

**BACCALAUREAT GENERAL ET TECHNOLOGIQUE : VTT (Liste académique LYON) –**

<b>VTT</b>		<b>PRINCIPES D'ÉLABORATION DE L'ÉPREUVE</b>								
<b>COMPÉTENCE ATTENDUE</b>		Le candidat doit réaliser une épreuve composée d'un enchaînement de 3 parcours: - Un premier passage sur une zone trial de 4 segments (deux segments faciles à 1 point, un segment à choix d'entrée 1 point ou trois points, et un segment à choix d'entrée à 3 ou 5 points). La pose du pied ou la touche de rubalise entraîne la perte des points du segment. - un Cross XC d'environ 5 kms matérialisés sur un terrain varié avec dénivelé limité à 200m de D+ - un second passage sur la zone trial de 4 segments, le temps de récupération entre le cross et le second passage trial doit être inférieur à 2 minutes. Il faudra différencier le parcours trial filles de celui des garçons.								
<b>NIVEAU 5</b> Se déplacer à une vitesse moyenne très élevée sur un itinéraire connu et varié en optimisant l'usage des techniques et la gestion de l'effort tout au long de l'épreuve.										
<b>POINTS À AFFECTER</b>	<b>ÉLÉMENTS À ÉVALUER</b>	<b>NIVEAU 5 non acquis</b>			<b>Degrés d'acquisition du NIVEAU 5</b>					
7/20	performance réalisée  <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; width: 150px; height: 50px; margin: 0 auto; text-align: center; padding: 5px;"> <b>Session 2020</b> </div>	<b>Note /7</b>	<b>filles</b>	<b>Garçons</b>	<b>Note /7</b>	<b>filles</b>	<b>Garçons</b>	<b>Note /7</b>	<b>filles</b>	<b>Garçons</b>
		0.5	9,5 km/h	14,5 km/h	3.0	12 km/h	17 km/h	5.5	15,5 km/h	20,5 km/h
		1.0			3.5			6.0		
		1.5			4.5			6.5		
		2.0			5.0	15 km/h	20 km/h	7.0	17 km/h	22 km/h
		2.5	11,5 km/h	16,5 Km/h						
10/20	<b>Niveau difficulté Trial</b> (Moyenne de la somme des points des 2 parcours)	0 à 3 points inscrits (seules les deux zones à 1 point sont validées)  <b>De 0 à 4,5 points</b>			4 à 6 points inscrits.  <b>De 5 à 7 points</b>			7 à 10 points inscrits.  <b>De 7,5 à 10 points</b>		
3/20	<b>Annonce de l'ensemble des points réalisables sur les segments Trial</b>	Inférieure à 3 annonces réussies  <b>De 0 à 1 point</b>			3 à 5 annonces réussies  <b>De 1,5 à 2 points</b>			6 à 8 annonces réussies  <b>De 2,5 à 3 points</b>		