

## HABILITÉ MOTRICE : LANCER - ATTRAPER

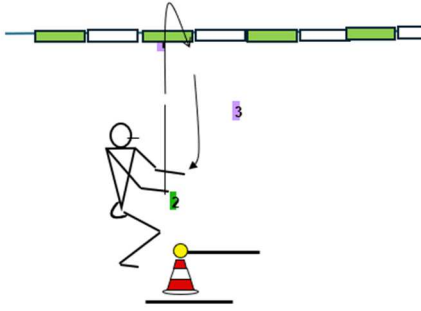
### Objectif :

Lancer et attraper une balle avec une main, au-dessus d'un filet placé à une hauteur prédéfinie, durant 30 secondes.

### Méthodologie :

Démonstration du test par un évaluateur et questionnement des élèves pour assurer la compréhension des tâches à réaliser.

Les élèves ont droit à un essai.

<i>Protocole</i>	<i>Evaluateur</i>		
	<i>Actions</i>	<i>Tâche spécifique à évaluer</i>	<i>Questions à poser à l'élève</i>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Un filet de badminton est tendu et enroulé à une hauteur de <b>3m05</b>.</li> <li>- Une balle de tennis est placée sur un cône sous le filet.</li> <li>- Les élèves essaient une fois de chaque côté (5 secondes).</li> </ul> <p>L'élève se positionne sous le filet, proche du cône. Il prend la balle dans sa main dominante, « <b>Prêt, top</b> », le chronomètre est lancé.</p> <p>Durant 30 secondes, il doit effectuer un maximum de lancer-attraper à une main. L'élève lance avec sa main droite la balle au-dessus du filet et la rattrape avec ses deux mains. Ensuite, l'élève enchaîne en lançant la balle avec sa main gauche et en la rattrapant avec ses deux mains (et ainsi de suite).</p> <p>Si l'élève fait tomber la balle, ne la lance pas au-dessus du filet ou ne la rattrape pas, le lancer-attraper n'est pas comptabilisé. Le nombre de lancer-attraper ne retombe pas à zéro si l'élève échoue. La balle peut toucher le filet.</p>	<p>L'évaluateur lance le chronomètre « <b>Prêt, top</b> ».</p> <p>Il compte le nombre de lancer-attraper réalisés par l'élève.</p> <div style="text-align: center;">  </div>	<p>La réussite correcte du « lancer-attraper » (nombre à transcrire sur la tablette)</p>	<p>Combien de mains dois-je utiliser pour lancer et attraper la balle ? <i>1 pour lancer et 2 pour attraper.</i></p> <p>Dois-je changer de main à chaque fois pour lancer ? <i>oui</i></p> <p>Que se passe-t-il si je ne rattrape pas la balle, si je ne la lance pas au-dessus du filet ? <i>on continue mais cela n'est pas comptabilisé.</i></p>