

ACADEMIE DE TOULOUSE

Option facultative en contrôle ponctuel : LANCER DE JAVELOT

COMPÉTENCES ATTENDUES		PRINCIPES D'ÉLABORATION DE L'ÉPREUVE											
<p>NIVEAU 2</p> <p>Conduire un projet d'amélioration technique afin de réaliser, en un nombre limité de tentatives, la meilleure performance, en utilisant un élan complet pour communiquer à l'engin la plus grande vitesse d'envol, sous un angle d'envol optimal et avec un placement optimal du javelot sur la trajectoire.</p> <p>NIVEAU 3</p> <p>Conduire un projet d'amélioration technique afin de réaliser, en un nombre limité de tentatives, la meilleure performance, en utilisant un élan complet pour communiquer à l'engin la plus grande vitesse d'envol, sous un angle d'envol optimal et avec un placement optimal du javelot sur la trajectoire, et en réalisant à chaque lancer une performance la plus proche possible de celle du meilleur jet.</p>		<p>Chaque élève réalise 4 essais avec élan obligatoire d'au moins 8 mètres. Un essai supplémentaire et un seul est accordé si l'une des tentatives est nulle (un seul essai supplémentaire).</p> <p>Si la performance est comprise entre 2 cotes, la note retenue sera celle de la cote inférieure.</p> <p>Avant ses essais le candidat donne un pronostic P de performance visée</p> <p><u>Poids des engins</u> : 600 g pour les filles, 700 g pour les garçons.</p> <p>La mesure et la validation des jets s'effectue selon le règlement officiel. FFA.</p> <p>Chaque élève est noté sur</p> <ul style="list-style-type: none"> - 11 points pour la performance, - 4 points sur l'écart entre le projet de performance et le meilleur essai réalisé - 5 points sur un entretien portant sur la connaissance des 3 épreuves du triathlon. 											
POINTS À AFFECTER		NIVEAU 2 NON ATTEINT				NIVEAU 2 EXIGIBLE				NIVEAU 3			
ÉLÉMENTS À ÉVALUER		Note /20	Note /11	Distance (m) Filles	Distance (m) Garçons.	Note /20	Note /11	Distance (m) Filles	Distance (m) Garçons.	Note /20	Note /11	Distance (m) Filles	Distance (m) Garçons.
PRETATION 75%	<p>Meilleure performance sur les 4 lancers : L1</p> <p><u>Exemple</u></p> <p>Pour un garçon : L1= 32.60 m 6.0 / 11</p> <p>Pour une fille : L1 = 24.20 m 8.8 / 11</p>	02	1.1	15.00	19.00	10	5.5	19.00	30.70	16	8.8	24.00	38.40
		03	1.7	15.50	20.50	11	6.0	19.50	32.30	17	9.3	25.00	39.00
		04	2.2	16.00	22.10	12	6.6	20.00	33.90	18	9.9	26.00	39.60
		05	2.7	16.50	23.40	13	7.1	21.00	35.60	19	10.4	27.00	40.20
		06	3.3	17.00	24.70	14	7.7	22.00	37.20	20	11	28.00	40.80
		07	3.9	17.50	26.10	15	8.2	23.00	37.80				
		08	4.4	18.00	27.60								
		09	4.9	18.50	29.10								
				1 point si écart supérieur à 15 %				3 points si écart compris entre 6 et 9 %				4 points si écart inférieur à 5%	
		2 points si écart entre 10 et 15 %											
ENTRETIEN 25%	<p>Entretien sur * connaissances techniques</p> <p>* connaissances réglementaires</p> <p>* connaissances sur l'entraînement.</p>	Connaissances très superficielles sur les trois champs de l'interrogation. (notation de 0 à 1,9 pt notation sur 5, notation de 0 à 8 pts si notation sur 20)				Connaissance moyenne sur au moins deux des trois champs de l'interrogation. (notation de 2 à 3,5 pts notation sur 5, notation de 8,5 à 14 pts si notation sur 20)				Connaissances satisfaisantes sur les trois champs de l'interrogation. (notation de 3,6 à 5 pts notation sur 5, notation de 14,5 à 20 si notation sur 20)			

COMMENTAIRES :

