

Coordination: Marcher sur le banc suédois en faisant rebondir une balle (niveau A)

Lors de ce test, les élèves doivent marcher sur un banc suédois retourné tout en dribblant une balle.

Les élèves marchent en avant sur la poutre étroite d'un banc suédois en faisant rebondir une balle sur le sol. Au bout du banc, l'élève rattrape le ballon pour terminer l'exercice debout.

Le test est réussi lorsque l'exercice est effectué correctement lors d'un des 2 essais.

[Marcher sur le banc suédois en faisant rebondir une balle \(niveau A\)](#)

(pdf)

[Marcher sur le banc suédois en faisant rebondir une balle \(niveau A\):](#)

[Fiche d'évaluation](#) (xls)



Remarques générales

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.

Les compétences disciplinaires et/ou les tests associés peuvent aussi servir à faire le point: Où se situent les élèves? Quelles compétences doivent être travaillées en premier lieu? Quelles compétences sont importantes pour les élèves? Sur la base de ces questions, une convention d'objectifs est établie avec les élèves: qu'est-ce qui est fait et voulu, quand et comment?

L'évaluation par l'enseignant d'une compétence doit être accompagnée le plus souvent possible par une évaluation personnelle de l'élève. Cette manière de procéder incite ce dernier non seulement à développer sa capacité de réflexion, mais encore à endosser des responsabilités.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO