# 



Bulletin officiel n° 9 du 1-3-2018

**Lancer du javelot 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 phase de double appui. | | Chaque candidat dispose de 6 essais au maximum avec élan.  Les deux meilleurs essais sont retenus pour la notation. Leur moyenne établit la performance support de 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 : 600 g pour les filles, 700 g 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 = 13.50  Note / 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 | 5.00 | 9.00 | 10 | 7.5 | 11.20 | 18.00 | 16 | 12 | 16.00 | 26.50 |
| 02 | 1.5 | 6.00 | 10.00 | 11 | 8.25 | 11.80 | 19.30 | 17 | 12.75 | 17.20 | 28.00 |
| 03 | 2.25 | 7.00 | 11.00 | 12 | 9 | 12.40 | 20.60 | 18 | 13.5 | 18.40 | 29.50 |
| 04 | 3 | 7,70 | 12.00 | 13 | 9.75 | 13,20 | 22.00 | 19 | 14.25 | 19.60 | 31.00 |
| 05 | 3.75 | 8.40 | 13.00 | 14 | 10.5 | 14.00 | 23.50 | 20 | 15 | 20.80 | 32.50 |
| 06 | 4.5 | 9.00 | 14.00 | 15 | 11.25 | 15.00 | 25 |  | | | |
| 07 | 5.25 | 9.60 | 15.00 |  | | | |
| 08 | 6 | 10.10 | 16.00 |
| 09 | 6.75 | 10.60 | 17.00 |
| **5 points** | **Échauffement** | **Entre 0 et 2**   * Mise en train désordonnée (courses très rapides ou marche) . * Mobilisation articulaire incomplète. | | | | **Entre 2.5 et 3.5**   * Mise en train progressive. * Mobilisations des articulations et des groupes musculaires prioritairement sollicitées pour l’épreuve. | | | | **Entre 4 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 :

Candidate fille :

Elle lance à : 10 m, 13,05 m, 12,00 m, 11,90, 12,15 et 12,20

Moyenne de L1 et L2 (13.05m et 12.20) = 12.62 9 /15 pts

Échauffement et gestion de la sécurité : 3,25 / 5 pts

Note 12,25 / 20 pts

Il lance à : 14,50 m, 17,05 m, x , 18.00 m, 17.55 m et 18.20 m

Moyenne de L1 et L2 (18.20 m et 18.00 m) = 18.10 9 /15 pts

Échauffement et gestion de la sécurité : 3 / 5 pts

Note 12 / 20 pts

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