

VOLLEY BALL BACCALAUREAT 2014 LAPEROUSE

	Niveaux de compétences	Evaluation	Note	
Degré d'organisation offensive de l'équipe 04/20	→ Subit le rapport de force		1	
	→ Jeu individuel, les joueurs se gênent, cible non			
	→ Maintient le rapport de force		2	
	→ Cible définie prioritairement en zone arrière			
	→ Exploite le rapport de force quand il est favorable		3	
	→ Utilisation d'un relais pour attaquer depuis la zone			
	→ Fait basculer le rapport de force		4	
Degré d'organisation défensive de l'équipe 04/20	→ Subit le rapport de force		1	
	→ Réponses individuelles, dans l'urgence			
	→ Organisation identifiable en réception de service		2	
	→ Actions qui permettent la sauvegarde du ballon et/ou du terrain			
	→ Organisation identifiable en situation de jeu		3	
	→ Remplacement après le renvoi chez l'adversaire			
	→ Organisation défensive efficace capable d'évoluer en fonction du contexte du jeu		4	
Contribution et efficacité individuelle en attaque 06/20	Joueur passif → frappe explosive, en retard, service aléatoire, surpris par l'arrivée du ballon		1	
	Joueur de sauvegarde → service assuré, mobilité dans sa zone, lève la balle pour ses partenaires en situation facile		2	
	Joueur intermittent → actions contrôlées en situation facile. Passes orientées pour un relayeur . Début de soutien. Déplacements hors de sa zone		3	
	Joueur engagé → attentif au jeu et à ses partenaires (roles) début de Soutien et de Contre		4	
	Joueur organisateur → actions efficaces en toutes situations, attaques placées, peut déstabiliser l'équipe adverse par ses choix		5	
	Joueur ressource → prêt à intervenir dans l'urgence, passes décisives, attaques variées en direction et en vitesse en fct de la situation (score)		6	
	Contribution et efficacité individuelle en défense 04/20	Joueur passif → statique, toujours surpris ou en retard		1
Joueur intermittent → Intervient sur les balles faciles			2	
Joueur organisateur → actions efficaces en situation facile, se replace , début de contre			3	
Joueur ressource → réceptionne et défend les balles accélérées et/ou éloignées, contre régulièrement			4	
Efficacité collective 02/20	Matches perdus		0,5	
	Matches perdus avec peu d'écart ou équilibre victoire et défaite		1 1,5	
	Matches gagnés		2	
NOM PRENOM	Niveau Collectif / 8 / 10	Niveau Individuel	Efficacité collective /2	Total

Fiche Evaluation BAC Volley Ball LA PEROUSE 2013

NOM:

Prenom

Classe:

INDIVIDUEL

defense/4 pts			attaque/6 pts		
recupere et relève balle facile qd arrive dessus	se deplace pour recup balle début soutien/ contre	Se deplace fct adv et partenaires	attaque de sa zone	deplacemt fct des autres changement role	crée et utilise espaces choisit ses zones
regarde balle au service analyse traject ou le ballon va	attentif au jeu partenaire (deplacemt ,role)	anticipe placement remplacement, roles partenaires	deplacement zone(avance recule relais)	deplacement et orientation en fct du role(attaque	deplacement / ajustement en fct situation
releve la balle Posture semi-fléchie " préactive défend ma zone sur des balles lentessuis à ma place en récep service	Def haute Def basse remonte haut les balles pour mes partenaires	contre/soutien se déplace (avant-arrière latérale) en récep.Défend en toute situation(rendre jouable 1 balle difficile)	zone arriere renvoi direct service reglement me déplace avec balles faciles Passe à partenaire Vise cible non protégée	smash + zone arriere feinte service placé se déplace rapidement Remonte oriente efficacement balles	smash long /court Att placée actions techniques (passe, contre à deux mains, smash, manchette)

