Relais angle correct

Lancer de javelot • Collège 4e/3e • CA1

Objectif

Valider l'angle de sortie en équipe

But

Cumuler un maximum de points en 4 minutes

Thème

Améliorer la trajectoire du javelot en travaillant l'angle de sortie

Organisation et rôles

1 lanceur, 1 juge angle, 1 ramasseur, 1 comptable; rotation toutes les 60 s — 4 élèves, dont 1 en action et 3 observateurs.

Sécurité

Couloirs 2,5 m, un seul javelot en vol, stop ramassage

Consigne

Équipe de 4. Relais 4 min. +1 pt si angle correct (25–35°) +1 pt si distance ≥ 12 m.

Critères de réalisation

- Bras sort avant-haut
- Blocage stable
- Pointe vers l'avant

Critère de réussite

≥ 22 points d'équipe

Matériel

8 javelots mousse, 16 plots, 2 chronomètres

Variables de différenciation

- Durée 3 à 6 min
- Angles 25–35°
- Seuils 12 à 14 m