


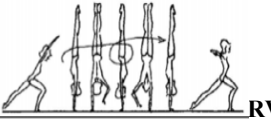






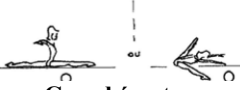

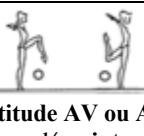
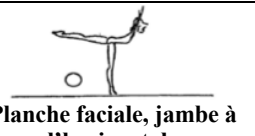

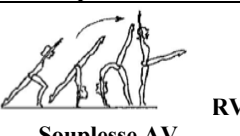




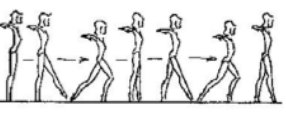








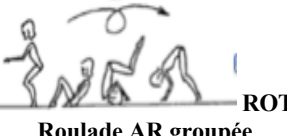
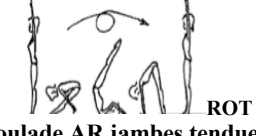


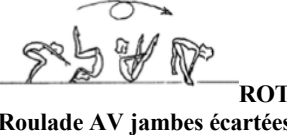

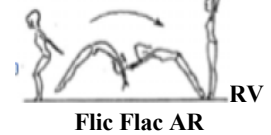
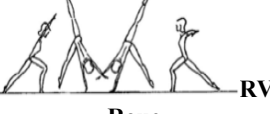
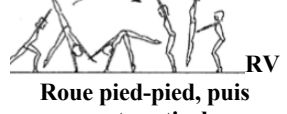




BAC	SESSION 2021	Fiche synthétique	Epreuve Obligatoire Ponctuelle EPS Académie de Lyon	GYMNASTIQUE SOL Filles
-----	--------------	-------------------	--------------------------------------------------------	---------------------------

Nom :	Prénom :	N° candidat :
-------	----------	---------------

**Entourer et numérotter les éléments dans l'ordre d'apparition dans l'enchaînement**  
(° = maintien 2'', ROT = Rotation, RV = Renversement)

SOL	A = 0,4 point	B = 0,6 point	C = 0,8 point	D = 1 point
1 ATR	 ATR 1 jambe	 Placement de dos ATR/fente ATR	 ATR roulade	 ATR valse
2 SP	 Onde latérale	 Pont jambes serrées tendues	 ATR pont / chute en pont	 Tic Tac
3 SP	 Grand battement	 Chandelle, bras tendus au sol	 Grand écart ou écrasement facial	 Souplesse AR
4 SP	 Attitude AV ou AR sur 1/2 pointes	 Planche faciale, jambe à l'horizontale	 Pied dans la main	 Souplesse AV
5 LG	 Tour naturel sur 1/2 pointes	 1/2 tour sur 1 pied sur 1/2 pointe	 Pivot sur 1/2 pointe 1 Tour	 1 Tour 1/2 sur 1 pied sur 1/2 pointe
6 LG	 2 pas chassés sur 1/2 pointes	 Saut groupé impulsion 2 pieds	 Saut cosaque appel 2 pieds	 Grand jeté ou Saut changement de jambe
7 LG	 Saut vertical appel et réception 2 pieds	 Saut de chat ou Saut vertical 1/2 tour	 Saut de chat 1/2 tour	 Saut tour complet
8 AC	 Roulade arrière jambes écartées	 Roulade AR groupée	 Roulade AR jambes tendues	 Roulade AR ATR
9 AC	 Roulade AV arrivée sur 1 ou 2 pieds	 Roulade AV jambes écartées	 Saut de main	 Flic Flac AR
10 AC	 Roue	 Roue pied-pied, puis saut vertical	 Sursaut rondade puis saut vertical	 Salto AV ou Salto AR

<b>DIFFICULTE</b> /6					+	<b>EXCUTION</b> /10	+	<b>PROJET</b> /4	=	<b>NOTE</b> /20
A = 0,4 x =	B = 0,6 x =	C = 0,8 x =	D = 1 x =	TOTAL =						