

Compétences attendues		PRINCIPE D'ELABORATION DE L'EPREUVE						Course de vitesse 100m Option Facultative		
<p>Niveau 2 Réaliser un projet de performance sur 100m à partir d'un entraînement technique.</p> <p>Niveau 3 Réaliser précisément un projet de performance sur 100m à partir d'un entraînement technique personnalisé.</p>		<p>L'épreuve consiste en une performance sur 100m. Le départ est réalisé en utilisant un starting block. Le candidat(e) effectuant son second faux départ sera pénalisé de 5 dixièmes de secondes. La prestation physique est notée sur 12 points. Avant l'épreuve le candidat(e) indique au jury sa performance chronométrée envisagée (projet). L'écart au projet noté sur 3 points. A partir de la prestation réalisée, l'entretien dure 10minutes et porte sur la connaissance de l'activité choisie (analyse de sa performance, connaissances techniques et réglementaires, connaissances sur la préparation et l'entraînement d'une épreuve athlétique et des connaissances sur la culture athlétique). L'entretien est noté sur 5 points.</p>								
POINTS A AFFECTER	ELEMENTS A EVALUER	NIVEAU 2 non atteint			Degré d'acquisition NIVEAU 2			Degré d'acquisition NIVEAU 3		
12/15	La performance sur 100m	Note / 12	Filles	Garçons	Note / 12	Filles	Garçons	Note / 12	Filles	Garçons
		1	14 « 5	12 »8	6	13 »8	12 »1	10	13 »2	11 »5
		2	14 »4	12 »7	7	13 »7	12 »	11	13 »	11 »4
		3	14 »3	12 »6	8	13 »6	11 »8	12	12 »8	11 »3
		4	14 »2	12 »5	9	13 »4	11 »6			
		5	14 »	12 »3						
03/15	<p>Écart au projet (barème mixte)</p> <p>L'écart entre le projet de performance et la performance réalisée.</p>	1 point si l'écart est entre 0 »41 et 0 »50			2 points si l'écart est compris entre 0 »21 et 0 »40			3 points si l'écart est inférieur ou égal à 0 »20		