COLLECTIF

defense/4 pts			attaque/4 pts		
sauvegarde de la balle	se replace en fct° jeu	défense pour gener adv	org coll simple Addition d'actions	orga coll stereotypée (att/def)	incertitude par combinaison d'act°
reste ds zone de jeu peu/pas de déplacement	attentif au jeu de partenaires(deplacements ,roles)	anticipe les placements replacements(adv et partenaires)	vise la zone arr adverse utilise le relais	att pres filet utilisation du relais att en 3 passes	att espaces libres gère en fct score/ adversaire
Org identifiable début chq point en récep s'adapte pas en cours de jeu. actions assurent la sauvegarde du ballon.	suit mvt du jeu(anticipe trajectoire balle relais/soutien)Defens e haute occasionnel Remplacement de l'équipe après le renvoi chez l'adversaire.	Bloc espaces libres Def hautes systematiques Organisation défensive, capable d'évoluer en fct° du jeu score et partenaires	A l'arr renvoie la balle vers l'avant de mon camp (pour préparer attaque) A l'avant: je me rends disponible	A l'arr remonte la balle l'oriente vers passeur/ relais. A l'avant, me déplace pour attaquer attaque sur joueur faible	att fct adv (1 ,2 ou 3 passes/ feintes) anticipe pré déplacements/ ajustements fct évolution situation
Gain / 2pts	ts perdus	perdus sup gagné	gagné=perdu	gagné sup perdu	ts gagnés
	0 pt	0,5 pt	1pt	1,5pt	2pts

Baccalauréat BASKET (4x4) LAPEROUSE 2014

Nom:	Prénom:	classe:	
Collectif ATTAQUE	Individuel	Actions individuelles. Spectateurs. Au hasard.	0 - 0,9
		Placements vagues. Statiques. Ne se réorganisent pas. Tous dans la raquette.	1 - 1,9
	Enchaînement d'action	Se replacent à peu près. Appels de balle francs. Alterne jeu rapide / de transition / placé.	2 - 2,9
	Intentions tactiques coordonnées	Réorganisation immédiate. Exploite tous les rôles (ailiers pénétrants, pivot, blocs, écrans, croisés...).	3 - 3,4
		Choix pertinents. Changements de rôles.	3,5 - 4
Individuel ATTAQUE	Jeu statique	Perd systématiquement le ballon. Panique.	0 - 1,4
		Echanges sans regarder le panier. Tir improbable. S'arrête pour regarder. Jeu haché. Va vers le panier quand il a le ballon.	1,5 - 2,9
	Attrape le ballon en mouvement	Va vers le panier pour marquer. Appels opportunistes. Enterre le ballon.	3 - 3,4
		Propose systématiquement des appels (imprécis). Manque de recul. Libère légèrement en retard. Vision partielle du jeu (espace avant proche).	3,5 - 4
		Se replace franchement (hors raquette) pour reprendre de l'élan. Fixe/renverse. Libère le ballon au bon moment. Rebond	4,1 - 4,4
	Enchaînement de courses variées	1x1 maîtrisé. Vision de tous joueurs, de l'ensemble du jeu. Rebond	4,5 - 5
		Joue pour les autres (bloc, écran, provoque l'appel d'1 NpdB, croisé, rebond...). Enclenche.	5,1 - 5,4
		Rôles variés. Appels variés. Enchaînement de rôles.	5,5 - 6
	Collectif DEFENSE	Embryon d'organisation	Action individuelles / grappe.
Gêne la progression.			1 - 1,9
Organisation		Repli défensif organisé. + défense tiroir. + soutien.	2 - 2,9
Intentions tactiques coordonnées	Actions coordonnées (presse, dissuade, intercepte). + changements de rôles. + changements d'organisation (loin/près, contexte).	3 - 4	
Individuel DEFENSE	Très en retard	Spectateur. Défend quand le ballon passe. Repli défensif « mou ».	0 - 0,9
		Se met en face du PdB. Gêne.	1 - 1,9
	Engagé	Défense en tiroir. Charge le PdB puis se replace. dissuade, intercepte, aide. Rebond	2 - 2,9
	Anticipe	« Joue » avec l'adversaire. Provoque interceptions, la faute. Rebond Actions coordonnées (presse, interception, dissuasion, orientation, aide).	3 - 4
GAIN	Matchs souvent perdus / Perdus = Gagnés / Gagnés fonction organisation		0 - 2
NOTE FINALE/20			

