

# Lancer – 10e à 12e année (école professionnelle): Lancer du javelot (niveau A)

Avec ce test, l'enseignant évalue la capacité des élèves à exploiter leur potentiel physique et technique pour pouvoir lancer le javelot le plus loin possible.



Les élèves lancent le javelot (600 g) au-delà d'une distance minimale indiquée avec ou sans élan. Ils ont trois essais.

L'enseignant observe que le javelot touche le sol la pointe la première pour que l'essai soit valable et que l'élève ne dépasse pas la ligne de lancer.

[Lancer du javelot \(niveau A\)](#) (pdf)

[Lancer du javelot \(niveau A\): 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