

**PASS'SPORTS DE L'EAU - TEST DE WATER-POLO**

**Parcours avec 3 partenaires et 1 gardien**

**Validation du test :**

L'ensemble des tâches doit être réussi et réalisé dans l'ordre et dans la continuité.

**Taille du but :**

2m de large et 70 cm de haut.

**Types de ballons :**

Pour les enfants de 12 ans et moins : MIKASA 6008 (norme FINA), EPSAN 3 (norme LEN) ou équivalent (TURBO...)

Pour mes enfants de plus de 12 ans : MIKASA 6009 (norme FINA), EPSAN 4 (norme LEN) ou équivalent (TURBO...)

# Règlement École de Natation Française 2021

Tâches	Objectifs visés	Compétences « Être capable de... »	Critères observables	Critères de réussite
1	<p>■ <b>Lancer un ballon</b> Envoyer le ballon à une main à un camarade immobile situé à 5 m.</p>	Utiliser ses appuis pour lancer un ballon.	Le ballon est lancé à une main.	Le ballon arrive à portée de bras du partenaire.
2	<p>■ <b>Nager en crawl tête hors de l'eau</b> Nager en crawl tête hors de l'eau sur 5 m vers le premier partenaire.</p>	Se déplacer en maintenant une prise d'information visuelle aérienne.	Maintien de la tête hors de l'eau.	Le déplacement s'effectue en crawl. Le regard est maintenu hors de l'eau en direction du partenaire.
3	<p>■ <b>Changer de direction</b> Faire le tour d'un partenaire.</p>	Utiliser ses appuis pour contourner un obstacle.		Contourner l'obstacle en gardant la tête hors de l'eau. Le passage sur le dos est autorisé.
4	<p>■ <b>Nager avec un ballon entre les bras</b> Récupérer le ballon et nager en crawl jusqu'au deuxième partenaire.</p>	Organiser son déplacement en gardant le contrôle du ballon.	Maintien de la direction, ballon contrôlé (crawl). Si le contrôle du ballon est perdu, il est possible de le récupérer pour reprendre le déplacement.	Le déplacement s'effectue en crawl avec le ballon en direction du deuxième partenaire.
5	<p>■ <b>Changer de direction et tirer vite au but</b> Contourner le deuxième partenaire et marquer un but.</p>	Utiliser ses appuis pour lancer le ballon sans temps d'arrêt.	Changer de direction sans perdre le contrôle du ballon. Tir cadré.	Le ballon entre dans le but (a) ou est arrêté par le gardien. Il n'y a ni feinte ni temps d'arrêt avant le tir.
6	<p>■ <b>Reprendre un déplacement en crawl tête hors de l'eau après un tir</b> Juste après le tir, nager vers le troisième partenaire et le contourner.</p>	Enchaîner deux actions de jeu. Se déplacer en maintenant une prise d'information visuelle aérienne.	Vitesse de reprise du déplacement après le tir. Déplacement en crawl avec maintien de la tête hors de l'eau.	La reprise du déplacement est quasi immédiate. Le déplacement s'effectue en crawl. Le regard est maintenu hors de l'eau en direction du partenaire.
7	<p>■ <b>Appeler et recevoir un ballon</b> Faire un appel de balle et recevoir le ballon sur la main.</p>	Manifester son intention de recevoir le ballon en se rendant disponible.	Le joueur appelle la balle en levant le bras. Il est actif pour tenter de réceptionner le ballon sur la main.	L'appel de balle est visible Le ballon (b) est réceptionné en l'air ou rapidement récupéré s'il tombe dans l'eau.
8	<p>■ <b>Avancer en position offensive et tirer au but à une distance de 3 m</b> Se déplacer avec le ballon hors de l'eau et marquer un but.</p>	Utiliser ses appuis pour transporter le ballon en position offensive et marquer un but.	Le ballon est au-dessus du niveau de la tête. Déplacement vers l'avant avec un équilibre proche de la verticale. Le joueur manifeste une intention affirmée de marquer un but et effectue un tir cadré.	Le coude du bras porteur reste hors de l'eau Le ballon entre dans le but (a) ou est arrêté par le gardien.

(a) Le fait de marquer au moins un but donne un joker au joueur. Un joker pourra permettre de tolérer la mauvaise réalisation d'une tâche.

(b) Un ballon est fourni au troisième partenaire qui le lance au joueur. La distance qui les sépare est d'environ 2 m.