Baccalauréat HANDBALL (6x6) LAPEROUSE 2014

Nom: _____ Prénom: _____ classe: _____

Collectif ATTAQUE	Individuel	Actions individuelles. Spectateurs. Au hasard.	0 - 0,9
		Placements vagues. Statiques. Ne se réorganisent pas. Tous dans les 9 m.	1 - 1,9
	Enchaînement d'action	Se replacent à peu près. Appels de balle francs. Alterne jeu rapide / de transition / placé.	2 - 2,9
	Intentions tactiques coordonnées	Réorganisation immédiate. Exploite tous les rôles (ailiers pénétrants, pivot, blocs, écrans, croisés...).	3 - 3,4
		Choix pertinents. Changements de rôles.	3,5 - 4
Individuel ATTAQUE	Jeu statique	Perd systématiquement le ballon. Panique.	0 - 1,4
		Echanges sans regarder le but. Tir improbable. S'arrête pour regarder. Jeu haché. Va vers le but quand il a le ballon.	1,5 - 2,9
	Attrape le ballon en mouvement	Va vers le but pour marquer. Appels opportunistes. Enterre le ballon.	3 - 3,4
		Propose systématiquement des appels (imprécis). Manque de recul. Libère légèrement en retard. Vision partielle du jeu (espace avant proche).	3,5 - 4
		Se replace franchement (12m.) pour reprendre de l'élan. Fixe/renverse. Libère le ballon au bon moment.	4,1 - 4,4
	Enchaînement de courses variées	1x1 maîtrisé. Vision de tous les joueurs, de l'ensemble du jeu.	4,5 - 5
		Joue pour les autres (bloc, écran, provoque l'appel d'1 NpdB, croisé...). Enclenche.	5,1 - 5,4
		Rôles variés. Appels variés. Enchaînement de rôles.	5,5 - 6
Collectif DEFENSE	Embryon d'organisation	Action individuelles / grappe.	0 - 0,9
		Gêne la progression.	1 - 1,9
	Organisation	Repli défensif organisé. + défense tiroir. + soutien.	2 - 2,9
Intentions tactiques coordonnées	Actions coordonnées (presse, dissuade, intercepte). + changements de rôles. + changements d'organisation (loin/près, contexte).	3 - 4	
Individuel DEFENSE	Très en retard	Spectateur. Défend quand le ballon passe. Repli défensif « mou ».	0 - 0,9
		Se met en face du PdB. Gêne.	1 - 1,9
	Engagé	Défense en tiroir. Charge le PdB puis se replace. + dissuade, intercepte, aide.	2 - 2,9
	Anticipe	« Joue » avec l'adversaire. Provoque les interceptions, la faute. Actions coordonnées (presse, interception, dissuasion, orientation, aide).	3 - 4
GAIN	Matchs souvent perdus / Perdus = Gagnés / Gagnés fonction organisation collective		0 - 2

NOTE FINALE/20

BACCALAUREAT LYCEE LAPEROUSE 2014 COURSE D'ORIENTATION

NOM:	PRENOM:	CLASSE:
------	---------	---------

Nombre de points obtenus (voir barême)	/ 10
---	------

Temps de course en minutes	/ 4
----------------------------	-----

Ecart en minutes =				
T inférieur ou égal à 0 = 4 pts = T0				
T>T0 = 2pts	T>2mn = 1,5	T>3mn = 1	T > 4 mn = 0	T>10=0+ RQ

RQ: T>10 min alors nbre pts obtenus seront à diviser par deux

Anticipation parcours et prise de risque	/6
--	----

Nombre de balises validées sur 7/8 prévues							
	1 balise	2 balises	3 balises	4 balises	5 balises	6 balises	7 balises
garçons	0 point	0 point	0,5 point	1 point	1,5 point	2 points	2,5 points
filles	0 point	0,5 point	1 point	1,5 point	2 points	2,5 points	

