi. - Je conserve l'équilibre pendant les deux ½ tours.		- Mon regard se porte devant moi. - Je conserve l'équilibre pendant les deux ½ tours et le passage en position accroupie.	
Contrat validé	Contrat non validé	Contrat validé	Contrat non validé	Contrat validé	Contrat non validé

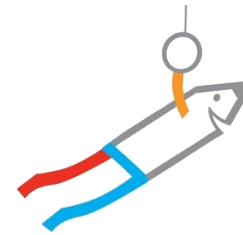
## Atelier Sauter sur le trampoline

Je colorie la colonne du contrat que j'ai choisi.

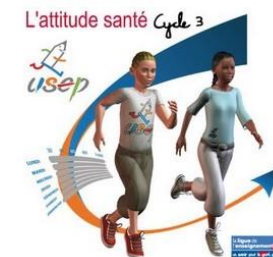
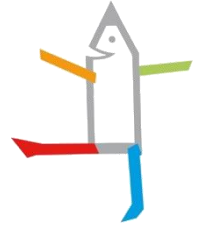
Je me positionne sur la réglette du plaisir avant la rencontre (j'entoure le smiley).

Contrat 1		Contrat 2		Contrat 3	
Départ en hauteur pour les CP (meilleure impulsion)		Saut d'extension groupé avec impulsion dans le trampoline, arrivée stabilisée		Après impulsion, choix : saut groupé ou figure libre ou ½ tour	

Je me positionne sur la réglette du plaisir après l'atelier (je colle une gommette sur le smiley).



# Rencontre Gymnastique



NOM : .....

PRENOM : .....

ECOLE : .....

ASSOCIATION USEP : .....

.....

