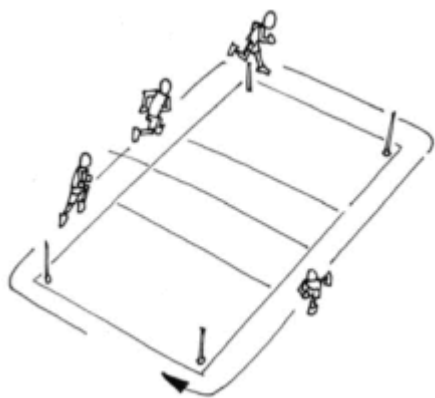


Endurance - 1re à 2e année: Courir 8 minutes (niveaux ABC)

Au cours de ce test, les enfants doivent parcourir le plus grand nombre possible de tours de terrain.



Les élèves courent autour du terrain de volley pendant huit minutes. La course d'endurance s'effectue par groupes de Dix élèves au maximum. Pendant la course, indiquer chaque minute le temps qu'il reste. Au terme des huit minutes, tous les élèves s'arrêtent et s'assoient sur le sol sur place.

[Courir 8 minutes](#) (pdf)

[Courir 8 minutes: 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