Si contrat validé (7/ 8 balises contrat) nombre de balises niv 3							
---	--	--	--	--	--	--	--

	0	1	2	3	4	5	6
	balise	balise niv3	balises niv3				
	3 points	3,5 points	4 point	4,5 points	5 points	5,5 points	6 points

NOTE FINALE	/ 20
--------------------	-------------

Nombres points filles	NOTE / 10	Nombres points garçons
Plus de 29	10	Plus de 35
28	9,5	33
27	9	32
26	8,5	31
25	8	29
24	7,75	28
23	7,5	26
22	7,25	25
21	7	24
20	6,75	23
19	6,5	22
18	6,25	21
17	6	20
16	5,75	19
15	5,5	18
	5,25	17
14	5	16
12	4,5	14
9	4	12
8	3,5	11
6	3	8
5	2,5	7
3	2	5
	1,5	4
2	1	2

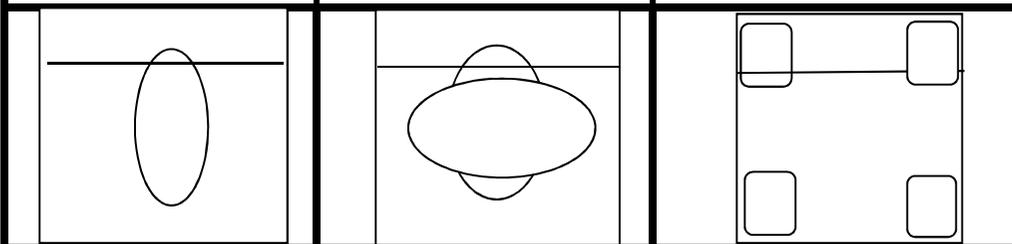
FICHE ELEVE BADMINTON LYCEE LAPEROUSE 2014

Nom:

Classe :

Poule:

Variété des coups/7pts						Déplacements /3 pts											
1	2	3	3.5	4	5	5.5	6	6.5	0	0.5	0.75	1	1.5	1.75	2	2.5	3
Coup prioritaire, trajectoire peu variée.			Plusieurs coups. Trajectoires variées en direction et hauteur. Accélération de temps en temps. Oblige l'adversaire à sortir assez souvent du centre du terrain			Coups variés et pertinents. Volants pris tôt. Varie les trajectoires dans le même échange (smashes fréquents si besoin). Sort nettement l'adversaire du centre, et ce systématiquement			Déplacement/volant tardif et après la frappe de l'adversaire.			Placement /volant correct si pression adverse pas trop forte.			Déplacement s/volant efficace en ttes circonstances.		
Prise raquette unique. Jeu au centre et de face.									Remplacement aléatoire.			Se replace régulièrement mais avec un temps de rééquilibration.			Remplacement quasi systématique		



Analyse des matchs/ proposition séquence suivante					GAIN DES RENCONTRES					
1	1.75- 2	3.5- 3.75	5		Suivant classement par sexe dans le groupe					
Peu lucide. Vocabulaire technique pauvre. Pas d'adaptation /score. Choix tactiques pauvres	Points forts mis en œuvre. Essaie de s'adapter au jeu de l'adversaire. Choix tactiques fonctions du score apparaissent.	Identifie points forts et faibles de l'adversaire. Adapte son jeu à chaque adversaire. Le vocabulaire employé est juste et adapté aux situations décrites.	<u>classe/3Pts.</u>							
			<u>Niveau 4-</u>	<u>Niveau 4</u>	<u>Niveau 4+</u>					
			0	1	1.5	2	2.5			
			3							
			<u>Fonction de son classement au sein de la poule</u>							
			0	0.5	1	1.5	2			

