

GRILLE DE COMPETENCES PREMIER CYCLE CLASSES DE 6ème

Cycle COURSE DE DUREE: 5 OBJECTIFS

Etre capable de courir 21 minutes sans m'arrêter:

Etre capable de courir à une allure régulière:

Etre capable de parcourir la plus longue distance à allure régulière:

Etre capable de respecter le contrat de travail demandé en début de chaque séance:

Etre capable de progresser par rapport à un niveau de départ et de milieu de cycle:

CYCLE JONGLERIE: 6 OBJECTIFS

Etre capable de maîtriser la prise de vitesse du DIABOLO:

Etre capable d'enchaîner 2 FIGURES SIMPLES AU GOLO:

Etre capable de se déplacer vers l'avant et de maîtriser l'arrêt sur un CYLINDRE:

Etre capable d'enchaîner 10 échanges main droite - main gauche à 1 MASSUE:

Etre capable de jongler à 2 BALLES OU 2 ANNEAUX:

Etre capable de jongler à 3 FOULARDS:

CYCLE RUGBY: 6 OBJECTIFS

(évaluation en jeu)

Etre capable de courir en portant le ballon et en avançant:

Etre capable de passer la balle à 2 mains en arrière:

Etre capable d'attraper le ballon:

Etre capable d'aller au contact du porteur pour empêcher sa progression:

Etre capable d'appliquer des consignes simples de sécurité:

Etre capable de se situer sur le terrain:

OBJECTIFS GENERAUX: 2 OBJECTIFS

Avoir une tenue de rechange et s'en servir:

Etre à l'écoute lors du passage des consignes orales:

19 OBJECTIFS EVALUES