



Degré	10 ^e à 12 ^e année (lycée/gymnase)
Aspect	Compétences disciplinaires
Aspect spécifique	Sports aquatiques
Compétence	Exécuter les éléments de différents sports aquatiques (plongeon, water-polo, natation synchronisée et sauvetage) pour améliorer son répertoire cinétique
Niveau A	J'effectue les éléments de base de 3 sports aquatiques sur 4.



Conduire la balle, prendre la balle et tir au but

Description de la tâche

Les élèves nagent avec une balle de water-polo sur une distance de 10m, ils saisissent la balle d'une main et effectuent un tir au but à une distance de 4m. Lors de 3 essais, ils doivent réussir au moins 2 tirs au but.

Evaluation/Exigences

Les critères d'observation suivants doivent être remplis pour que le test soit réussi.

Critères d'observation

- Conduire la balle avec départ dans l'eau
- Saisir la balle à une main
- Tir au but à une distance de 4m
- Lors de 3 essais, réussir au moins 2 tirs au but

Consignes aux élèves

Démonstration de l'enseignant recommandée

«Avec la balle, conduisez là sur une distance de 20m. A la marque des 4m, saisissez la balle à une main et effectuez un tir au but. Répétez 3x l'exercice. Vous devez marquer au moins 2 buts.»

Mise en place

Marquer la ligne de départ et de tir au but, installer un but de water-polo

Matériel

Profondeur de l'eau: min. 1.20m, but de water-polo, matériel de marquage, balle de water-polo

Source

swimsports.ch (éd.). Test de water-polo 1-4.

Aspects pratiques et indications pédagogiques

Durée	env. 3 min. pour 2 élèves
Organisation	Les élèves effectuent l'exercice à tour de rôle, 2 élèves effectuent leurs 3 tentatives en alternance.
Personnes évaluées	2 personnes
Problèmes	-