**BACCALAUREAT ATHLETISME LYCEE LAPEROUSE 2014
EPREUVE DE PENTABOND**

						meilleure performance			Moyenne des 3 meilleurs sauts		
NOM		PRENOM		CLASSE	DATE	Filles	barème	Garçons	Filles	barème	Garçons
						perf	note/8	perf	perf	note/8	perf
Projet: moyenne 3 meilleurs sauts P1						13,5	10	17	12,87	4	16,17
						13,17	9,5	16,58	12,54	3,8	15,73
performances						12,87	9	16,15	12,22	3,6	15,28
1er	2e	3e	4e	5e	6e	12,54	8,5	15,73	11,88	3,4	14,85
						12,22	8	15,28	11,55	3,2	14,39
Meilleure performance		S1		/10		11,88	7,5	14,85	11,2	3	13,93
						11,55	7	14,39	10,86	2,8	13,47
Moyenne 3 meilleurs sauts		S2		/4		11,2	6,5	13,93	10,49	2,6	13
Ecart		P1-S2		/2		10,86	6	13,47	10,14	2,4	12,53
Régularité des bonds				/4		10,49	5,5	13	9,76	2,2	12,05
						10,14	5	12,53	9,39	2	11,56
Note finale				/20		9,76	4,5	12,05	9	1,8	11,06
						9,39	4	11,56	8,62	1,6	10,57
Bareme des ecarts	Sup ou egal a 0,60m			0 pt		9	3,5	11,06	8,22	1,4	10,07
	Inf. A 0,60 et Sup ou egal a 0,40m			0,5pt		8,62	3	10,57	7,83	1,2	9,55
	Inf. A 0,40 et Sup ou egal a 0,30m			1pt		8,22	2,5	10,07	7,42	1	9,05
	Inf. A 0,30 et Sup ou egal a 0,20m			1,5pts		7,83	2	9,55	7	0,8	8,5
	Inf. A 0,20m			2pts		7,42	1,5	9,05	6,87	0,6	8
Régularité -Coordination- Appuis	0 pt	2 pts	4 pts	Note/4		7	1	8,5	6,5	0,4	7,75
	Bonds irreguliers Vitesse diminue Appuis écrasés	Appuis réactifs Rebonds effectifs rythme régulier	Appuis dynamiques Bonds équilibrés			6,87	0,5	8	6,3	0,2	7,5

BACCALAUREAT ATHLETISME LYCEE LAPEROUSE 2014
EPREUVE DE 3X500m

NOM		PRENOM		CLASSE		Filles barème Garçons					
						par 500	perf	note/14	perf	par 500	
1ère course						01'50	5'30	14	4'10	01:23	
Projet		P1				01'52	5'35	13,3	4'15	01:25	
Réalisation		R1				01'54	5'41	12,6	4'19	01:26	
Ecart		E1				01'56	5'47	11,9	4'24	01:28	
						01'59	5'55	11,2	4'29	01:29	
2ème course						02'00	6'03	10,5	4'34	01:31	
Projet		P2				02'05	6'17	9,8	4'40	01:33	
Réalisation		R2				02'10	6'31	9,1	4'48	01:36	
Ecart		E2				02'15	6'47	8,4	4'56	01:38	
						02'20	7'03	7,7	5'05	01:41	
3eme course						02'26	7'20	7	5'14	01:44	
Réalisation		R3				02'32	7'38	6,3	5'24	01:48	
						02'38	7'56	5,6	5'37	01:52	
						02'45	8'15	4,9	5'53	01:57	
Performances cumulées R1+R2+R3					/14	02'52	8'37	4,2	6'10	02:03	
						02'59	8'59	3,5	6'28	02:09	
Ecart en secondes					E1+E2	/3	03'08	9'24	2,8	6'49	02:16
Prepa/recup	Non adaptée	Incomplète	Pertinente		/3	03'16	9'50	2,1	7'11	02:23	
Note finale					/20	03'26	10'20	1,4	7'38	02'32	
						03'36	10'50	0,7	8'05	02'41	
	20"	0,3 pts	7"	1,8 pts							
	16"	0,6 pt	5"	2,1 pts							
Bareme des ecarts	13"	0,9pts	4"	2,4 pts							
	11"	1,2 pt	3"	2,7pts							
	9"	1,5 pts	2"	3 pts							

