La course de haies au bac : évaluation

La course de haies au bac

L’Education physique et sportive a tendance parfois à se distinguer du sport fédéral et propose ses propres modèles. Pour l’heure il s’agit du 150 mètres haies .

PRINCIPES D’ÉLABORATION DE L’ÉPREUVE

· En course de haies chaque candidat réalise 2 courses de150 mètres(récupération de 20 minutes minimum entre les 2 parcours). Le candidat part avec ou sans blocs de départ mais le départ est commandé.

· Chaque 150 haies comprend 6 haies espacées de20 m. Distance

entre le départ et la 1ère haie :30 m; distance entre la dernière haie et l’.arrivée : 20m.

Hauteur des haies :70 cmpour les filles,84 cmpour les garçons

.

· Après l.’échauffement et avant la première course le candidat indique sur une fiche le temps visé pour le premier 150mH.

· Après la première course, il note sur sa fiche le temps visé pour le deuxième 150mH.

· Si l’une des courses est entachée de nullité (2 faux départs, chute) une troisième et ultime tentative est proposée au candidat.

La performance de la meilleure course	Note /8	garçons	filles
	0,4	32.50	37
	0,8	31.65	36.25
	1,2	30.80	35.50
	1,6	30.05	34.75
	2	29.25	34.05
	2,4	28.60	33.30
	2 ,8	27.85	32.60
	3,2	27.25	31.90
	3,6	26.60	31.20

	4	26.00	30.50
	4,4	25.45	29.80
	4,8	24.85	29.10
	5,2	24.40	28.45
	5,6	23.85	27.80
	6	23.40	27.10
	6,4	22.95	26.45
	6,8	22.55	25.80
	7,2	22.15	25.15
	7,6	21.75	24.50
	8	21.05	23.85

La performance cumulée des 2 courses	Note /8	garçons	filles
	0,4	66.7	75.5
	0,8	65.0	74.0
	1,2	63.3	72.5
	1,6	61.6	71
	2	60.1	69.5
	2,4	58.5	68.1
	2 ,8	57.2	66.6
	3,2	55.7	65.2
	3,6	54.5	63.8
	4	53.2	62.4
	4,4	52	61
	4,8	50.9	59.6
	5,2	49.7	58.2

	5,6	48.8	56.9
	6	47.7	55.6
	6,4	46.8	54.2
	6,8	45.9	52.9
	7,2	45.1	51.6
	7,6	44.3	50.3
	8	43.5	49.0

Ecarts par rapport au temps prévus et temps réalisés	Sup. ou égal à 4.5.. =0 Pt Inf. à 4.5.. et Sup. ou égal à 4.. =0.5 Pt Inf. à 4.. et Sup. ou égal à 3.5.. =1 Pt	Inf. à 3.5.. et Sup. ou égal à 3.. =1.5 Pt Inf. à 3.. et Sup. ou égal à 2.5.. =2 Pts Inf. à 2.5.. et Sup. ou égal à 2.. =2.5 Pts	Inf. à 2.. et Sup. ou égal à 1.5.. =3 Pts Inf. à 1.5.. et Sup. ou égal à 1.. =3.5 Pts Inf. à 1.. =4 Pts

Note finale = La performance de la meilleure course /8 + _La performance cumulée des 2 courses/8 + Note écarts /4 = NOTE /20