

SITUATIONS GLOBALES POUR
ENTRER DANS L'ACTIVITE

FILM
ATHLETISME

FRANCHIR UN
ESPACE
ANNONCE

SAUTER
EN
HAUTEUR

SAUTER
EN
LONGUEUR

ENCHAINER
DES
BONDS

SITUATION DE
REFERENCE

SAUT
EN
LONGUEUR

SAUT
EN
HAUTEUR

MULTIBONDS
TRIPLE SAUT

SITUATIONS D'APPRENTISSAGE
ORGANISEES PAR OBJECTIF*SAUT EN LONGUEUR*

- ⇒ utiliser un élan efficace
- ⇒ allonger sa foulée d'envol
- ⇒ s'élever au moment de l'appel
- ⇒ se poser loin
- ⇒ étalonner sa course d'élan

SAUT EN HAUTEUR

- ⇒ utiliser un élan efficace
- ⇒ orienter les courses d'élan
- ⇒ transformer l'équilibre du sauteur
- ⇒ accroître l'amplitude de la foulée

MULTIBONDS

- ⇒ utiliser un élan efficace
- ⇒ coordonner des actions de sauts
- ⇒ favoriser un enchaînement de bonds
- ⇒ allonger sans perdre de vitesse

RÔLES SOCIAUX

- ⇒ arbitre, chronométrateur, juge...

SITUATION DE
REFERENCE

SAUT
EN
LONGUEUR

SAUT
EN
HAUTEUR

MULTIBONDS
TRIPLE SAUT

OUTILS
D'EVALUATION

FICHE ELEVE

FICHE MAÎTRE

MES
RESULTATS