



Degré	10 ^e à 12 ^e année (école professionnelle)
Aspect	Compétences disciplinaires
Aspect spécifique	Vitesse
Compétence	Se déplacer rapidement pour réaliser une sa meilleure performance possible
Niveau A	Je me déplace rapidement. Je réalise une performance moyenne lors du test de vitesse.
Niveau B	Je me déplace rapidement. Je réalise une bonne performance lors du test de vitesse.
Niveau C	Je me déplace rapidement. Je réalise une performance nettement supérieure à la moyenne lors du test de vitesse.



Course de 100m (ABC)

Description de la tâche	Les élèves courent la distance de 100m aussi rapidement que possible.	
Evaluation/Exigences	<p><i>Niveau A:</i> L'élève effectue une performance moyenne: Filles: 15.3 - 16.0 sec., Garçons: 13.6 - 14.3 sec.</p> <p><i>Niveau B:</i> L'élève effectue une bonne performance: Filles: 14.1 - 15.2 sec., Garçons: 12.6 - 13.5 sec.</p> <p><i>Niveau C:</i> L'élève effectue une performance supérieure à la moyenne: Filles: < 14.1 sec., Garçons: < 12.6 sec.</p>	
Critères d'observation	<ul style="list-style-type: none"> • Pour le départ utiliser un signal sonore bref (par exemple une claquette) et respecter le protocole suivant: «A vos marques – prêts – son» • En cas de faux départ, recommencer. • Une seule course effectuée. 	
Consignes aux élèves	«Au signal de départ "A vos marques – prêts – son" courez la distance de 100m aussi rapidement que possible.»	
Mise en place	-	
Matériel	Chronomètres, une claquette.	
Source	-	
Aspects pratiques et indications pédagogiques	Durée	Env. 1 minute par personne, en fonction de la taille de la classe. Prévoir 10-15 minutes de plus pour un bon échauffement
	Organisation	Ev. 2-3 coureurs avec chronomètres
	Personnes évaluées	2-3 personnes testées
	Problèmes	Erreurs possibles à l'arrivée (départ et arrivée, mesure du temps précise au 1/10 de seconde!), peut falsifier les résultats du test.