

ACADEMIE DE POLYNESIE FRANÇAISE BACCALAUREAT GENERAL - TECHNOLOGIQUE – PROFESSIONNEL / MARCHE EN DUREE
EPREUVE ADAPTEE ACADEMIQUE

COMPETENCES ATTENDUES NIVEAU 4		MARCHE EN DUREE / PRINCIPES D'ELABORATION DE L' EPREUVE												
<p>NIVEAU 4 Parcourir 4000 mètres en marchant régulièrement, en moins de 35'33 (Filles) et 30'58 (Garçons).</p> <p>Etablir et respecter un projet de marche.</p>		<p>Règles de l'épreuve de 4000 m de marche :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Chronomètres et montres interdits • Temps de passage communiqué à chaque tour • Arrêts interdits <p>L'élève présente avant l'épreuve un projet comprenant :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Le temps prévu à chaque tour (projet de régularité) 2. Le temps total prévu pour le 4000 mètres (projet de performance) 												
POINTS A AFFECTER	ELEMENTS A EVALUER	NIVEAU 4 NON ACQUIS						DEGRE D 'ACQUISITION DU NIVEAU 4 DE 10 à 20						
		Filles	Points	Garçons	Filles	Points	Garçons	Filles	Points	Garçons	Filles	Points	Garçons	
7.5/20	Performance	60 min	1	48 min	48 min	2,5	40 min	42 min	4	35 min	35 min	6	31 min	
		53 min	1,5	43 min	45 min	3	38 min	40 min	4,5	34 min	34 min	6,5	30 min	
		50 min	2	41 min	43 min	3,5	36 min	38 min	5	33 min	33 min	7	29 min	
									36 min	5,5	32 min	32 min	7,5	28 min
7.5/20	Régularité : Barème du nombre de tours réguliers réalisés sur une piste de 400 mètres	Nombre de tours réguliers		points		Nombre de tours réguliers		points		Nombre de tours réguliers		points		
		2		1		5		4		8		6.5		
		3		2		6		5		9		7		
		4		3		7		6		10		7.5		
5/20	Ecart au projet du temps pour réaliser le 4000 mètres.	Ecart au projet total		Points		Ecart au projet total		Points		Ecart au projet total		Points		
		➤ 45 sec		1		31 sec – 36 sec		2,5		16 sec – 21 sec		4		
		41 sec – 45 sec		1,5		26 sec – 31 sec		3		11 sec – 16 sec		4,5		
		36 sec – 41 sec		2		21 sec – 26 sec		3,5		< 11 sec		5		