

Lancer du disque Bac pro (référentiel rénové 2018)

Compétences attendue lancer du disque		Principes d'élaboration de l'épreuve								
<p>Niveau 4 : Pour produire la meilleure performance en un nombre limité de tentatives, accroître la vitesse d'envol de l'engin en recherchant lors de la phase de volte, l'efficacité de la chaîne d'impulsion au moyen des prises d'avance et de la coordination des actions propulsives.</p>		<p>Chaque candidat dispose de 6 essais au maximum avec élan (déplacement des appuis et rotation). Après son échauffement et avant le début du concours le candidat indique aux évaluateurs sa prévision concernant la moyenne de ses 3 meilleurs essais. Il est noté pour 40 % la performance réalisée par son meilleur lancer. Pour 40 % sur la performance moyenne des 3 meilleurs lancers. Pour 20 % sur la justesse de sa prévision. Poids des engins : 1 kg pour les filles, 1,5 kg pour les garçons. Cas d'essai nul : règlement officiel.</p>								
Points à affecter	Éléments à évaluer	Compétence de niveau 4 en cours d'acquisition de 0 à 9 pts			Compétence de niveau 4 acquise de 10 à 20 pts					
8 points	La meilleure performance réalisée.	Note / 8	Distances filles	Distances garçons	Note / 8	Distances filles	Distances garçons	Note / 8	Distances filles	Distances garçons
		0.4	8.60	11.20	4.0	12.90	20.00	6.4	18.50	29.00
		0.8	8.90	12.20	4.4	13.50	21.50	6.8	19.60	30.50
		1.2	9.20	12.80	4.8	14.10	23.00	7.2	20.80	32.00
		1.6	9.50	13.40	5.2	15.20	24.50	7.6	22.00	33.50
		2.0	10.00	14.00	5.6	16.30	26.00	8.0	23.00	35.00
		2.4	10.50	15.20	6.0	17.40	27.50			
		2.8	11.10	16.40						
		3.2	11.70	17.60						
3.6	12.30	18.80								
8 points	Moyenne des 3 meilleures performances.	Note / 8	Distances filles	Distances garçons	Note / 8	Distances filles	Distances garçons	Note / 8	Distances filles	Distances garçons
		0.4	7.80	9.00	4.0	12.30	17.60	6.4	17.40	26.00
		0.8	8.00	10.00	4.4	12.90	18.80	6.8	18.50	27.50
		1.2	8.20	11.00	4.8	13.50	20.00	7.2	19.60	29.00
		1.6	8.90	12.20	5.2	14.10	21.50	7.6	20.80	30.50
		2.0	9.50	12.80	5.6	15.20	23.00	8.0	22.00	32.00
		2.4	10.00	13.40	6.0	16.30	24.50			
		2.8	10.50	14.00						
		3.2	11.10	15.20						
3.6	11.70	16.40								
4 points	L'écart entre la prévision de la moyenne des 3 meilleurs lancers et la moyenne réalisée des 3 meilleurs lancers.	Sup. ou égal à 5 m = 0 pt Inf. à 5 m et sup. ou égal à 4,5 m = 0,5 pt Inf. à 4,5 m et sup. ou égal à 4 m = 1 pt			Inf. à 4 m et sup. ou égal à 3,50 m = 1.5 pt Inf. à 3,50m et sup. ou égal à 3 m = 2 pts Inf. à 3 m et sup. ou égal à 2,5 m = 2.5 pts			Inf. à 2.5m et sup. ou égal à 2 m = 3 pts Inf. à 2m et sup. ou égal à 1.5 m = 3,5 pts Inf. à 1,5 m = 4 pts		