



Degré	7 <sup>e</sup> à 9 <sup>e</sup> année
Aspect	Compétences disciplinaires
Aspect spécifique	Coordination
Compétence	Coordonner des mouvements pour s'adapter à des situations compliquées
Niveau A	J'effectue un exercice de coordination exigeant.



## Faire rebondir deux balles en gardant l'équilibre (A)

<b>Description de la tâche</b>	Faire rebondir 2 balles durant tout l'exercice: Debout face au banc, faire 2-3 pas, monter sur le banc, traverser le banc, descendre du banc, faire 2-3 pas, station debout, rattraper les balles. Les élèves disposent de 2 essais.								
<b>Evaluation/Exigences</b>	Le test est réussi lorsque l'élève fait rebondir 2 balles du début à la fin de l'exercice, sans perdre de balles. Partant avant le banc suédois, l'élève doit traverser le banc et faire 3 pas après le banc avant de rattraper les balles. Les critères suivants doivent en outre être remplis.								
<b>Critères d'observation</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Faire rebondir continuellement 2 balles identiques</li><li>• Pas de perte de balle</li><li>• Départ qu piquet, traverser le banc en dribblant, dribbler jusqu'au piquet</li><li>• Rattraper les balles</li></ul>								
<b>Consignes aux élèves</b>	«Tu disposes de 2 essais pour exécuter correctement cet exercice. Il s'agit de traverser le banc suédois en faisant rebondir les 2 balles. Commence à dribbler au piquet (en même temps ou en alternant), monte sur le banc suédois toujours en dribblant, traverse le banc et redescends, toujours en dribblant jusqu'à l'autre piquet avant de rattraper les balles.»								
<b>Mise en place</b>	Placer un piquet pour indiquer le point de départ, et le second piquet pour marquer l'arrivée à l'autre extrémité du banc suédois.								
<b>Matériel</b>	1 banc suédois, 2 piquets, 2 ballons de basket, handball et volley (à choix)								
<b>Source</b>	Commission fédérale de sport (éd.). (1999). <i>Education physique, Manuel 5, 6<sup>e</sup>-9<sup>e</sup> année scolaire</i> . Berne: OCFIM. Brochure 3, p. 5.								
<b>Aspects pratiques et indications pédagogiques</b>	<table><tr><td>Durée</td><td>env. 2 min. par élève</td></tr><tr><td>Organisation</td><td>Dans le cadre d'un travail par postes (ce test constitue un poste parmi d'autres). Les exercices doivent présenter des difficultés au niveau de la coordination, mais pas de la condition.</td></tr><tr><td>Personnes évaluées</td><td>1 élève</td></tr><tr><td>Problèmes</td><td>-</td></tr></table>	Durée	env. 2 min. par élève	Organisation	Dans le cadre d'un travail par postes (ce test constitue un poste parmi d'autres). Les exercices doivent présenter des difficultés au niveau de la coordination, mais pas de la condition.	Personnes évaluées	1 élève	Problèmes	-
Durée	env. 2 min. par élève								
Organisation	Dans le cadre d'un travail par postes (ce test constitue un poste parmi d'autres). Les exercices doivent présenter des difficultés au niveau de la coordination, mais pas de la condition.								
Personnes évaluées	1 élève								
Problèmes	-								