Transmission en mouvement

Relais • Collège 4e/3e • CA1

Objectif

Réaliser une transmission en course dans la zone réglementaire

But

5 transmissions valides

Thème

Transmettre en mouvement dans une zone imposée

Organisation et rôles

Trios: passeur, receveur, juge; rotation toutes les 2 min — 3 élèves, dont 2 en action et 1 observateurs.

Sécurité

Couloirs parallèles, départs espacés, freinage au-delà de 35 m

Consigne

Couloir 30×2 m avec zone 10 m. Le receveur démarre 3 m avant la zone, accélère et reçoit en course. Passage interdit si l'un s'arrête.

Critères de réalisation

- Receveur en mouvement avant la zone
- Bras passeur tendu
- Main receveur stable

Critère de réussite

5 transmissions validées consécutives

Matériel

1 témoin, 10 plots

Variables de différenciation

- Zone 8–10 m
- Distance 24–32 m
- Repère départ receveur 2–4 m