

**Efficacité dans l'ajustement des vitesses et la cohérence du projet technique / 8 pts**

<b>Relais discontinu : 0 à 4 pts</b>		<b>Relais coordonné : 4,5 à 6 pts</b>	<b>Relais fluide : 6,5 à 8 pts</b>
0 à 1	- <b>Les marques sont inadaptées ou non respectées. Les transmissions s'effectuent hors zone réglementaires ou après l'arrêt du relayeur.</b>	- <b>les marques sont adaptée et respectées. Les vitesses sont ajustées et le moment de la transmission se précise.....</b>	- <b>La transmission est fluide, sans décélération. Les marques sont adaptées et évolutives.</b>
1,5 à 2,5	- <b>Les marques sont inadaptées et les vitesses non ajustées, les coureurs se tamponnent ou ralentissent.</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Le relayeur part lorsque le relayé franchit la marque mais se retourne, attend, regarde derrière. Le bassin et les pieds ne sont pas dans l'axe de la course.</li> <li>▪ Le relayé n'utilise pas de signal sonore.</li> </ul> <b>- La transmission est imprécise et anarchique, la vitesse du témoin est saccadée.</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ pas de dissociation du bras libre pour le relayeur.</li> <li>▪ L'organisation motrice est inefficace lors de la transmission, le témoin est donné indifféremment par le haut , le bas et dans la main gauche ou droite et après plusieurs essais.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Le relayé utilise un signal sonore pour déclencher la transmission.</li> <li>▪ Les coureurs dissocient le bras donneur ou receveur lors du signal sonore.</li> <li>▪ Les coureurs conservent une position propice pour une vitesse de course optimale; les pieds et le bassin sont dans l'axe.</li> </ul> <b>- .....mais le passage de témoin reste hésitant.</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Le témoin est donné indifféremment par le haut , le bas et dans la main gauche ou droite et après plusieurs essais.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ La transmission s'effectue du 1er coup, sans hésitation.</li> <li>▪ Le témoin est donné par le bas entre le pouce et l'index de relayeur</li> <li>▪ la vitesse du témoin est linéaire</li> <li>▪ Les marques peuvent être modifiées selon les conditions – état de forme- sans conséquence sur l'efficacité des transmissions.</li> <li>▪ L'ordre des coureurs peut être modifié sans conséquence sur la performance</li> </ul>
3 à 4	- <b>Les marques sont adaptées et les vitesses s'ajustent.....</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Le relayeur regarde devant, ses pieds et son bassin sont dans l'axe de la course pour une vitesse de course optimale.</li> <li>▪ La dissociation du bras receveur est permanente.</li> </ul> <b>- ....mais la transmission reste imprécise et hésitante.</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Le placement relayé – relayeur est inefficace, les coureurs sont au milieu du couloir, se gênent.</li> <li>▪ L'organisation est inefficace lors de la transmission, le témoin est donné indifféremment par le haut , le bas et dans la main gauche ou droite et après plusieurs essais</li> </ul>	- <b>la position des coureurs dans le relais est le fruit d'une réflexion collective sur les qualités de chacun.</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ les coureurs peuvent courir entre 40 et 60m selon les transmissions.</li> <li>▪ les qualités de départ sont utilisées a bon escient.</li> </ul>	

**Effacité dans les rôles de starter, juge, chronométrateur et observateur /4 points**

Starter : 4 pts

0 à 1,5	2 à 3	3,5 à 4
Donne les départs sans faire respecter l'intégralité des commandements.	Donne les départs en respectant les commandements officiels avec un rythme irrégulier	Donne les départs avec la même régularité dans les commandements

Chronométrateur : 4 pts

Le temps de l'enseignant fait référence

0 à 1,5	2 à 3	3,5 à 4
Chronomètre avec une différence supérieur à 3 dixième avec le chrono de référence	Chronomètre avec une différence supérieur de 2 à 3 dixième avec le chrono de référence	Chronomètre avec une différence inférieure à 2 dixième avec le chrono de référence

Observateur : 4 pts

0 à 1,5	2 à 3	3,5 à 4
L'élève observe en dilettante et ne donne aucun retour à ses partenaires. L'élève observe en dilettante et donne toujours le même conseil.	Observe le ou les critères donnés mais ne les associe pas à un conseil pertinent.	Est capable d'associer un gain ou une perte d'efficacité à un problème à résoudre et propose des solutions.

**Starter: .....+ Chronométrateur :.....+ observateur: .....= ...../ 3 = ...../4**