

DEFINITION DU CONCEPT DE PERFORMANCE :

La performance correspond à la différence de temps entre la somme des temps des coureurs sur 30 mètres et le temps réalisé sur 60 mètres en relais (le même jour)


Seront constituées des équipes de 3 ou 4 élèves où chaque élève devra être à la fois relayeur et relayé.

La note sera donc réalisée au regard de la moyenne de ces deux prestations.

VOLUME DE LA SEANCE: 150 mètres à vitesse maximale

BAREME DE PERFORMANCE

NOTES	DIFFERENCE (relais - addition temps des coureurs)
5	-0,5"
4,5	-0,2"
4	0"
3,5	0,2"
3	0,5"
2,5	0,7"
2	1"
1,5	1,2"
1	1,5"
0,5	2"
0	2,5"

FICHE DE GROUPE			VITESSE/RELAIS		
	COUREUR 1	COUREUR 2	COUREUR 3	COUREUR 4	
TEMPS SUR 30 mètres					
RELAIS REALISES 	1:ADDITION TPS DES COUREURS	60mètres avec COUREUR A PUIS B	60mètres avec COUREUR B PUIS A	2:Moyenne des deux 60 mètres	2-1=
1 et 2					
3 et 4					
1 et 3					
4 et 2					
2 et 3 (si groupe de 3)					
NOTES SUR 5					
	COUREUR 1	COUREUR 2	COUREUR 3	COUREUR 4	
NOTE 1					
NOTE 2					
MOYENNE					