

Vitesse: Estafette navette 4x9m (niveaux ABC)

L'objectif de ce test est de se déplacer rapidement pour réaliser sa meilleure performance possible.

Au signal «A vos marques – prêts – partez!», l'élève court la distance de 4 x 9m aussi rapidement que possible. Il a trois essais. L'enseignant garde le meilleur score parmi les trois.

[Estafette navette 4x9m \(niveaux ABC\)](#)(pdf)

[Estafette navette 4x9m \(niveaux ABC\): Fiche d'évaluation](#) (xls)



Remarque

Les compétences disciplinaires se voient concrétisées au travers de trois niveaux: le niveau A – susceptible d'être atteint par presque tous les élèves, le niveau B – par la moyenne d'entre eux et le niveau C – par les meilleurs.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO