

Qualité physique évaluée : Vitesse - coordination

Je veux tester ma réactivité. Cela me permet de mesurer ma capacité à prendre vite des informations pour réagir vite . C'est une qualité très utile dans toutes les activités nécessitant de s'informer (sur les autres ou l'environnement)

Consignes générales de réalisation :

Pour l'élève testé :

4 élèves + l'élève testé par dispositif

Ce test mesure un sprint court dans une direction inconnue au départ (droite ou gauche). Il faut 4 opérateurs : 2 chronométreurs, 1 starter et 1 élève « indicateur ». L'élève testé est derrière la ligne de départ, le « testeur indicateur » en face de lui les 2 pieds joints. Lorsque le starter siffle le départ, les 2 chronométreurs déclenchent leurs chronos, l'élève testé commence sa course vers l'avant et le « testeur indicateur » fait un pas vers sa droite ou un pas vers sa gauche. Cela donne la direction à suivre à l'élève testé, qui finira sa course en passant l'une des 2 lignes d'arrivées (A ou B). Par exemple, si le testeur indicateur avance son pied droit sur sa droite, le sujet testé finira sa course par la ligne d'arrivée A (à gauche pour le testé).

Pour les autres acteurs :

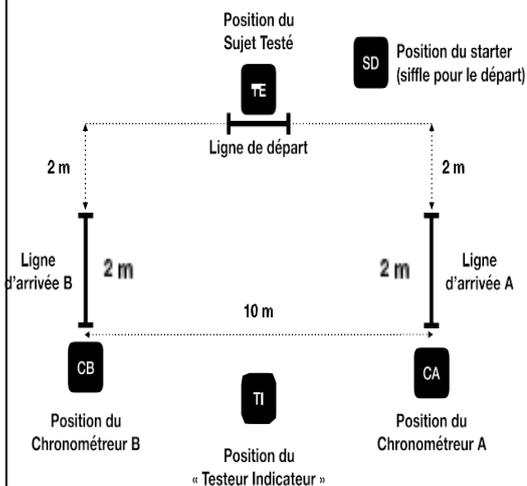
- 2 chronométreurs pour relever et noter le temps mis par l'élève testé pour parcourir la distance et passer la ligne A ou B
- un starter attentif aux consignes de départ

Indicateurs possibles pour valider la réalisation

- l'élève passe la ligne indiquée par le « testeur indicateur » sinon, test non répertorié
- il part au coup de sifflet du starter
- signal clair donné par le « testeur indicateur » sinon, test non répertorié

Consignes spécifiques à l'épidémie de Covid-19 :

- Test déconseillé pour les élèves qui n'ont pas été actifs pendant le confinement
- Distance de 10 m entre chaque espace de travail
- L'enseignant s'il porte un masque peut être plus proche de l'élève testé sans être en face de lui
- Distance de 10 m entre l'élève testé, le testeur indicateur et les chronométreurs (attention, différent du schéma)
- le sifflet et les chronomètres sont manipulés par le même élève puis désinfectés selon la procédure recommandée.



Matériel nécessaire :

- Plots
- 2 chronomètres
- 1 sifflet pour le starter

Grille de lecture des résultats :

Filles (âge)	Niveau 1	Niveau 2	Niveau 3	Niveau 4	Niveau 5
Garçons (âge)	Niveau 1	Niveau 2	Niveau 3	Niveau 4	Niveau 5