

Lancer - 10e à 12e année (école professionnelle): Lancer de la balle 200g (niveau B)

Dans ce test, l'élève tient compte des remarques techniques afin d'améliorer la distance de son lancer de la balle.



L'élève applique les consignes techniques de l'enseignant ou d'un camarade talentueux (selon les cinq caractéristiques techniques de base propres au «lancer de la balle») pour améliorer sa performance de lancer personnelle (balle: 200 g.)

[Lancer de la balle 200g \(niveau B\)](#)(pdf)

[Lancer de la balle 200g \(niveau B\): 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