

Compétence attendue		Principe d'élaboration de l'épreuve								
NIVEAU 4 : Pour produire la meilleure performance en un nombre limité de tentatives, se préparer, accroître la vitesse d'envol de l'engin et rechercher la trajectoire la plus efficace.		Le candidat dispose de 6 essais maximum avec élan réduit (1 à 3 appuis marchés). Après son échauffement et avant le début du concours, le candidat indique aux évaluateurs sa prévision concernant la moyenne de ses 3 meilleurs essais.								
Points	Eléments à évaluer	Niveau 4 non acquis			Degrés d'acquisitions du niveau 4					
10 / 20	La meilleure performance réalisée	Notes/10	filles	garçons	Notes/10	filles	garçons	Notes/10	filles	garçons
		0,5	5,5	10	5	9,1	13,9	8	14,9	21,8
		1	6	10,25	5,5	10	15,1	8,5	16	23,5
		1,5	6,25	10,5	6	10,9	16,2	9	17,1	25,4
		2	6,5	10,75	6,5	11,8	17,5	9,5	18,2	27,3
		2,5	6,75	11,1	7	12,9	18,7	10	19,3	29
		3	7	11,6	7,5	13,8	20,1			
		3,5	7,4	12,1						
		4	7,8	12,6						
4,5	8,2	13,1								
4 / 20	La moyenne des 3 meilleures performances	Notes /4	filles	garçons	Notes /4	filles	garçons	Notes /4	filles	garçons
		0,2	5	9	2	7,75	12,5	3,2	13,5	20,5
		0,4	5,5	9,5	2,2	8,5	13,7	3,4	14,5	22
		0,6	5,75	9,75	2,4	9,25	14,9	3,6	15,5	23,5
		0,8	6	10	2,6	10	16,4	3,8	16,5	25
		1	6,25	10,5	2,8	11,25	17,8	4	17,5	26,5
		1,2	6,5	10,75	3	12,5	19			
		1,4	6,75	11						
		1,6	7	11,5						
1,8	7,25	11,75								
4 / 20	Écart entre la prévision de la moyenne des 3 lancers et la moyenne des 3 meilleurs lancers réalisés	Sup à 20 % = 0 point Entre 15 et 20 % = 1 point Entre 12 et 15 % = 1,5 points			Entre 10 et 12 % = 2 points  Entre 8 et 10% = 3 points			Entre 5 et 8 % = 3,5 points  Inf ou égal à 5% = 4 points		

2 /20

**Echauffement / Préparation**

Mise en train désordonnée.  
Mobilisations articulaires  
incomplètes.

Mise en train progressive.  
Mobilisations des articulations et  
des muscles prioritairement  
sollicitées pour l'épreuve en tenant  
compte de l'aptitude partielle.

Mise en train progressive et continue  
intégrant des lancers d'échauffement  
Mobilisations articulaires complètes,  
adaptées à l'épreuve et à l'aptitude  
partielle.