

Lancer – 10e à 12e année (école professionnelle): Lancer droit (niveaux ABC)

L'objectif de ce test est de lancer une balle ou un javelot le plus loin possible. L'enseignant évalue la distance mais aussi la technique.



Les élèves lancent la balle (200 g) ou le javelot (600 g) avec élan aussi loin que possible. Chaque élève dispose de trois essais.

Le test est réussi lorsque la distance exigée du niveau correspondant est atteinte lors d'un des trois essais.

[Lancer droit mesuré \(niveaux ABC\)](#) (pdf)

[Lancer droit mesuré \(niveaux ABC\): 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