Lancer de disque – 6e-5e

Lancer de disque • 6e-5e

Grille AIA – 4 degrés de maîtrise. Total /20.

Critères	D1 – Réalise	D2 – Comprend	D3 – Régule	D4 – Fait progresser
Rotation et lâcher du disque	Effectue la rotation quand l'enseignant guide le placement du corps 1 point	Explique le sens de la rotation et réalise le lâcher avec l'aide d'un pair 2 points	Enchaîne seul la rotation et le lâcher avec une dissociation hanches-épaules visible 3 points	Anticipe le point de lâcher optimal et transmet ses repères aux autres lanceurs 5 points
Analyse de la trajectoire	Observe la trajectoire et répond aux questions de l'enseignant 1 point	Compare les trajectoires, explique les causes avec un pair et propose un ajustement 2 points	Identifie seul les défauts de trajectoire et modifie son geste en conséquence 3 points	Anticipe l'incidence du vent et de l'angle de lâcher, devient référence pour le groupe 5 points
Ajustement de la rotation et de l'équilibre	Rééquilibre sa posture sur indication de l'enseignant après le lancer 1 point	Explique l'importance de l'équilibre et l'ajuste avec l'aide d'un observateur 2 points	Corrige seul son équilibre et sa rotation d'essai en essai de façon autonome 3 points	Anticipe les pertes d'équilibre liées à la vitesse et optimise le placement pour le groupe 5 points
Rôle d'observateur mesure et sécurité	Mesure les lancers et respecte les consignes de sécurité si l'enseignant les rappelle 1 point	Relève et compare les mesures avec un pair en expliquant les protocoles 2 points	Organise seul la zone de sécurité et produit un relevé fiable des performances 3 points	Pilote la sécurité et l'observation du groupe, propose des améliorations de protocole 5 points