



Degré	7 ^e à 9 ^e année
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 quelques éléments de base de 3 sports aquatiques sur 4.



Dribbling avec la balle

Description de la tâche

Les élèves dribblent avec une balle de water-polo sur une distance de 20m en eau profonde, sans limite de temps.

Evaluation/Exigences

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

Critères d'observation

- Crawl sur le ventre avec départ dans l'eau
- Mouvements réguliers vers l'avant
- Tête hors de l'eau
- La balle est poussée directement devant la tête entre les bras

Consignes aux élèves

Démonstration de l'enseignant recommandée

«Avec la balle, dribblez en eau profonde sur une distance de 20m. Nagez en crawl, maintenez la tête à la surface de l'eau afin de pousser régulièrement la balle devant la tête, entre les bras.»

Mise en place

Marquer la distance à parcourir

Matériel

Profondeur de l'eau: min. 1.80m, matériel de marquage, balle de water-polo

Source

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

Aspects pratiques et indications pédagogiques

Durée Env. 1 min. pour 1 élève

Organisation Les élèves effectuent l'exercice à tour de rôle

Personnes évaluées 1 personne

Problèmes -