

DIPLÔME NATIONAL DU BREVET : COURSE DE HAIES

Compétences attendues de niveau 2	Principes d'élaboration de l'épreuve
<p>A partir d'un départ commandé réaliser la meilleure performance possible sur une distance de 40 à 60 mètres, avec 4 à 5 haies de 70 à 84 centimètres de haut, en élevant le moins possible son centre de gravité et en réalisant 4 appuis dans l'intervalle le plus adapté à ses possibilités. Assurer le recueil de données fiables. Construire et apprécier l'efficacité de ses actions à partir de repères sur soi et d'observations extérieures.</p>	<p>Les élèves sont répartis par groupe de 3 ou 4 athlètes. Ils passent dans tous les rôles : coureur, chronométreur et observateur. Chacun devra réaliser une course de haies de 40 à 60 m, avec 4 à 5 haies de 70 à 84 cm. Des temps de concertation sont prévus.</p> <p>L'enseignant définit l'espace athlétique d'évolution, les conditions d'un fonctionnement en sécurité et la durée de la séquence d'évaluation.</p> <p>Les barèmes proposés correspondent à une distance de 50 mètres (cinq haies) et sont à adapter par l'équipe EPS si le choix de la distance se porte sur un 40 ou un 60 mètres haies.</p> <p>Les règles essentielles d'une course de haies sont utilisées avec des aménagements pouvant être mis en place pour faciliter l'évaluation de la compétence : départ debout ou accroupi, course en opposition ou non, haies avec latte fixe ou libre, organisation des temps d'échange entre l'observateur et le coureur...</p> <p>On veillera à permettre une prise de vitesse maximale de l'élève avant la première haie.</p> <p>Toutes les prises de performance sont réalisées le même jour.</p>

Points	Eléments à évaluer Indicateurs de compétence	0	Degrés d'acquisition du niveau 2 de compétence	20					
8	Performance :	0	addition du meilleur temps sur le plat et du meilleur temps sur les haies : voir le tableau suivant	8					
Filles	> 27"	25"5	23"7	22"	20"5	19"4	18"5	17"9	≤ 17"5
Garçons	> 24"5	23"	21"6	20"2	19"	17"9	17"	16"4	≤ 16"
Points	0	→ 1	→ 2	→ 3	→ 4	→ 5	→ 6	→ 7	→ 8

8	Efficacité de l'élévation du centre de gravité, du nombre d'appuis dans les intervalles et dans l'appréciation de son ressenti associé l'utilisation des observations extérieures	<p style="text-align: center;">Coureur sauteur</p> <p>Non-respect de la règle des 2/3 - 1/3 lors du franchissement de la haie et de la reprise d'appui.</p> <p>5 ou 6 appuis sont réalisés dans les intervalles, ou le nombre d'appuis est irrégulier sur un même parcours.</p> <p>Les observations ne sont pas mises en pratique.</p> <p style="text-align: center;">0 - 4</p>	<p style="text-align: center;">Coureur de haies coordonné</p> <p>2/3 du franchissement se font avant la haie et 1/3 après la haie, sans accélération à la reprise d'appui.</p> <p>4 appuis sont réalisés dans tous les intervalles, sur un parcours adapté aux possibilités.</p> <p>Les actions de régulation en fonction des observations reçues amènent plus d'efficacité.</p> <p style="text-align: center;">4,5 - 6</p>	<p style="text-align: center;">Coureur de haies accélérateur</p> <p>2/3 du franchissement se font avant la haie et 1/3 après la haie, avec reprise d'appui dynamique.</p> <p>Le coureur est capable d'adaptations visibles et pertinentes à chaque course.</p> <p style="text-align: center;">6,5 - 8</p>
4	Efficacité du starter, du chronométreur et de l'observateur	<p style="text-align: center;">Du juge dilettante</p> <p>Donne les départs sans faire respecter l'intégralité du règlement.</p> <p>Chronomètre avec une différence de plus de 3 dixièmes par rapport au chronométreur de référence.</p> <p>Les observations sont globales.</p> <p style="text-align: center;">0 - 1,5</p>	<p style="text-align: center;">Au juge fiable</p> <p>Donne un départ en respectant les commandements officiels</p> <p>Chronomètre avec une différence de 2 à 3 dixièmes par rapport au chronométreur de référence.</p> <p>Les observations sont réalisées correctement.</p> <p style="text-align: center;">2 - 3</p>	<p style="text-align: center;">Au juge multifonctions</p> <p>Donne des départs avec toujours la même régularité dans les commandements.</p> <p>Chronomètre avec moins de 2 dixièmes de différence.</p> <p>Toutes les observations sont justes et accompagnées de conseils pertinents pour le coureur.</p> <p style="text-align: center;">3,5 - 4</p>

Exemples d'items du socle commun liés à cette activité	Exemples d'indicateurs permettant de renseigner ces items
Compétence 1 : Adapter sa prise de parole à la situation de communication	L'élève transmet de manière concise et argumentée les informations recueillies et les éventuels conseils
Compétence 3 : Rechercher, extraire et organiser l'information utile	L'élève prouve sa capacité à recueillir des données en renseignant une fiche d'observation. En tant que coureur, il traite les informations collectées pour choisir celle qui semble pertinente et modifier ainsi ses actions.
Compétence 7 : Mobiliser à bon escient ses capacités motrices dans le cadre d'une préparation physique adaptée à son potentiel Assumer des rôles, prendre des initiatives et des décisions	L'élève sait se préparer à l'effort de vitesse et maintenir cet état durant la séquence d'évaluation. L'élève assure avec sérieux et réussite les rôles de starter, chronométreur et observateur.