

EOP Aménagée Bac GT : Marche

Examen ponctuel terminal à partir de la session 2022

Activité Marche - Champ d'Apprentissage n°1

Principes de passation de l'épreuve :

- L'épreuve consiste en la réalisation d'un **800m** chronométré par un enseignant à la seconde. Les élèves réalisent leur course sans montre ni chronomètre mais un temps de passage est donné par le jury au 400m.
- Un espace est dédié à l'échauffement pendant une durée de 15/20 minutes avant l'épreuve. Ce temps d'échauffement est observé et évalué par le jury.
- À l'appel, le candidat indique au jury un temps de référence, qui sert de base à la constitution des séries.
- À l'issue de la course le candidat estime son temps.
- L'AFL « S'engager pour produire une performance maximale à l'aide de techniques efficaces, en gérant les efforts musculaires et respiratoires nécessaires et en faisant le meilleur compromis entre l'accroissement de vitesse d'exécution et de précision » permet d'évaluer la capacité du candidat à produire le plus haut degré de performance possible.
- L'AFL « S'entraîner, individuellement et collectivement, pour réaliser une performance » permet d'évaluer la capacité du candidat à s'être préparé à l'épreuve et s'apprécie par :
 - Un échauffement adapté et progressif ;
 - Une analyse des ressentis permettant d'estimer la performance réalisée **a posteriori** (après avoir couru).

EOP Aménagée Bac GT : Marche

AFL évalués	Pts	Éléments à évaluer	Degré 1			Degré 2			Degré 3			Degré 4		
			Note	Temps Filles	Temps Garçons	Note	Temps Filles	Temps Garçons	Note	Temps Filles	Temps Garçons	Note	Temps Filles	Temps Garçons
S'engager pour produire une performance maximale à l'aide de techniques efficaces, en gérant les efforts musculaires et respiratoires nécessaires et en faisant le meilleur compromis entre l'accroissement de vitesse d'exécution et de précision	14	Performance maximale	0,5	12'10	10'25	4	10'25	8'40	7,5	8'40	7'00	11	7'00	5'50
			1	11'55	10'10	4,5	10'10	8'25	8	8'25	6'50	11,5	6'50	5'40
			1,5	11'40	9'55	5	9'55	8'10	8,5	8'10	6'40	12	6'40	5'30
			2	11'25	9'40	5,5	9'40	7'55	9	7'55	6'30	12,5	6'30	5'20
			2,5	11'10	9'25	6	9'25	7'40	9,5	7'40	6'20	13	6'20	5'10
			3	10'55	9'10	6,5	9'10	7'25	10	7'25	6'10	13,5	6'10	5'00
			3,5	10'40 (4,5km/h)	8'55 (5,3km/h)	7	8'55 (5,3km/h)	7'10 (6,7km/h)	10,5	7'10 (6,7km/h)	6'00 (8km/h)	14	6'00 (8km/h)	4'50 (10km/h)
			S'entraîner, individuellement et collectivement, pour réaliser une performance	6	Échauffement Estimation de sa performance	Préparation aléatoire et incomplète Estimation à + ou - 8'' 0 - 1,5 pt			Préparation stéréotypée Estimation à + ou - 6'' 2 - 3 pts			Préparation adaptée à l'effort Estimation à + ou - 4'' 3,5 - 4,5 pts		