***Evaluation motrice individuelle – Les Arts du Cirque – STAPS L3, fiche 1/4***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Famille d’exercice***  ***LA JONGLERIE DIRECTE*** | | |
|  | **Niveaux** | ***Jongler seul***  ***(12 Lancer-Rattraper, plus arrêt volontaire)*** |
| **J1** | **N1** | Jongler avec 2 balles en cascade **sans arrêt** |
| **J2** | **N1** | Enchaînement colonne + cascade à 2 balles |
| **J3** | **N2** | Jongler avec 3 balles ou anneaux en cascade (12 LR) |
| **J4** | **N2** | Jongler avec 2 massues en cascade |
| **J5** | **N2** | Jongler à 3 engins et/ou objets différents (sans massue) |
| **J6** | **N3** | Effectuer 3 figures à 3 balles lors d’un jonglage à 3 balles |
| **J7** | **N3** | Jongler à 3 engins différents dont une massue ou à **3 massues** |
| **J8** | **N4** | Effectuer 5 figures, identifiables, insérées à une cascade à 3 balles |
| **J9** | **N4** | Jongler à 4 Balles [12LR] |

***Evaluation motrice individuelle – Les Arts du Cirque – STAPS L3, fiche 2/4***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Famille d’exercice***  ***Le Passing - « Echanger » des objets - Jongler à plusieurs***  ***Croisade décroisée pour 3 ou 5 objets.*** | | |
|  | **Niveaux** | **Passing à réaliser à 2** |
| **P1** | **N1** | Cascade à 3 ballons GR (12 LR) |
| **P2** | **N1** | Croisade décroisée à 3 objets.  (12 LR) |
| **P3** | **N2** | Passing à 5 balles ou 5 anneaux  (12 LR) |
| **P4** | **N2** | Passing à 3 massues (rotation - 6 échanges) |
| **P5** | **N3** | Passing à 5 engins - **2 balles, 2 anneaux + 1 ballon GR**  **(12 LR)** |
| **P6** | **N3** | Passing à 5 engins et/ou objets  **tous différents** (12 LR) |
| **P7** | **N4** | Croisade décroisée à 5 massues  (rotation + 8 échanges) |
| **P8** | **N4** | Passing à 6 balles  ( **self pass – 2 ou 3 tps**)  « 6 balles échangées » |

***Evaluation motrice individuelle – Les Arts du Cirque – STAPS L3, fiche 3/4***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Famille d’exercice***  ***LES EQUILIBRES DYNAMIQUES*** | | | | | |
|  | **Niveaux** | ***Rola-Bola*** |  | **Niveaux** | ***Boule*** |
| **RB1** | **N1** | Tenir en équilibre sans parade sur un petit rouleau | **B1** | **N1** | Avancer/reculer sur la boule avec aide (active ou passive dans un chemin) ou sans aide sur 5m |
| **RB2** | **N1** | Tenir et monter avec une parade sur un gros rouleau | **B2** | **N1** | Se déplacer dans les 4 coins d’un espace défini avec parade |
| **RB3** | **N2** | Monter et jongler avec deux balles  Enchaîner 10 LR | **B3** | **N2** | Monter seul sur la boule puis  Jongler à 2 balles ou à 2 anneaux 10 LR |
| **RB4** | **N2** | Monter et  Jongler à 2 engins et/ou objets différents 10LR | **B4** | **N2** | Monter seul sur la boule puis  Jongler à 2 engins et/ou objets différents 10 LR |
| **RB5** | **N2** | Ramasser 3 engins et/ou objets au sol les uns après les autres  ou Passer dans un cerceau | **B5** | **N3** | Monter sur la boule en mouvement,  Ramasser une massue au sol puis se relever |
| **RB6** | **N3** | Monter seul et sur un gros rouleau Ramasser 3 engins et/ou objets au sol les uns après les autres  Cascade avec ces 3 objets  12 LR | **B6** | **N3** | Monter sur la boule  Cascade à 3 balles ou 3 anneaux  (10 LR) |
| **RB7** | **N4** | Monter seul et sur un gros rouleau Ramasser 3 objets différents au sol les uns après les autres, puis  Cascade avec ces 3 objets différents  12 LR | **B7** | **N4** | Monter seul sur la boule en mouvement  Sauter à la corde  Enchaîner 3 sauts |
| **RB8** | **N4** | Monter seul et sur un gros rouleau puis recevoir 3 objets différents  puis  Cascade avec ces 3 objets différents  (12LR) | **B8** | **N4** | Monter seul sur la boule en mouvement puis  cascade à 3 engins et/ou objets et réaliser 3 figures identifiables. |

***Evaluation motrice individuelle – Les Arts du Cirque – STAPS L3, fiche 4/4***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Famille d’exercice***  ***LES PASSINGS SUR EQUILIBRE STATIQUE ET DYNAMIQUE - 12 LR*** | | |
|  | **Niveaux** | ***Combinaison Equilibre/ Manipulations*** |
| **PED1** | **N1** | Passing à 3 engins et/ou objets identiques avec un seul jongleur en équilibre dynamique |
| **PED2** | **N1** | Passing à 3 engins identiques en équilibre statique |
| **PED3** | **N1** | Passing à 5 engins et/ou objets identiques, 1 jongleur en équilibre statique (sol, chaise ou plinth) l’autre en équilibre dynamique aménagé (ex : boule bloquée) |
| **PED4** | **N2** | Passing à 5 engins et/ou objets identiques avec les 2 circassiens en équilibre dynamique |
| **PED5** | **N3** | Passing à 5 engins et/ou objets différents avec les 2 circassiens en équilibre dynamique |
| **PED6** | **N3** | Passing à 5 engins et/ou objets différents avec les 2 circassiens en équilibre dynamique et différents  (Boule et rouleau) |
| **PED8** | **N4** | Passing à 5 engins et/ou objets différents (dont une massue) avec les 2 circassiens en équilibre dynamique et différents |