

Compétence attendue :

Deux compétences sont évaluées :

1 - Présenter un enchaînement

Exigences :

est constituée d'au moins 6 éléments enchaînés de 4 familles différentes (dont un renversement et une rotation arrière)

est réalisée avec maîtrise et fluidité devant un groupe d'élèves.

Maîtrise et fluidité signifie :

Simple mais correct vaut mieux que difficile et incorrect

2- Juger la prestation d'un autre candidat

Composer et préparer son enchaînement au SOL (Filles & Garçons)

Exigences pour la composition de l'enchaînement

- * 6 éléments minimum
- * 4 familles différentes avec obligatoirement au moins un élément de la famille "renversement" et un de la famille "rotation arrière"
- * 2 niveaux de difficultés différents
- * sur un praticable
- * utilise des directions et orientations variées (au moins 2 longueurs dont une diagonale)
- * durée entre 30 secondes et 1 minute
- * l'utilisation du "saut de cheval" ou du "mini-trampoline" impose qu'il termine l'enchaînement

L'enchaînement est transcrit sur la "Fiche projet" (Filles ou Garçons)

À propos de la fiche projet :

disponible sur le site EPS ou sur place, elle est différente selon le sexe

Elle présente les éléments de difficulté croissante (de A à D) classés en 6 familles.

selon sa difficulté l'élément a la valeur suivante : A = 0,4 pt, B = 0,6 pt, C = 0,8 pt, et D = 1pt.

Préparation de la fiche :

renseigner son identité

entourer (ou colorier) les éléments choisis

numéroter chaque élément par ordre d'apparition dans l'enchaînement

Code scolaire pour les difficultés

Pour faciliter le choix des éléments sont à disposition sur le site EPS ou sur place :

un récapitulatif des figurines et leurs explications

les textes explicatifs pour chaque figurine

JUGER un autre candidat

Observer le passage d'un autre candidat

Pour montrer sa capacité à :

reconnaître les éléments exécutés et les trouver sur le code scolaire

comparer ce qui est montré par le candidat à ce qu'il a prévu de faire (nom et ordre)

repérer si les exigences pour la composition de l'enchaînement sont respectées ou pas

identifier les fautes réalisées et les quantifier

Note de difficulté sur 6 pts

- * Tout élément non réalisé entraîne la suppression de sa valeur, en conséquence cela peut avoir comme conséquence la suppression de la famille correspondante
- * Si un élément est réalisé 2 fois, sa valeur n'est prise en compte qu'une fois
- * Les 6 éléments choisis donnent un nombre de points : Cf tableau de conversion ci-dessous pour calculer la note en fonction des points de difficulté des éléments

Pts Dif.	2,6	2,8	3	3,2	3,4	3,8	4	4,4	4,8	5,2	5,6	5,8
Note	0,5	1	1,5	2	2,5	3	3,5	4	4,5	5	5,5	6

Note d'exécution sur 8 pts

- Toutes les fautes cumulées sur un même élément s'additionnent
- Tout élément réalisé avec de l'aide entraîne la décote de sa valeur (B devient A, C B et D C)
- En dessous de 6 éléments présentés, chaque élément manquant entraîne le retrait de 2 points

TABLEAU DES FAUTES

FAUTES	0,2 pt	0,5 pt	1 pt
Elément de maintien non tenu 2 secondes	Elt. non comptabilisé		
Manque de dynamisme pendant l'enchaînement	X	X	
Sortie de praticable (1 seul appui = 0,1pt)	X		
Contraintes d'espace non respectées			X
FAUTES de TENUE et FAUTES TECHNIQUES	0,2 pt	0,5 pt	1 pt
Bras fléchis (selon importance)	X	X	
Jambes fléchies et/ou écartées (selon importance)	X	X	
Amplitude insuffisante (selon importance)	X	X	
Corps relâché (selon durée)	X	X	
Corps non aligné (ATR) ou mal positionné (groupé, carpé, tendu)	X	X	
Rotation incomplète (selon degré manquant)	X		
MOUVEMENTS d'EQUILIBRATION	0,2 pt	0,5 pt	1 pt
Pas supplémentaire			
Déséquilibre (selon importance)	X	X	
Chute ou pose d'1 ou 2 mains ou au sol, arrivée autre que sur les p			X
Arrêt dans l'enchaînement	X		

Note de composition sur 3 pts

- 0 pt sur 3 si le projet ne respecte pas les exigences (exemple : pas de renversement)
- 1 pt si le projet respecte les exigences mais n'est pas respecté dans sa réalisation et que les éléments choisis ne correspondent pas aux capacités du candidat
- 2 pts si le projet respecte les exigences et est partiellement respecté dans sa réalisation et que les éléments choisis correspondent aux capacités du candidat
- 3 pts si le projet respecte les exigences et est parfaitement respecté dans sa réalisation et que les éléments choisis valorisent les capacités du candidat

