Académie de Rouen

Bac général et technologique

Epreuve pour HANDICAPES : étape 8

Bac général et technologique
MARCHE

COMPÉTENCE ATTENDUE	PRINCIPES D'ÉLABORATION DE L'ÉPREUVE
Se préparer pour effectuer une marche, afin de réaliser la meilleure distance sur un temps de marche, en recherchant parallèlement à respecter un projet	**Chaque élève réalise 1 marche de 30 minutes,** sans montre ni chronomètre, se déroulant sur un stade de 400m, avec un projet de distance franchie toutes les 10 minutes. Pas de temps de suspension. Avant l'épreuve le candidat communique son projet et la distance totale
	Il est noté Pour 30% sur la performance Sur la distance réalisée (Cf. Barème ci-joint en annexe) Pour 50% sur la gestion et l'adéquation à un projet Pour 20% sur la préparation à l'épreuve et la récupération

POINTS	ÉLÉMENTS À ÉVALUER		NIVEAU 1 NON ATTEINT		DEGRÉ D'ACQUISITION DE NIVEAU 1		DEGRÉ D'ACQUISITION DE NIVEAU 2	
6/20	**Performance**		**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**
			cf. barème : tableau en annexe					
10/20	**Écart au projet évalué sur chacune des séquences de 10 minutes**	l'écart au projet pour la première séquence de 10 minutes	**0**		**1**		**2**	
			écart + ou- 100 m		écart entre 50 et 100 m		écart inférieur à 50 m	
		l'écart au projet pour la deuxième séquence de 10 minutes	**0**		**1**		**2**	
			écart + ou- 100 m		écart entre 50 et 100 m		écart inférieur à 50 m	
		l'écart au projet pour la troisième séquence de 10 minutes	**0**		**1**		**2**	
			écart + ou- 100 m		écart entre 50 et 100 m		écart inférieur à 50 m	
	Gestion de l'effort dans le cadre d'un projet de course	allure maîtrisée	**0**		**1 à 2**		**3 à 4**	
			effort non géré avec arrêts possibles		allure régulière, régularité et continuité dans les séquences		allure maîtrisée permettant une accélération finale	
4/20	**Projets de l'élève**	préparation à l'épreuve	**0**		**1**		**2**	
			Inexistante		Inadéquate		En cohérence avec le handicap et l'activité	
		récupération	**0**		**1**		**2**	
			Inexistante		Inadéquate		En cohérence avec le handicap et l'activité	

MARCHE

Epreuve pour HANDICAPES : étape 8

POINTS	DISTANCE PARCOURUE	
	FILLES	GARÇONS
6	Plus de 4200	Plus de 4400
5,5	De 4101 à 4200 m	De 4301 à 4400 m
5	De 4001 à 4100 m	De 4201 à 4300 m
4,5	De 3901 à 4000 m	De 4101 à 4200 m
4	De 3801 à 3900 m	De 4001 à 4100 m
3,5	De 3601 à 3800 m	De 3801 à 4000 m
3	De 3401 à 3600 m	De 3601 à 3800 m
2,5	De 3201 à 3400 m	De 3401 à 3600 m
2	De 3001 à 3200 m	De 3201 à 3400 m
1,5	De 2801 à 3000 m	De 3001 à 3200 m
1	De 2601 à 2800 m	De 2801 à 3000 m
0,5	De 2401 à 2600 m	De 2601 à 2800 m