



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 B	J'effectue un exercice de coordination exigeant dans des conditions compliquées.



## Jonglage avec trois balles (B)

<b>Description de la tâche</b>	Debout sur un banc suédois retourné, l'élève jongle avec 3 balles. Les balles doivent être lancées et rattrapées au moins 20x. L'élève dispose de 3 essais.	
<b>Evaluation/Exigences</b>	Le test est réussi lorsqu'au cours d'un des trois essais, l'élève jongle 20x sans interruption sur le banc suédois et que les critères d'observation suivants sont remplis.	
<b>Critères d'observation</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Alternier en continu les balles de droite à gauche et inversement</li><li>• Il n'y a pas d'interruption</li><li>• L'élève ne quitte pas le banc suédois</li><li>• Les balles sont lancées et rattrapées 20x</li></ul>	
<b>Consignes aux élèves</b>	«Vous disposez de 3 essais pour faire une démonstration de jonglage avec 3 balles en vous tenant debout sur un banc suédois retourné. Le test est réussi si vous jonglez au moins 20x sans erreur, en vous maintenant en équilibre et sans quitter le banc suédois.»	
<b>Mise en place</b>	Choisir le lieu de démonstration en fonction des autres activités. Il est possible d'effectuer le test devant la salle de sport, mais aussi dans les vestiaires ou le local du matériel.	
<b>Matériel</b>	3 balles de jonglage, 1 banc suédois	
<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 5, p. 57. Reimann, E., Baumberger, J. & Müller, U. (2005). <i>Sportheft Sekundarstufe 1</i> . Horgen: bm-sportverlag.ch. p. 22.	
<b>Aspects pratiques et indications pédagogiques</b>	Durée	env. 2 min. par élève
	Organisation	Dans le cadre d'un circuit (une des stations est consacrée à ce test) ou p. ex. de phases d'exercices réalisées en partenariat. Toujours 2 élèves par station de test. Les tâches devraient avant tout mettre l'accent sur la coordination et non sur la condition physique.
	Personnes évaluées	1 élève
	Problèmes	-