**BACCALAUREAT ATHLETISME LYCEE LAPEROUSE 2013
EPREUVE DE 200 HAIES**

NOM		PRENOM		CLASSE	DATE	performance 200 Haies			performance cumulée T1+T2		
						filles	barème	garçons	filles	barème	garçons
						perf	note/10	perf	perf	note/4	perf
1ère course 200Haies						33,6"	10	inf ou egal 29"	62"	4	inf ou egal 54"
Réalisation /10 pts		T1				34,4"	9,5	29,6"	64"	3,5	56"
		Pts				35,2"	9	30,1"	68,5"	3	58,5"
2ème course 200 plat						36,1"	8,5	30,6"	72"	2,5	61"
Réalisation		T2				37,1"	8	31,2"	76,5"	2	64"
Performances cumulées		T1 +T2				37,9"	7,5	31,8"	81"	1,5	67,5"
4 Pts		PTS				38,8"	7	32,5"	86,5"	1	72,2"
						39,7"	6,5	33,1"	sup ou egal	0,5	77"
régularité inter obstacles						40,6"	6	33,6"			
variation importante			0,5 pt			41,6"	5,5	33,9"			
variation convenable			1 pt			42,5"	5	34,4"			
peu de variation			2 pts			43,4"	4,5	36,3"			
						44,4"	4	37,1"			
Différence T1 et T2 /4 pts						45,4"	3,5	38,1"			
Diff sup ou égale à 8,1"	0.5	Diff entre 4,4" et 5"		2,5		46,5"	3	39"			
Diff entre 7" et 8"	1	Diff entre 3,7" et 4,3"		3		47,5"	2,5	40,1"			
Diff entre 6" et 7"	1.5	Diff entre 2,9" et 3,6"		3,5		48,5"	2	41"			
Diff entre 5" et 5,9"	2	Diff inf ou egale à 2,9"		4		49,5"	1,5	42,2"			
						50,5"	1	43,7"			
						sup ou egal	0,5	44,4"			

COURSE DE DUREE LAPEROUSE 2013

Nom:	Classe	Dist prévue:	Dist réalisé:	
CONCEPTION = 7 POINTS				
CHOIX DU MOBILE M1: 2 PTS				M1=
Le mobile est absent	Le mobile exprimé ne correspond pas à la séance présentée.	Le mobile annoncé est expliqué et correspond globalement à la séance présentée.	Le mobile est bien argumenté et correspond parfaitement à la séance réalisée.	
EXPRESSION DES RESENTIS/PRESTATION R1: 2 PTS				R1=
Aucune analyse des ressentis, ni mise en relation avec la prestation.	Les commentaires sont vagues et peu argumentés. La mise en relation des effets de la prestation est approximative	Les commentaires sont assez précis. La concordance entre les ressentis et la prestation existe mais n'est pas toujours juste.	Les ressentis sont décrits de manière précise et argumentée. Ils correspondent point pour point aux différentes séquences de la prestation.	
CONNAISSANCE DE L'ENTRAINEMENT/PRESTATION C1: 3 PTS				C1=
La séance décrite n'est pas cohérente. Les intensités, durée et type de récupérations ,volume total sont inadaptées. Le candidat est incapable de justifier ses choix par rapport aux connaissances apportées au cours du cycle.	Les connaissances sur l'entrainement existent mais elle ne sont que partiellement en rapport avec la prestation effectuée. Les mots clés sont peu utilisés.	Les connaissances justifient la séance et sont globalement justes et adaptées. Les mots clés sont utilisés mais ne sont pas toujours en rapport avec la prestation.	Les connaissances en plus d'être justes sont totalement en rapport avec la séance présentée	
PRODUCTION = 10 POINTS				PROD
MAITRISE DES ALLURES/PROJET/5 POINTS				AL=
si 60% passages réussis	1 Pt	90%	4 Pts	
si 70% passages réussis	2 Pts	100%	5 Pts	
si 80% passages réussis	3 Pts			
RESPECT VOLUME TOTAL/PROJET/5 POINTS				VOL=
si 75% passages réussis	1 Pt	90%	4 Pts	
si 80% passages réussis	2 Pts	95 à100%	5 Pts	
si 85% passages réussis	3 Pts			
Analyse de sa prestation (3 pts)				AN=
	Analyse pauvre sur ce qui a fonctionné ou pas	Analyse correcte avec des justifications quant aux éventuelles corrections à effectuer	Analyse pertinente avec évolution proposée en adéquation avec les connaissances sur l'entrainement.	TOTAL / 20

