



Degré	5 <sup>e</sup> à 6 <sup>e</sup> année
Aspect	Compétences disciplinaires
Aspect spécifique	Sports aquatiques
Compétence	Exécuter les éléments de base de différents sports aquatiques (plongeon, water-polo, natation synchronisée et sauvetage) pour améliorer son répertoire cinétique
Niveau A	J'effectue trois éléments de base sur quatre dans différents sports aquatiques.



## Prise de balle et tir à distance

### Description de la tâche

Les élèves sont dans l'eau (hauteur de poitrine), saisissent 3x une balle par-dessous. Ils effectuent ensuite un tir au but à une distance d'au moins 5m. Ils doivent marquer au moins 2 buts.

### Evaluation/Exigences

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

### Critères d'observation

- Appui au fond, eau à hauteur de poitrine
- Saisir 3x la balle par-dessous
- Tirer 3x au but avec appui au fond
- Marquer au moins 2 buts
- La balle est tirée à 5m au minimum

### Consignes aux élèves

*Démonstration de l'enseignant recommandée*

«Prenez appui au fond, puis saisissez la balle à une main par-dessous. A une distance d'au moins 5m du but, effectuez un tir. Avec 3 tentatives, vous devez marquer au moins 2 buts pour que le test soit réussi.»

### Mise en place

Installer un but de water-polo, marquer la ligne des 5m

### Matériel

Balles de water-polo, buts de water-polo, matériel de marquage

### Source

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

### Aspects pratiques et indications pédagogiques

Durée	env. 1 min. pour 1 élève
Organisation	Les élèves effectuent le tir au but à tour de rôle
Personnes évaluées	1 personne
Problèmes	-