Note de juge sur 3 pts

- 1 pt Vérifie la correspondance entre le projet et sa réalisation (nom, ordre des éléments)
- 2 pts En plus du point précédent, valide la présence des 4 familles d'éléments attendus dont le renversement et la rotation arrière
- 3 pts En plus des points précédents, identifie et quantifie les principales fautes réalisées

Fillés

Fiche PROJET (à remettre au jury avant le passage)

Identité de la candidate :

Signature de la candidate :

Identité examinateur :

Signature examinateur :

Entourer (ou colorier) et numéroter les éléments par ordre de passage

Un enchaînement de 6 éléments minimum, 2 niveaux de difficulté, 4 familles différentes, au moins 1 renversement et 1 rotation arrière. Directions et orientations variées (au moins 2 longueurs dont une diagonale), durée entre 30" et 1'.

Famille-Valeur	A=0,4pt	B=0,6pt	C=0,8pt	D=1pt	Famille 6 Cheval & Mini-trampoline
Famille 1 Renversement ATR	ATR 1 jambe 	ATR passager 2 jambes 	ATR roulade 	Départ sur les genoux placement du dos à l'ATR ou valse (1/2 tour) OU 	Valeur selon l'élément Chandelle A=0,4pt
Famille 2 Acrobatie	Roue sans élan 	Sursaut Roue avec élan 	Roue pieds pieds+saut extension 	Sursaut Rondade+autre acrobatie 	Saut groupé avec genoux sur poitrine. A=0,4pt
Famille 2 Rotation avant	roulade avant 	roulade avant arrivée 1 ou 2 pieds 	roulade avant élevée 	roulade avant jambes écartées 	saut carapé écarté avec jambes à l'horizontale. B=0,6pt
Famille 3 Rotation arrière	roulade arrière arrivée jambes écartées 	roulade arrière groupée 	roulade arrière groupée + sursaut vertical 	roulade arrière jambes tendues serrées 	Saut avec pose des mains puis des pieds sur la table et saut extension. B=0,6pt
Famille 4 Souplesse ou maintien 2"	maintien 2 secondes sur 1 pied OU OU 	planche ou chandelle tenue 2 sec OU 	écrasement facial ou grand écart ou You pontélément tenu 2 sec 	descente en pont 2" 	Saut avec pose des mains puis des pieds sur la table et saut carapé écarté. B=0,6pt
Famille 5 Tours	1/2 tour ou 1 tour sur 2 pieds 	1/2 tour accroupi sur 2 pieds 	1/2 tour 1 pied sur 1/2 pointes 	1 tour 1 pied sur 1/2 pointes 	Salto avant groupé. C=0,8pt
Famille 5 Sauts	saut vertical 	saut vertical 1/2 tour ou saut groupé OU 	saut de chat genoux à l'horizontale 	Saut cosaque ou saut de chat 1/2 tour ou saut vertical 1 tour OU 	Saut par renversement (Lune) D=1pt

DIFFICULTÉS

6 points

Nombre	Valeur	Calcul
	A x 0,4 pt =	
	B x 0,6 pt =	
	C x 0,8 pt =	
	D x 1,0 pt =	

Si un élément est réalisé 2 fois, sa valeur n'est prise en compte qu'une fois.
 Tout élément non réalisé entraîne la suppression de sa valeur et le cas échéant la suppression de la famille correspondante.

TOTAL pts :
Note/6 :

Pts de difficulté/élément	2,6	2,8	3	3,2	3,4	3,8	4	4,4	4,8	5,2	5,6	5,8
Note correspondante	0,5	1	1,5	2	2,5	3	3,5	4	4,5	5	5,5	6

EXÉCUTION

8 points

Toutes les fautes cumulées sur un même élément se cumulent.
 Toutes les fautes peuvent être liées à la tenue du corps (bras, jambes, pointes de pieds, gainage), à l'amplitude, à l'axe de rotation, au temps de maintien, à la réception

Élément avec aide entraîne la décade de sa valeur (B devient A)

Petite faute	- 0,2 pts
Grosse faute	- 0,5 pts
Chute	- 1 pt
Espace non respecté	- 1 pt
Par élément manquant (si moins de 6)	- 2 pts

TOTAL pénalités :
Note/8 :

COMPOSITION

3 points

	Projet	Réalisation	Choix des éléments/Ressources du candidat
0 pt	si le projet ne respecte pas les exigences (exemple pas de renversement) la note 0 est attribuée		
1 pt	respecte les exigences	non respect du projet	n'est pas en adéquation
2 pt		projet partiellement respecté	en cohérence
3 pt		projet parfaitement respecté	pertinent

Note/3 :

RÔLE DE JUGE

3 points

1 pt	Vérifie la correspondance entre le projet et sa réalisation (nom, ordre des éléments)
2 pts	+ valide la présence des 4 familles d'éléments attendus dont le renversement et la rotation
3 pts	+ identifie et quantifie les principales fautes réalisées

Note/3 :

NOTE FINALE & COMMENTAIRES

Note/20 :

Garçons

Fiche PROJET (à remettre au jury avant le passage)

Identité du candidat :

Signature du candidat :

Identité examinateur :

Signature examinateur :

Entourer (ou colorier) et numéroter les éléments par ordre de passage

Un enchaînement de 6 éléments minimum, 2 niveaux de difficulté, 4 familles différentes, au moins 1 renversement et 1 rotation arrière. Directions et orientations variées (au moins 2 longueurs dont une diagonale), durée entre 30" et 1'.

Famille-Valeur	A=0,4pt	B=0,6pt	C=0,8pt	D=1pt	Famille Cheval & Mini-trampoline
Famille 1 Renversement ATR	ATR 1 jambe 	ATR passer 2 jambes 	ATR roulade 	Départ sur les genoux placement du dos à l'ATR ou valse (1/2 tour) ou 	Valeur selon l'élément Chandelle A=0,4pt
Famille 2 Acrobatie	Roue sans élan 	Sursaut Roue avec élan 	Sursaut Rondade+saut vertical 	Sursaut Rondade+autre acrobatie 	Saut groupé avec genoux sur poitrine. A=0,4pt
Famille 2 Rotation avant	roulade avant 	roulade avant avec envol 	roulade avant jambes écartées 	roulade avant jambes serrées tendues 	saut carpé écarté avec jambes à l'horizontale. B=0,6pt
Famille 3 Rotation arrière	roulade arrière groupée 	roulade arrière arrivée jambes écartées 	roulade arrière arrivée jambes tendues serrées 	roulade arrière passage à l'ATR 	Saut avec pose des mains puis des pieds sur la table et saut extension. B=0,6pt
Famille 4 Souplesse ou maintien 2"	planche faciale jambes écartées tenue 2 sec 	chandelle tenue 2 sec 	Equerre serrée ou écartée tenue 2 sec 	planche costale ou faciale 1 pied tenue 2 sec 	Saut avec pose des mains puis des pieds sur la table et saut carpé écarté. B=0,6pt
Famille 6 Sauts	saut ciseaux 	saut groupé 	saut carpé jambes écartées 	saut carpé jambes serrées 	Salto avant groupé. C=0,8pt
	saut vertical 	saut vertical 1/2 tour 	saut vertical 1 tour (360°) 	1 tour 1/2 (540°) ou 1/2 cercle 	Saut par renversement (Lune) D=1pt

DIFFICULTÉS

6 points

Nombre	Valeur	Calcul
	A x 0,4 pt =	
	B x 0,6 pt =	
	C x 0,8 pt =	
	D x 1,0 pt =	

Si un élément est réalisé 2 fois, sa valeur n'est prise en compte qu'une fois.
 Tout élément non réalisé entraîne la suppression de sa valeur et le cas échéant la suppression de la famille correspondante.

TOTAL pts :

Note/6 :

Pts de difficulté/élément	2,6	2,8	3	3,2	3,4	3,8	4	4,4	4,8	5,2	5,6	5,8
Note correspondante	0,5	1	1,5	2	2,5	3	3,5	4	4,5	5	5,5	6

EXÉCUTION

8 points

Toutes les fautes cumulées sur un même élément se cumulent.
 Toutes les fautes peuvent être liées à la tenue du corps (bras, jambes, pointes de pieds, gainage), à l'amplitude, à l'axe de rotation, au temps de maintien, à la réception

Élément avec aide entraîne la décote de sa valeur (B devient A)

Petite faute	- 0,2 pts
Grosse faute	- 0,5 pts
Chute	- 1 pt
Espace non respecté	- 1 pt
Par élément manquant (si moins de 6)	- 2 pts

TOTAL pénalités :

Note/8 :

COMPOSITION

3 points

	Projet	Réalisation	Choix des éléments/Ressources du candidat
0 pt	si le projet ne respecte pas les exigences (exemple pas de renversement) la note 0 est attribuée		
1 pt	respecte les exigences	non respect du projet	n'est pas en adéquation
2 pt	respecte les exigences	projet partiellement respecté	en cohérence
3 pt	respecte les exigences	projet parfaitement respecté	pertinent

Note/3 :

RÔLE DE JUGE

3 points

1 pt	Vérifie la correspondance entre le projet et sa réalisation (nom, ordre des éléments)
2 pts	+ valide la présence des 4 familles d'éléments attendus dont le renversement et la rotation
3 pts	+ identifie et quantifie les principales fautes réalisées

Note/3 :

NOTE FINALE & COMMENTAIRES

Note/20 :