

<p>ACTIVITE ATHLETIQUE</p> <p>JAVELOT</p>	<p><u>NIVEAU</u> : 5°-4°</p>
---	-------------------------------------

NIVEAU : 5°-4°

DEFINITION DU CONCEPT DE PERFORMANCE :

La performance est directement donnée par la prestation individuelle de l'athlète . La prestation s'effectue dans les limites définies par le règlement. La mesure temporelle, spatiale donne un indice d'efficacité fidèle aux capacités de l'individu à un moment T.

La performance en SAUTS : le plus loin.
le plus haut possible.

La performance en LANCERS : le plus loin possible.

La performance dans les COURSES :

- le chronomètre le plus petit possible.
- la distance parcourue la plus importante possible en un temps donné.

BAREME DE PERFORMANCE	
-----------------------	--

FILLES (400g BF et 500g MF)		GARCONS (500g BG et 600g MG)
+ 16,08	5	+ 21,59
12,89	4,5	17,31
10,89	4	14,94
8,89	3,5	12,89
7,89	3	10,89
6,89	2,5	9,89
5,89	2	8,89
4,89	1,5	7,89
3,89	1	6,89
2,89	0,5	4,89
essais	0	essais