Evénement multisports – Natation: Estimation

Le sens du rythme s'affine grâce à ce concours par équipe. Les nageurs entraînent simultanément leur endurance.

Former deux groupes. Chaque nageur note sur une fiche le temps qu'il pense mettre pour effectuer une distance prédéfinie. Ensuite, les élèves démarrent, sans chrono, avec l'objectif de se rapprocher du temps prévu initialement.

A la fin de la course, les secondes de différence par rapport au temps effectif sont additionnées. L'équipe avec la plus petite somme a gagné.

Matériel: Chronomètre, fiches

Source: Rafael Meier, enseignant d'éducation physique au degré secondaire I

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO