

Lancer du javelot Bac pro

Compétence attendue		Principes d'élaboration de l'épreuve								
Niveau 4 : Pour produire la meilleure performance en un nombre limité de tentatives, accroître la vitesse d'envol de l'engin en recherchant lors de la phase de double appui l'efficacité de la chaîne d'impulsion au moyen des prises d'avance et de la coordination des actions propulsives.		Chaque candidat dispose de 6 essais au maximum avec élan (5 appuis minimum). Après son échauffement et avant le début du concours le candidat indique aux évaluateurs sa prévision concernant la moyenne de ses 3 meilleurs essais. Il est noté pour 40% la performance réalisée par son meilleur lancer. Pour 40% sur la performance moyenne des 3 meilleurs lancers. Pour 20% sur la justesse de sa prévision. Poids des engins : 600 g pour les filles, 700 g pour les garçons. Cas d'essai nul : règlement officiel.								
Points à affecter	Éléments à évaluer	Compétence de niveau 4 en cours d'acquisition (de 0 à 9 pts)			Compétence de niveau 4 acquise (de 10 à 20 pts)					
8 points	La meilleure performance réalisée	Note /8	Distances filles	Distances garçons	Note /8	Distances filles	Distances garçons	Note /8	Distances filles	Distances garçons
		0.4	7.00	11.00	4.0	13.89	20.46	6.4	20.22	29.76
		0.8	7.50	11.50	4.4	14.90	21.95	6.8	21.32	31.36
		1.2	7.75	11.75	4.8	15.95	23.46	7.2	22.43	33.07
		1.6	8.00	12.00	5.2	17.00	24.95	7.6	23.55	34.77
		2.0	8.85	13.35	5.6	18.06	26.56	8.0	24.69	36.48
		2.4	9.92	14.73	6.0	19.15	28.55			
		2.8	10.90	16.15						
		3.2	11.88	17.55						
3.6	12.85	19.00								
08 points	Moyenne des 3 meilleures performances	Note /8	Distances filles	Distances garçons	Note /8	Distances filles	Distances garçons	Note /8	Distances filles	Distances garçons
		0.4	6.00	10.00	4.0	11.88	17.55	6.4	18.06	26.56
		0.8	6.50	10.50	4.4	12.85	19.00	6.8	19.15	28.55
		1.2	7.00	11.00	4.8	13.89	20.46	7.2	20.22	29.76
		1.6	7.50	11.50	5.2	14.90	21.95	7.6	21.32	31.36
		2.0	7.75	11.75	5.6	15.95	23.46	8.0	22.43	33.07
		2.4	8.00	12.00	6.0	17.00	24.95			
		2.8	8.85	13.35						
		3.2	9.92	14.73						
3.6	10.90	16.15								
04 points	L'écart entre la prévision de la moyenne des 3 meilleurs lancers et la moyenne réalisée dans les 3 meilleurs lancers	Sup. à 5 m = 0 pt Inf. à 5 m et sup. ou égal à 4.5 m = 0.5 pt Inf. à 4.5 m et sup. ou égal à 4 m = 1 pt			Inf. à 4 m et sup. ou égal à 3.5m = 1.5 pts Inf. à 3.5 m et sup. ou égal à 3m = 2 pts Inf. à 3 m et sup. ou égal 2.5 m = 2.5 pts			Inf. à 2.5 m et Sup. ou égal à 2 m = 3 pts Inf. à 2 m et sup. ou égal à 1.50m = 3.5 pts Inf. à 1.50 m = 4 pts		

Exemples :

Candidat garçon : Prédiction (après échauffement) indiquée à l'enseignant avant le concours (23.00 m) Tentatives : 24.50 m, essai, 23.50 m, 24.90 m, 26.65 m et essai En performance il obtient avec les 26.65 m En performance moyenne il obtient 26.65 + 24.90 + 24.50 = 25.35 En prédiction il avait annoncé 23.00 et il réalise 25.35, écart 2.35 m <div> 5.6 /8 6.0 /8 3.0 /4 Note 14.60 /20 </div>	Candidat fille : Prédiction (après échauffement) indiquée à l'enseignant avant le concours (14.30m) Tentatives : Essai, 14.80 m, 20.95 m, 12.50 m, 13.25 m et 13.05 m En performance elle obtient avec les 20.95 m En performance moyenne elle obtient 20.95 m + 14.80 m + 13.25 = 16.33 m En prédiction elle avait annoncé 14.30 et elle réalise 16.33, écart 2.03 m <div> 6.4 /8 5.6 /8 3.0 /4 Note 15.00 /20 </div>
--	--