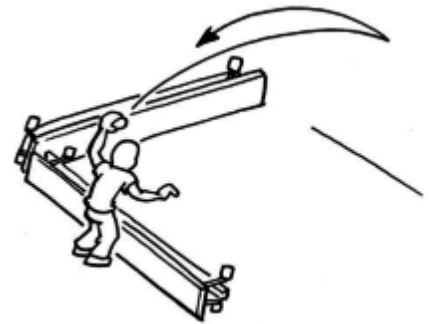


# Jouer – Technique: Lancer de base contre une paroi (niveau A)

Au cours de ce test, les élèves envoient la balle contre le mur et la rattrape après le rebond. Ils entraînent ainsi les capacités techniques de base des sports de balle.

Pendant 2×1 minute, les élèves effectuent autant de passes directes que possible contre le mur en rattrapant le rebond.

Ils lancent une minute avec la mauvaise main, puis une minute avec la bonne main.



[Lancer de base contre une paroi \(niveau A\)](#) (pdf)

[Lancer de base contre une paroi \(niveau A\): 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