**EVALUATION Lancer de JAVELOT (Niveau3)**

**COMPETENCES ATTENDUES NIVEAU 3** :

Pour produire la meilleure performance, se préparer à l'effort, gérer la sécurité et réaliser un lancer équilibré en utilisant l’élan et le chemin de lancement efficace grâce à la phase de double appui.

 (BO n°31, 27 Août 2009)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **Niveau 3 en cours d’acquisition** | **Niveau 3 acquis** |
| **Moyenne de** **L1 et L2****(les 2 meilleurs lancers)****/15pts** | **Distance F** | **NOTE /15** | **Distance G** | **Distance F** | **NOTE /15** | **Distance G** |
| 5.0 | **0.75** | 9.0 | 11.2 | **7.5** | 18.0 |
| 6.0 | **1.5** | 10.0 | 11.8 | **8.25** | 19.3 |
| 7.0 | **2.25** | 11.0 | 12.4 | **9** | 20.6 |
| 7.7 | **3** | 12.0 | 13.2 | **9.75** | 22.0 |
| 8.4 | **3.75** | 13.0 | 14.0 | **10.5** | 23.5 |
| 9.0 | **4.5** | 14.0 | 15.0 | **11.25** | 25 |
| 9.6 | **5.25** | 15.0 | 16.0 | **12** | 26.5 |
| 10.1 | **6** | 16.0 | 17.2 | **12.75** | 28.0 |
| 10.6 | **6.75** | 17.0 | 18.4 | **13.5** | 29.5 |
|  | 19.6 | **14.25** | 31.0 |
| 20.8 | **15** | 32.5 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **. Echauffement****. Gestion sécurité****/5pts** | **E** | Mise en train désordonnée (courses très rapides ou marche). Mobilisations articulaires incomplètes | **0.1** |
| **GS** | Respecte les consignes de l’autorisation de lancer. Manipule le matériel avec sécurité (transport et récupération de l’engin après le lancer) |
| **E** | Mise en train progressive Mobilisations des articulations et des groupes musculaires prioritairement sollicitées pour l’épreuve | **1.5-3** |
| **GS** | Respecte l’espace d’évolution de ses camarades. Manipule le matériel avec sécurité (transport et récupération de l’engin après le lancer). Respecte les consignes de l’autorisation de lancer. |
| **E** | Mise en train progressive et continue intégrant des lancers d’échauffement. Mobilisations des articulations et des groupes musculaires prioritairement sollicitées pour l’épreuve. | **3.5-5** |
| **GS** | Manipule le matériel avec sécurité (transport et récupération de l’engin après le lancer). Respecte les consignes de l’autorisation de lancer. Intervient auprès de ses camarades pour améliorer les conditions de sécurité. |

**EPREUVE :**

* Chaque candidat dispose de **6 essais au maximum** avec élan
* Les deux meilleurs essais sont retenus pour la notation. Leur moyenne établit la performance support de la notation. L1 et L2 = les 2 meilleurs lancers.
* Chaque élève est noté pour 75% sur la moyenne de L1 et L2.
* L’échauffement (compétence méthodologique : s’engager lucidement dans la pratique) et la gestion de la sécurité (compétence méthodologique : respecter les règles de vie collective et assumer les différents rôles liés à l’activité) comptent pour 25%.
* Poids des engins : 600G pour les filles, 700G pour les garçons.
* Cas d’essai nul : règlement officiel.