LANCER DU POIDS		BACCALAUREAT LAPEROUSE 2014				ACADEMIE DE LA NOUVELLE CALEDONIE 2014					
Compétence attendue de niveau 4		Principes d'élaboration de l'épreuve									
<p>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 d'élan, l'efficacité de la chaîne d'impulsion au moyen des prises d'avance et de la coordination des actions propulsives.</p>		<p>Chaque candidat dispose de 6 essais maximum avec élan. Après son échauffement et avant le début du concours, le candidat indique aux évaluateurs son projet concernant la moyenne de ses 3 Poids des engins fille : 3 kg et garçon : 5 kg. Lancer dans un cercle ou une zone de 2m ; zone de réception délimitée. Cas d'essai nul : règlement fédéral.</p>									
POINTS	Éléments à évaluer Indicateurs de compétence	Niveau 4 non acquis			Degré d'acquisition du niveau 4 de compétence						
		PERF FILLE	NOTE	PERF GARCON	PERF FILLE	NOTE	PERF GARCON	PERF FILLE	NOTE	PERF GARCON	
7	Meilleure performance réalisée	3m50	0.1	5m	5m90	2.4	7m70	8m05	5.2	10m	
		3m85	0.2	5m30	6m15	2.8	8m10	8m40	5.6	10m30	
		4m25	0.4	5m70	6m45	3.2	8m50	8m70	6	10m60	
		4m60	0.8	6m10	6m80	3.6	8m80	9m05	6.4	10m90	
		4m95	1.2	6m50	7m10	4	9m10	9m40	6.8	11m20	
		5m25	1.6	6m90	7m40	4.4	9m40	9m70	7	11m50	
		5m60	2	7m30	7m70	4.8	9m70				
7	Moyenne des 3 meilleurs lancers	3m30	0.1	4m60	5m25	2.4	6m90	7m40	5.2	9m40	
		3m45	0.2	4m80	5m60	2.8	7m30	7m70	5.6	9m70	
		3m60	0.4	5m	5m90	3.2	7m7	8m05	6	10m	
		3m85	0.8	5m30	6m15	3.6	8m10	8m40	6.4	10m30	
		4m25	1.2	5m70	6m45	4	8m50	8m70	6.8	10m60	
		4m60	1.6	6m10	6m80	4.4	8m80	9m05	7	10m90	
		4m95	2	6m50	7m10	4.8	9m10				
2	Écart entre projet de la moyenne des 3 meilleurs lancers et la moyenne réalisée des 3 meilleurs lancers	Ecart > 1m		Ecart > 0.80 m		Ecart > 0.60 m		Ecart > 0.40 m		Ecart > 0.30 m	
		0pt		0.5pt		1pt		1.25pts		1.5pts	
4	Utilisation de l'élan	Élan inexistant ou prise d'élan inutile dans l'action du lanceur.		Prise d'élan de profil ou de dos mais manque de coordination, d'amplitude et de rythme pour être efficace.		Prise d'élan de dos, coordonnée et équilibrée, impliquant la totalité des chaînes musculaires utiles au lancer.					
		Lancer de face.									
		0pt		1pt		1.5pts		2.5pts		3pts	
										4pts	