#

Bulletin officiel n° 9 du 1-3-2018

**Lancer du disque CAP-BEP**

|  |  |
| --- | --- |
| Compétences attendues | Principes d’élaboration de l’épreuve |
| **Niveau 3**Pour produire la meilleure performance, se préparer à l'effort, gérer la sécurité et réaliser un lancer équilibré en utilisant l’élan et le chemin de lancement efficace grâce à la rotation accélérée du train supérieur. | Chaque candidat dispose de 6 essais au maximum avec élan (déplacement des appuis et rotation)Les deux meilleurs essais sont retenus pour la notation. Leur moyenne établit la performance support de la notation. L1 et L2 = les 2 meilleurs lancers.Chaque élève est noté pour 75 % sur la moyenne de L1 et L2.L’échauffement (compétence méthodologique : s’engager lucidement dans la pratique) et la gestion de la sécurité (compétence méthodologique : respecter les règles de vie collective et assumer les différents rôles liés à l’activité) comptent pour 25 %.Poids des engins : 1 kg pour les filles, 1,5 kg pour les garçons. Cas d’essai nul : règlement officiel. |
| **Points à****affecter** | **Éléments à évaluer** | **Compétence de niveau 3 en cours d’acquisition**de 0 à 9 pts | **Compétence de niveau 3 acquise**de 10 à 20 pts |
| **15 points** | **Moyenne de L1 et L2 (les 2 meilleurs lancers)**Exemple fille : L1 = 12.50 ; L2 = 14.50.Moyenne = 13.50Note / 20 = 11 ou note / 15 = 8.25 | **Note /20** | **Note****/15** | **Distances filles** | **Distances garçons** | **Note****/20** | **Note****/15** | **Distances filles** | **Distances garçons** | **Note****/20** | **Note****/15** | **Distances filles** | **Distances garçons** |
| **01** | **0.75** | **7.00** | **7.93** | **10** | **7.5** | **11.48** | **16.12** | **16** | **12** | **15.40** | **23.84** |
| **02** | **1.5** | **7.60** | **8.84** | **11** | **8.25** | **12.00** | **17.43** | **17** | **12.75** | **16.32** | **25.07** |
| **03** | **2.25** | **8.14** | **9.75** | **12** | **9** | **12.52** | **18.74** | **18** | **13.5** | **17.32** | **26.31** |
| **04** | **3** | **8.68** | **10.66** | **13** | **9.75** | **13.12** | **20.05** | **19** | **14.25** | **18.40** | **27.55** |
| **05** | **3.75** | **9.16** | **11.57** | **14** | **10.5** | **13.80** | **21.36** | **20** | **15** | **19.56** | **28.79** |
| **06** | **4.5** | **9.64** | **12.48** | **15** | **11.25** | **14.56** | **22.60** |  |
| **07** | **5.25** | **10.08** | **13.39** |  |
| **08** | **6** | **10.52** | **14.30** |
| **09** | **6.75** | **11.00** | **15.21** |
| **5 points** | **Échauffement** | **Entre 0 et 1*** Mise en train désordonnée (courses très rapides ou marche).
* Mobilisations articulaires incomplètes.
 | **Entre 1,5 et 3*** Mise en train progressive
* Mobilisations des articulations et des groupes musculaires prioritairement sollicitées pour l’épreuve
 | **Entre 3,5 et 5*** Mise en train progressive et continue intégrant des lancers d’échauffement.
* Mobilisations des articulations et des groupes musculaires prioritairement sollicitées pour l’épreuve**.**
 |
| **Gestion de la sécurité** | * Respecte les consignes de l’autorisation de lancer.
* Manipule le matériel avec sécurité (transport et récupération de l’engin après le lancer)
 | * Respecte l’espace d’évolution de ses camarades.
* Manipule le matériel avec sécurité (transport et récupération de l’engin après le lancer).
* Respecte les consignes de l’autorisation de lancer.
 | * Manipule le matériel avec sécurité (transport et récupération de l’engin après le lancer).
* Respecte les consignes de l’autorisation de lancer.
* Intervient auprès de ses camarades pour améliorer les conditions de

sécurité. |

Exemples : Candidat garçon :

Candidat fille :

Elle lance à : 11 m, 13,05 m, 12,00 m, 11,90 m, 15,15 m et 14,90 m

Moyenne de L1 et L2 (15,15 m et 14,90 m) = 15.03 11.25 /15 pts

Échauffement et gestion de la sécurité : 3.25 / 5 pts

Note 14,50 / 20 pts

Il lance à : 15.50 m, 19.05 m, x , 18.00 m, 17.55 m et 18.20 m

Moyenne de L1 et L2 (19.05 m et 18.20 m) = 18.63 8,25 /15 pts

Échauffement et gestion de la sécurité : 3 / 5 pts

Note 11,25 / 20 pts

# © Ministère de l'éducation nationale > [www.education.gouv.fr](http://www.education.gouv.fr/)