

Endurance – 1re à 2e année: Participer à des exercices d’endurance (niveau C)

Dans ce test, l’enfant sollicite sa capacité aérobie. Il participe à une course d’endurance officielle.



Les élèves participent seuls ou accompagnés d’un adulte (parents, parrain, tante, grands-parents, etc.) à au moins un exercice d’endurance officiel (course d’orientation, course, tour à vélo, inline-skate, etc.).

[Participer à des exercices d’endurance \(niveau C\)](#) (pdf)

[Participer à des exercices d’endurance \(niveau C\): 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