

Athlète : \_\_\_\_\_

Date : \_\_\_\_\_

# Test bleu

(année des 8 ans)

		0 pt	½ pt	1 pt
SPRINT	L'athlète peut se déplacer rapidement.	✗	±	✓
RELAIS	L'athlète peut courir sans perdre le témoin.	✗	±	✓
HAIES	L'athlète peut franchir des obstacles rapidement.	✗	±	✓
LONGUEUR	L'athlète peut sauter en extension complète.	✗	±	✓
HAUTEUR	L'athlète peut sauter vers le haut.	✗	±	✓
TRIPLE	L'athlète peut enchaîner quelques bonds sur un parcours.	✗	±	✓
PERCHE	L'athlète peut s'accrocher à une perche en mouvement oscillatoire léger.	✗	±	✓
BALLE/JAVELOT	L'athlète peut lancer un objet en direction d'une cible.	✗	±	✓
POIDS	L'athlète peut jeter un ballon de foot en effectuant une poussée à deux mains.	✗	±	✓
DISQUE	L'athlète peut effectuer une rotation sur lui-même sans perdre l'équilibre.	✗	±	✓
MARTEAU	L'athlète peut lancer un objet en arrière, par-dessus sa tête, sans perdre l'équilibre.	✗	±	✓
DEMI-FOND	L'athlète peut estimer une distance donnée et la parcourir à une vitesse régulière.	✗	±	✓
FOND/CROSS	L'athlète peut courir 8 minutes sans s'arrêter.	✗	±	✓
ENGAGEMENT	L'athlète donne son maximum à l'entraînement et montre une volonté de progresser.	✗	±	✓
DISCIPLINE	L'athlète écoute les instructions et obéit aux consignes.	✗	±	✓
-RESULTAT FINAL-				
<input type="radio"/> L'athlète a obtenu 13 points ou plus et n'a obtenu aucune ✗. → VALIDÉ <input type="radio"/> L'athlète a obtenu moins de 13 points ou une ou plusieurs ✗. → NON-VALIDÉ				