

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

| VTT | | PRINCIPES D'ÉLABORATION DE L'ÉPREUVE | | | | | | | | |
|---|---|--|---------------|----------------|---|---------------|----------------|--|---------------|----------------|
| COMPÉTENCE ATTENDUE | | 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 1point ou trois points, et un segment à choix d'entrée à 3 ou 5points). La pose du pied ou la touche de rubalise entraine 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. | | | | | | | | |
| NIVEAU 5 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. | | | | | | | | | | |
| POINTS À AFFECTER | ÉLÉMENTS À ÉVALUER | NIVEAU 5 non acquis | | | Degrés d'acquisition du NIVEAU 5 | | | | | |
| 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;"> Session 2019 </div> | Note /7 | filles | Garçons | Note /7 | filles | Garçons | Note /7 | filles | Garçons |
| | | 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 | Niveau difficulté Trial (Moyenne de la somme des points des 2 parcours) | 0 à 3 points inscrits (seules les deux zones à 1 point sont validées) De 0 à 4,5 points | | | 4 à 6 points inscrits. De 5 à 7 points | | | 7 à 10 points inscrits. De 7,5 à 10 points | | |
| 3/20 | Annonce de l'ensemble des points réalisables sur les segments Trial | Inférieure à 3 annonces réussies De 0 à 1 point | | | 3 à 5 annonces réussies De 1,5 à 2 points | | | 6 à 8 annonces réussies De 2,5 à 3 points | | |