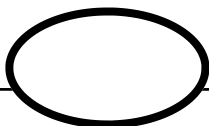


NOM

Classe

NOTE de TRAVAIL

Quantité, progrès, sérieux, assiduité...



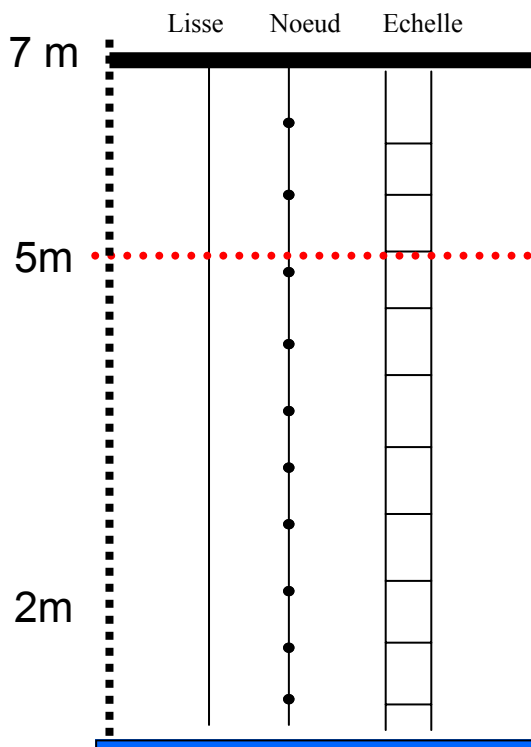
BUT:

Au grimper: Présenter le parcours qui me reportera le plus de points compte tenu de mes possibilités

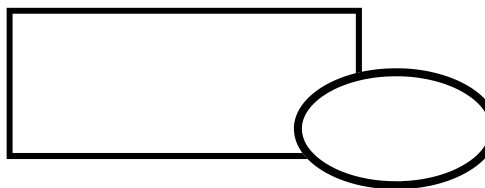
HAUTEUR ATTEINTE	POINTS SUR 20		
	ECHELLE DE CORDE	CORDE A NOEUDS	CORDE LISSE
3 m	5	6	7
4 m	6	7	9
5 m	7	8	12
6 m	8	9	15
7 m	10	12	18

- CHAQUE CHANGEMENT DE CORDE DONNE **1 POINT DE PLUS** (4 changements maximum)
- DESCENDRE 5 mètres **SANS SE LAISSER GLISSER** SUR LA CORDE LISSE RAPPORTE **2 POINTS EN PLUS**

Noter **D** son départ
Noter son parcours par→
Noter **A** son arrivée
Noter un changement de corde par →

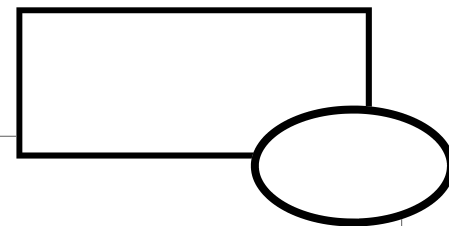


Ma note de grimper



0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
JE CHUTE APRES MON DÉPART SUR LE BANC	JE ME BALANCE EN ALLER ET RETOUR	JE PEUX TENIR LA CORDE A UNE SEULE MAIN, JE SAIS DONNER UN BATON DE RELAIS A UN COPAIN OU LUI TAPER DANS LA MAIN AU MILIEU	DEBOUT SUR LE NOEUD EN ME TENANT A 2 MAINS	JE NE PEUX PAS DEBOUT SUR LE NOEUD MAIS ASSIS, ACCROUPI OU LES PIEDS DANS LE VIDE	A 2 CORDES JE VAIS CHERCHER UN BALLON DANS LES MAINS DE MON COPAIN AVEC MES PIEDS	JE DONNE UN BALLON MOU A MON COPAIN	JE PASSE DE CORDE EN CORDE	A 2 CORDES JE LANCE AVEC MES PIEDS LE BALLON DANS LE PLOT	A 2 CORDES JE PASSE LE BALLON AU MILIEU A UN COPAIN AVEC MES PIEDS	JE PASSE DE CORDE EN CORDE ET J'ECHANGE AVEC UN COPAIN AU MILIEU
TOUJOURS	SOUVENT	DE TEMPS EN TEMPS								

Ma note de balancer



BUT:

Au balancer: Présenter 2 exercices différents compte tenu de mes possibilités

Entourer les 2 exercices choisis sur le barème « balancer »

EXERCICE 1

EXERCICE 2