

Proposition de Barème - Marche athlétique 2x1000m Niveau 3 - Session 2018

(Attention : cette épreuve n'est pas une épreuve adaptée)

Ce barème de Niveau 3 (CAP- BEP) doit être utilisé pour la session 2018 des examens.



Il est demandé aux établissements d'analyser les résultats obtenus, de juger de la pertinence de cette grille, et de nous faire parvenir des propositions d'adaptation pour la session 2019.

ECHAUFFEMENT / 2,5 pts	
/ 2,5 pts	Caractéristiques
0	inexistant
0,5 à 1	désordonné, aléatoire, incomplet
1,5 à 2	progressif avec mobilisations articulaires
2,5	complet, orienté, adapté (allures de

RECUPERATION / 2,5 pts	
/ 2,5 pts	Caractéristiques
0	absente
0,5 à 1	passive, rapidement exécutée
1,5 à 2	active (marche)
2,5	active avec marche, étirements,

PERF G	NOTE	PERF F
12'41"	15 pts	13'58"
12'48"	14,5	14'10
12'58"	14	14'21"
13'08"	13,5	14'33"
13'18"	13	14'44"
13'27"	12,5	14'53"
13'38"	12	15'02"
13'49"	11,5	15'13"
13'57"	11	15'24"
14'00"	10,5	15'34"
14'11"	10	15'59"
14'17"	9,5	16'26"
14'32"	9	16'45"
14'49"	8,5	17'03"
15'02"	8	17'25"
15'23"	7,5	17'41"
15'34"	7	17'58"
15'45"	6,5	18'15"
16'01"	6	18'30"
16'21"	5,5	18'45"
16'39"	5	18'57"
16'58"	4,5	19'09"
17'17"	4	19'11"
17'39	3,5	19'25"
18'28	3	19'40"
19'03	2,5	20'29"
19'38	2	21'18"
20'31	1,5	22'07"
22'04"	1	23'05"
23'05"	0,5	24'10"