

NOM Prénom :

Date :

Grille d'évaluation de la pratique fondamentale

Conditions d'obtention de l'évaluation: 15/20 à l'écrit + 3 Mouvements enseignés acquis

OBJECTIFS

- ✓ Concevoir et proposer des séances de Pilates de qualité en prenant en compte les pathologies éventuelles de son public.
- ✓ Connaître les principes fondamentaux de la méthode Pilates, savoir les transmettre à son public.
- ✓ Savoir corriger les défauts de placement ou d'exécution des pratiquants.
- ✓ Maîtriser personnellement le Pilates au niveau Matwork I.

MOUVEMENTS (Déterminés par tirage au sort par l'apprenant)

1 _____	2 _____	3 _____
☐ ACQUIS	☐ ACQUIS	☐ ACQUIS
☐ NON-ACQUIS	☐ NON-ACQUIS	☐ NON-ACQUIS
RÉSULTAT PRATIQUE	☐ ACQUIS	☐ NON-ACQUIS
NOTE THÉORIQUE (QCM) _____/20	☐ ACQUIS	☐ NON-ACQUIS

NOTES SUR LE MOUVEMENT

1

NOTES SUR LE MOUVEMENT

2

NOTES SUR LE MOUVEMENT

3

NOTES ANNEXES

