

Nom/Prénom :

# Mouvement individuel CE2/CM1

| A / ROULER_SE PROPULSER : en ligne droite                                                    |   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------|---|
| Roule sans poussées latérales, membres inférieurs raides                                     | 1 |
| Roule avec poussées latérales et membres inférieurs fléchis, allure réduite                  | 2 |
| Roule avec poussées latérales et membres inférieurs fléchis, allure modérée                  | 4 |
| Poussées latérales régulières et efficaces avec prise de vitesse, membres inférieurs fléchis | 6 |

| D / ROULER_SE PROPULSER : marche arrière en citron                                       |   |
|------------------------------------------------------------------------------------------|---|
| Roule à allure très réduite, poussées latérales faibles                                  | 1 |
| Roule avec poussées latérales simultanées, pas de regard directeur                       | 2 |
| Roule avec poussées latérales simultanées, utilise le regard directeur                   | 4 |
| Roule avec poussées latérales simultanées, utilise le regard directeur, prise de vitesse | 6 |

| G / S'EQUILIBRER : accroupi position chaise                                             |   |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|---|
| S'élance et chute dès l'accroupissement                                                 | 1 |
| S'élance, puis position chaise avec hanches au-dessus des genoux                        | 2 |
| S'élance, puis position chaise (hanches au niveau des genoux), tenue sur 1 mètre        | 4 |
| S'élance, puis position chaise (hanches au niveau des genoux), tenue sur plus d'1 mètre | 6 |

| B / ROULER_SE PROPULSER : en ligne courbe (8)                                               |   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|---|
| Roule, suit le tracé, mais n'utilise pas le pied extérieur pour pousser                     | 1 |
| Roule, suit le tracé, utilise le pied extérieur pour pousser (trotinette), allure réduite   | 2 |
| Roule, suit le tracé, utilise le pied extérieur pour pousser (trotinette), allure modérée   | 4 |
| Roule, suit le tracé, utilise le pied extérieur pour pousser (trotinette), prise de vitesse | 6 |

| E / DISSOCIER : saut à 2 pieds                                                 |   |
|--------------------------------------------------------------------------------|---|
| Essaie, mais ne décolle pas les pieds du sol                                   | 1 |
| Saute, mais sans prise d'élan, à l'arrêt                                       | 2 |
| Saute, avec prise d'élan, d'un patin sur l'autre                               | 4 |
| S'élance à vitesse moyenne, saute les 2 pieds ensemble, réception 1 ou 2 pieds | 6 |

| H / PRESENTATION                                                                       |   |
|----------------------------------------------------------------------------------------|---|
| Ne connaît pas son enchaînement par cœur, aide du jury                                 | 0 |
| Au cours de l'enchaînement, pas de vitesse ni d'enchaînement des figures + su par cœur | 1 |
| Enchaînement réalisé à bonne allure, avec enchaînement des figures + su par cœur       | 2 |
| Bonne allure, avec enchaînement des figures et salut à la fin + su par cœur            | 3 |

| C / SE DIRIGER_TOURNER : changer de sens avt/arrière                                         |   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------|---|
| Ne parvient pas à passer en marche arrière, ou passe en marche arrière très déséquilibré     | 1 |
| Passe de la marche avant à la marche arrière sur 2 appuis, sans utiliser le regard directeur | 2 |
| Passe d'un déplacement avant à arrière, regard directeur, allure réduite                     | 4 |
| Passe d'un déplacement avant à arrière, regard directeur, bonne allure                       | 6 |

| F / S'EQUILIBRER : rouler sur 1 pied                                                       |   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|---|
| S'élance, roule sur un roller mais repose le pied libre dans l'urgence                     | 1 |
| S'élance, roule sur un roller mais en déséquilibre (mouvements parasites)                  | 2 |
| S'élance, roule sur un roller, bien équilibré sur moins d'1m (bon positionnement corporel) | 4 |
| S'élance, roule sur un roller, bien équilibré sur plus d'1m (bon positionnement corporel)  | 6 |

|                                        |    |
|----------------------------------------|----|
| <b>Total</b><br><b>A+B+C+D+E+F+G+H</b> | 45 |
|----------------------------------------|----|



**Encercler les points obtenus**

**Autoriser un 2nd essai en cas d'échec**