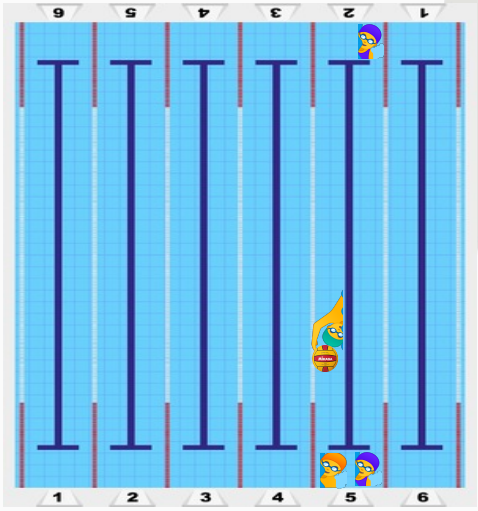
# II.43. Water-polo

| | |
|---|---|
| **Water-polo**<br>**Défiche 1** | |
| **Top AS N° 150** | |
| **Composition d'équipe** | Collèges, Lycées & LP : Équipe de 4.<br>Mixité obligatoire, au moins une fille ou un garçon.<br>LP : Open.<br>1 classement Établissement.<br>1 classement Excellence.<br><br>Nombre d'équipes illimité, mais une seule comptera pour le classement général. |
| **Jeune Organisateur** | Mise en place des ateliers, gestion du matériel, et des rotations. |
| **Jeune Arbitre** | Veille au bon déroulement de l'épreuve.<br>Chronomètre, annonce du temps restant et compte les points. |
| **Jeune Coach - Jeune Capitaine** | Conseille l'équipe et chaque concurrent, les motive. |
| **Jeune Reporter** | Pour restituer les résultats, une photo<br>(groupe / action) + 3 lignes de commentaires |
| **Chiffres « clés » du Top AS UNSS N° 148** | Nombre d'élèves participant au challenge % / nombre scolarisés et performances réalisées.<br><br>**La performance est un temps.**<br>Il faut additionner l'ensemble des épreuves de l'équipe pour avoir la performance finale.<br><br>L'équipe ayant fait les 3 épreuves le plus vite obtient le meilleur classement.<br><br>Saisie sur OPUSS : Cf. « Trophée des AS UNSS, Introduction et Règlements ». |

**Dispositif :**

- Un bassin de 25 m.
- Un but de water-polo.
- Un ballon.

**Illustration**




**Déroulement**

**1ère épreuve**

200 m de Relais à 4.

2 nageurs dans l'eau à chaque mur.

Crawl polo avec ballon sous forme de Relais :

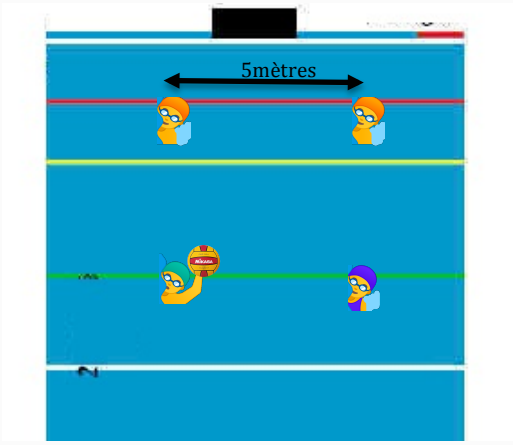
2 passages de 25 m par nageur dans l'ordre établi au départ.

Départ dans l'eau du mur, balle en main.

Ballon dans la main du nageur touche le mur pour passer le relais.

Distance totale 4 nageurs x 2 passages x 25 m = 200 m.

**La performance est le temps pour faire les 200m**




**2ème épreuve**

Circuit de passes.

1 carré de 5 m de côté, 1 joueur à chaque coin.

Il faut faire 40 passes le plus vite possible.

Le ballon ne touche pas l'eau pour que la passe soit validée.

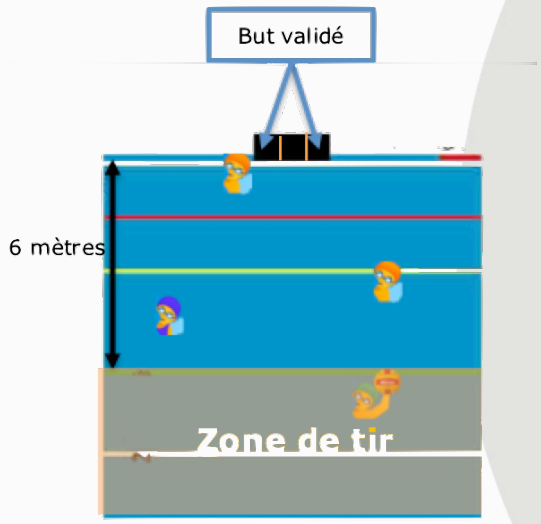
Le ballon fait obligatoirement le tour du carré. Le ballon peut tourner dans un sens comme dans l'autre.

Les élèves peuvent changer de sens 3 fois durant l'épreuve.

Si la passe est ratée ou que le joueur ne réceptionne pas le ballon, il le récupère, retourne à l'endroit qu'il occupe et enchaine.

Le nombre de passe reste le même et reprend d'où il en est.

La performance est le temps pour faire les 40 passes.




**3ème épreuve :**

Tir au but

Matérialiser les deux côtés du but à l'aide d'un ruban accroché à la barre à 1 m de chaque côté des poteaux.

L'équipe doit marquer 10 buts le plus vite possible dans un des coins du but.

Ils ne disposent que d'un seul ballon.

La seule contrainte est que le tir doit être effectué derrière une ligne matérialisée à 6 m du but.

Chaque élève de l'équipe doit avoir marqué au moins une fois.

La performance est le temps pour marquer 10 buts.