



Observation et Analyse des comportements

Programme du jour



Cadre d'observation

Analyse d'une vidéo en relais-vitesse

Correction collective

Cadre d'observation

ETAPE 1 : regarder l'efficacité individuelle (réaction, mise en action)

ETAPE 2 : regarder l'efficacité collective (rencontre en D et R)

ETAPE 3 : regarder la transmission (passage du témoin)

Cadre d'observation

**ETAPE 1 : regarder l'efficacité individuelle (réaction, mise en action).
Observer le donneur et le receveur**

Les appuis

L'alignement

Coordination /
Equilibre

Rythme

Cadre d'observation

ETAPE 1 : regarder l'efficacité individuelle (réaction, mise en action)

Les appuis

- Orientation des appuis : axe / ouvert sur le côté
- Pose du pied : talon / plante ?

Cadre d'observation

ETAPE 1 : regarder l'efficacité individuelle (réaction, mise en action)

- Départ : position pré-active (flexion des jambes)
- Course : Alignement cheville / genou / bassin /
épaule / tête ?
- Placement de la tête

L'alignement

Cadre d'observation

ETAPE 1 : regarder l'efficacité individuelle (réaction, mise en action)

Coordination /
Equilibre

- Entre bras et jambe :
- Equilibre de course : placement des appuis par rapport au CDG ? / déplacement dans le couloir ?)
- Coordination entre les élèves :

Cadre d'observation

ETAPE 1 : regarder l'efficacité individuelle (réaction, mise en action)

- Changement de rythme dans la course

Rythme

Cadre d'observation

ETAPE 2 : regarder l'efficacité collective (rencontre en D et R)

➤ Vitesse du témoin : est-ce qu'il ralentit ?

Cadre d'observation

ETAPE 3 : regarder la transmission (passage du témoin)

- La transmission se fait-elle sur un cycle de jambe (dans la course) ou nécessite-t-elle plus de 2 foulées ?
- Les bras sont-ils tendus (en arrière pour le receveur/ en avant pour le donneur) ?
- La main est-elle ouverte pour le receveur ?
- Le témoin est-il tenu dans sa partie basse par le donneur ?