- L'enseignant a le choix entre deux modalités de notation (ce qui explique les deux références de notes pour les barèmes). Il peut noter chaque élément sur 20 puis affecter les coefficients (ce qui permet de comparer les notations des divers éléments). Ou bien il peut noter en référence au nombre de points attribués à chaque élément. Le résultat final est le même aux erreurs d'arrondis près.
- **Le refus entraîne la note 0 (zéro), la participation qui ne permet pas à la performance de rentrer dans la cotation, la note 1.**

COMPETENCES ATTENDUES		PRINCIPES D'ELABORATION DE L'EPREUVE											
<p>NIVEAU 2 Se préparer et réaliser, avec un nombre limité de tentatives et en exploitant l'augmentation de l'élan, la meilleure performance, en communiquant au corps la plus grande vitesse horizontale, et en conservant lors de la réalisation du saut la plus grande part de celle-ci, tout en produisant des composantes de vitesse verticale optimales au regard de l'épreuve.</p> <p>NIVEAU 3 Conduire un projet d'amélioration technique afin de réaliser, en un nombre limité de tentatives, la meilleure performance, en utilisant un élan complet pour communiquer au corps la plus grande vitesse horizontale, et conserver lors de la réalisation du saut la plus grande part de celle-ci, tout en produisant des composantes de vitesse verticale optimales au regard de l'épreuve.</p>		<p>Chaque élève réalise 4 essais avec élan à sa convenance (la longueur de l'élan étant personnelle) Un essai supplémentaire et un seul est accordé en cas d'essai nul Avant son épreuve le candidat donne un pronostic de performance visée</p> <p>Chaque élève est noté :</p> <ul style="list-style-type: none"> - 11 points sur la meilleure performance - 04 points sur l'écart entre le projet de performance et le meilleur essai réalisé. - 5 points sur un entretien portant sur les 3 épreuves du triathlon <p>Cas d'essais nul → quand l'essai est mordu (appel au-delà de la limite d'appel) Mesure des sauts → l'essai est mesuré à partir de la planche à ne pas dépasser (règlement officiel FFA) à la première marque d'entrée dans le sable vers la planche.</p>											
POINTS A AFFECTER	ELEMENTS A EVALUER	NIVEAU 2 NON ATTEINT				NIVEAU 2 EXIGIBLE				NIVEAU 3			
PRESTATION 75%	<p>11/20</p> <p>Meilleure performance réalisée = S1</p> <p>Exemples :</p> <p>Pour une fille L1 = 3.35m → 6 / 11 Pour un garçon L1 = 4.62m → 10.4 / 11</p>	Note /20	Note /11	Filles	Garçons	Note /20	Note /11	Filles	Garçons	Note /20	Note /11	Filles	Garçons
		01	0.6	2.30	2.80	10	5.5	3.20	4.10	16	8.8	3.90	4.80
		02	1.1	2.40	2.90	11	6.0	3.30	4.20	17	9.3	4.10	5.00
		03	1.7	2.50	3.00	12	6.6	3.40	4.30	18	9.9	4.30	5.20
		04	2.2	2.60	3.20	13	7.1	3.50	4.40	19	10.4	4.50	5.40
		05	2.7	2.70	3.40	14	7.7	3.60	4.50	20	11	4.70	5.60
		06	3.3	2.80	3.60	15	8.2	3.70	4.60				
		07	3.9	2.90	3.80								
		08	4.4	3.00	3.90								
		09	4.9	3.10	4.00								
04/11	<p>Ecart au projet (barème mixte)</p>	1 point si écart supérieur à 10%				3 points si écart compris entre 4 et 6%				4 points si écart inférieur à 3%			
		2 points si écart compris entre 10 et 7%											
ENTRTIEN 25%	05/20	<p>Entretien sur * connaissances techniques * connaissances réglementaires * connaissances sur l'entraînement.</p>				<p>Connaissances très superficielles sur les trois champs de l'interrogation. (notation de 0 à 1,9 pt notation sur 5, notation de 0 à 8 pts si notation sur 20)</p>				<p>Connaissance moyenne sur au moins deux des trois champs de l'interrogation. (notation de 2 à 3,5 pts notation sur 5, notation de 8,5 à 14 pts si notation sur 20)</p>			
		<p>Connaissances satisfaisantes sur les trois champs de l'interrogation. (notation de 3,6 à 5 pts notation sur 5, notation de 14,5 à 20 si notation sur 20)</p>											

COMMENTAIRES :

- L'enseignant a le choix entre deux modalités de notation (ce qui explique les deux références de notes pour les barèmes). Il peut noter chaque élément sur 20 puis affecter les coefficients (ce qui permet de comparer les notations des divers éléments). Ou bien il peut noter en référence au nombre de points attribués à chaque élément. Le résultat final est le même aux erreurs d'arrondis près.
- **Le refus entraîne la note 0 (zéro), la participation qui ne permet pas à la performance de rentrer dans la cotation, la note 1.**

COMPETENCES ATTENDUES		PRINCIPES D'ELABORATION DE L'EPREUVE															
<p>NIVEAU 2 Se préparer pour effectuer une course chronométrée afin de réaliser le meilleur temps sur la distance, en essayant parallèlement de respecter un projet conçu et expérimenté lors des séances d'entraînement.</p> <p>NIVEAU OPTION Ce niveau atteste d'un très bon développement des ressources énergétiques, de la capacité à gérer correctement ses efforts afin de se rapprocher au plus près de son projet de course.</p>		<p>Chaque élève réalise une course de 1000 mètres qu'il effectue après un échauffement. La course se déroule sans montre, sans chronomètre personnel ou sans cadencier. Un temps est donné par le jury au passage du 400 mètres et du 800 mètres. Avant la course et après son échauffement, le candidat annonce le temps qu'il va tenter de réaliser (projet : P)</p> <p>Chaque élève est noté :</p> <ul style="list-style-type: none"> - pour 11 points sur sa performance - pour 4 points sur l'écart réalisé par rapport à son projet annoncé avant la course - pour 5 points sur la connaissance des 3 activités du triathlon 															
POINTS A AFFECTER	ELEMENTS A EVALUER	NIVEAU 2 NON ATTEINT				NIVEAU 2 EXIGIBLE				NIVEAU 3							
PRESTATION 75%	<p>11/20</p> <p>Meilleure performance réalisée = S1</p> <p>Exemples :</p> <p>Pour une fille 3.58.2 → 7.1/ 11 Pour un garçon 3.02.6 → 9.9/ 11</p>	Note /20	Note /11	Filles	Garçons	Note /20	Note /11	Filles	Garçons	Note /20	Note /11	Filles	Garçons				
		01	0.6	5.20	4.42	10	5.5	4.18	3.38	16	8.8	3.45	3.15				
		02	1.1	5.13	4.34	11	6.0	4.13	3.34	17	9.3	3.36	3.10				
		03	1.7	5.06	4.25	12	6.6	4.07	3.30	18	9.9	3.30	3.05				
		04	2.2	4.59	4.17	13	7.1	4.02	3.26	19	10.4	3.24	3.00				
		05	2.7	4.52	4.10	14	7.7	3.57	3.23	20	11	3.18	2.56				
		06	3.3	4.45	4.02	15	8.2	3.52	3.21								
		07	3.9	4.38	3.55												
		08	4.4	4.31	3.47												
		09	4.9	4.24	3.40												
04/20	<p>Ecart au projet (barème mixte)</p>	1 point si écart supérieur à 9''				3 points si écart compris entre 3 et 6''				4 points si écart inférieur à 3''							
		2 points si écart compris entre 6''1 et 9''															
ENTRIEN 25%	05/20	<p>Entretien sur * connaissances techniques * connaissances réglementaires * connaissances sur l'entraînement.</p>				<p>Connaissances très superficielles sur les trois champs de l'interrogation. (notation de 0 à 1,9 pt notation sur 5, notation de 0 à 8 pts si notation sur 20)</p>				<p>Connaissance moyenne sur au moins deux des trois champs de l'interrogation. (notation de 2 à 3,5 pts notation sur 5, notation de 8,5 à 14 pts si notation sur 20)</p>				<p>Connaissances satisfaisantes sur les trois champs de l'interrogation. (notation de 3,6 à 5 pts notation sur 5, notation de 14,5 à 20 si notation sur 20)</p>			

COMMENTAIRES :

- L'enseignant a le choix entre deux modalités de notation (ce qui explique les deux références de notes pour les barèmes). Il peut noter chaque élément sur 20 puis affecter les coefficients (ce qui permet de comparer les notations des divers éléments). Ou bien il peut noter en référence au nombre de points attribués à chaque élément. Le résultat final est le même aux erreurs d'arrondis près.
- **Le refus entraîne la note 0 (zéro), la participation qui ne permet pas à la performance de rentrer dans la cotation, la note 1.**