



Degré	10 ^e à 12 ^e année (école professionnelle)
Aspect	Compétences disciplinaires
Aspect spécifique	Endurance
Compétence	Appliquer les principes de base de l'endurance pour entraîner cette capacité
Niveau A	Je bouge pendant une durée prolongée.



Bike (A)

Description de la tâche	Les élèves sont capables d'effectuer un parcours de 25 minutes en bike sur le terrain sans s'arrêter.								
Evaluation/Exigences	Pour réussir le test, les élèves doivent effectuer un parcours de 25 minutes en bike sans interruption.								
Critères d'observation	<ul style="list-style-type: none">Le parcours est effectué sans interruptions.								
Consignes aux élèves	«Sur votre bike, effectuez le parcours de 25 minutes sans vous arrêter afin de réussir le test.»								
Mise en place	-								
Matériel	Chronomètre, marquage du parcours								
Source	-								
Aspects pratiques et indications pédagogiques	<table><tr><td>Durée</td><td>25 minutes, compter 10 minutes supplémentaires pour l'échauffement</td></tr><tr><td>Organisation</td><td>-</td></tr><tr><td>Personnes évaluées</td><td>Départ commun de toute la classe.</td></tr><tr><td>Problèmes</td><td>Les élèves disposant d'une bonne endurance ne sont pas très sollicités pour le sport en plein air. L'enseignant doit pouvoir garder la vue d'ensemble en plein air sur l'intégralité du parcours.</td></tr></table>	Durée	25 minutes, compter 10 minutes supplémentaires pour l'échauffement	Organisation	-	Personnes évaluées	Départ commun de toute la classe.	Problèmes	Les élèves disposant d'une bonne endurance ne sont pas très sollicités pour le sport en plein air. L'enseignant doit pouvoir garder la vue d'ensemble en plein air sur l'intégralité du parcours.
Durée	25 minutes, compter 10 minutes supplémentaires pour l'échauffement								
Organisation	-								
Personnes évaluées	Départ commun de toute la classe.								
Problèmes	Les élèves disposant d'une bonne endurance ne sont pas très sollicités pour le sport en plein air. L'enseignant doit pouvoir garder la vue d'ensemble en plein air sur l'intégralité du parcours.								