



|                   |  |
|-------------------|--|
| Degré             | 10 <sup>e</sup> à 12 <sup>e</sup> année<br>(école professionnelle)               |
| Aspect            | Compétences disciplinaires   |
| Aspect spécifique | Sauter   |
| Compétence        | Adapter les techniques de saut<br>pour être efficace en attaque dans<br>les jeux |
| Niveau A          | J'effectue des sauts sur une ou<br>deux jambes.                                  |



## Tir en foulée (A)

|  |   |       |  |              |  |                    |                   |           |   |
|--|---|-------|--|--------------|--|--------------------|-------------------|-----------|---|
| <b>Description de la tâche</b>                       | L'élève effectue correctement la forme de base d'un tir en foulée.  |       |  |              |  |                    |                   |           |   |
| <b>Evaluation/Exigences</b>                          | La coordination du dribble, le rythme des deux pas et le saut doivent être corrects.  |       |  |              |  |                    |                   |           |   |
| <b>Critères d'observation</b>                        | <ul style="list-style-type: none"><li>• Dribble correct</li><li>• Elan correct</li><li>• Saut sur un pied</li></ul>   |       |  |              |  |                    |                   |           |   |
| <b>Consignes aux élèves</b>                          | «Effectuez un tir en foulée de la main gauche ou de la main droite. Concentrez vous surtout sur le dribble et l'élan, veillez à sauter avec la bonne jambe.»  |       |  |              |  |                    |                   |           |   |
| <b>Mise en place</b>                                 | A tour de rôle, les élèves s'avancent en dribblant et effectuent un tir en foulée vers le panier de basket. Le départ est marqué par un piquet.   |       |  |              |  |                    |                   |           |   |
| <b>Matériel</b>                                      | Panier de basket, piquet, plusieurs ballons de basket   |       |  |              |  |                    |                   |           |   |
| <b>Source</b>  | -   |       |  |              |  |                    |                   |           |   |
| <b>Aspects pratiques et indications pédagogiques</b> | <table><tr><td>Durée</td><td>15 min. pour les tirs au panier de toute la classe</td></tr><tr><td>Organisation</td><td>Les élèves se tiennent en colonne derrière le piquet qui marque le départ de l'élan.</td></tr><tr><td>Personnes évaluées</td><td>1 personne testée</td></tr><tr><td>Problèmes</td><td>Trouver la bonne distance par rapport au panier. Les élèves doivent pouvoir dribbler correctement pour que le tir en foulée soit correct.</td></tr></table> | Durée | 15 min. pour les tirs au panier de toute la classe | Organisation | Les élèves se tiennent en colonne derrière le piquet qui marque le départ de l'élan. | Personnes évaluées | 1 personne testée | Problèmes | Trouver la bonne distance par rapport au panier. Les élèves doivent pouvoir dribbler correctement pour que le tir en foulée soit correct. |
| Durée  | 15 min. pour les tirs au panier de toute la classe  |       |  |              |  |                    |                   |           |   |
| Organisation   | Les élèves se tiennent en colonne derrière le piquet qui marque le départ de l'élan.  |       |  |              |  |                    |                   |           |   |
| Personnes évaluées                                   | 1 personne testée   |       |  |              |  |                    |                   |           |   |
| Problèmes  | Trouver la bonne distance par rapport au panier. Les élèves doivent pouvoir dribbler correctement pour que le tir en foulée soit correct.   |       |  |              |  |                    |                   |           |   |