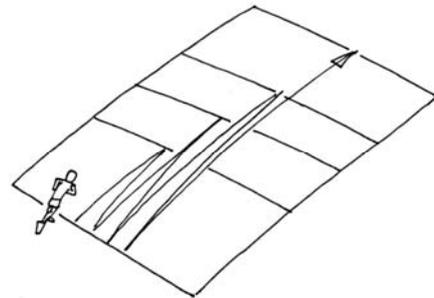




Degré	10 ^e à 12 ^e année (école professionnelle)
Aspect	Compétences disciplinaires
Aspect spécifique	Vitesse (vitesse d'accélération)
Compétence	Se déplacer rapidement pour réaliser sa meilleure performance possible
Niveau A	Je me déplace rapidement. Je réalise une performance moyenne lors du test de 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 ligne (ABC)

Description de la tâche	Les élèves courent et touchent les lignes du terrain de volley selon le schéma proposé (voir consignes aux élèves).
Evaluation/Exigences	<p><i>Niveau A:</i> L'élève effectue une performance moyenne: Filles: 19.1 - 20.0 sec., Garçons: 17.5 - 18.5 sec.</p> <p><i>Niveau B:</i> L'élève effectue une bonne performance: Filles: 18.2 - 19.0 sec., Garçons: 16.5 - 17.4 sec.</p> <p><i>Niveau C:</i> L'élève effectue une performance supérieure à la moyenne: Filles: < 18.2 sec., Garçons: < 16.5 sec.</p>
Critères d'observation	<ul style="list-style-type: none"> Le départ a lieu au signal avec une claquette «A vos marques – prêts – partez!». Dès que la main touche la ligne correspondante, l'élève tourne. Si l'élève omet de toucher une ligne, on ajoute une pénalité de 1 sec. On compte le meilleur de 2 essais. Prévoir un temps de récupération.
Consignes aux élèves	«Au signal de départ "A vos marques – prêts – partez!" courez aussi rapidement que possible vers la ligne des 3m et retour (distance 12m), puis vers la ligne médiane et retour (distance 18m). Courez ensuite vers la ligne des 3m du "camp opposé" et retour vers la ligne de fond (distance 24m) et finalement vers la ligne de fond du "camp opposé" (18m). Dès que vous avez touché la ligne des 9m de la main, vous pouvez faire demi-tour. On compte le meilleur essais sur 2.»
Mise en place	- Le stater se place derrière le coureur, le chronométreur sur la ligne d'arrivée.
Matériel	Chronomètre, claquette, év. cônes
Source	-
Aspects pratiques et indications pédagogiques	<p>Durée Env. 1 minute par personne, selon la grandeur de la classe. Compter 10-15 minutes supplémentaires pour un bon échauffement</p> <p>Organisation Ev. 2 – 3 élèves avec chronométreurs</p> <p>Personnes évaluées 2-3 personnes</p> <p>Problèmes Erreurs possibles à l'arrivée (départ et arrivée, mesure du temps précise au 1/10 de seconde!), peut falsifier les résultats du test.</p>