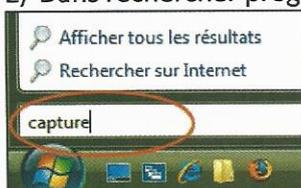


ANNEXE 3 : Mode d'emploi des cartes de compétition

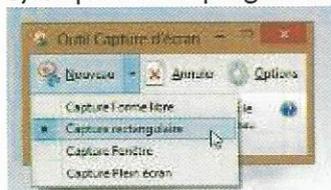
- ❖ Seules les cartes de compétition jointes dans ce règlement sont utilisées en compétition
- ❖ Pour remplir la carte de compétition (format Word), importer les dessins de l'annexe 1 sur la carte de compétition selon les explications suivantes :

1/ Aller dans windows

2/ Dans rechercher programmes et fichiers inscrire : outil capture



3/ cliquer sur le programme, puis cliquer sur nouveau et capture rectangulaire



4/ Sélectionner la figurine souhaitée sur une grille de l'annexe 1

5/ L'image s'affiche dans l'outil de capture



6/ Dans la barre d'outil en haut cliquer sur copier

7/ Aller sur votre carte de compétition, placer le curseur dans la case voulue et cliquer sur coller.

Lien pour explications de capture et d'exportation d'image si nécessaire :

http://www.dailymotion.com/video/xw9oid_utiliser-l-outil-capture-d-ecran-de-windows-8_tech

❖ Chaque exercice doit être représenté sur une seule feuille.

❖ Les éléments collectifs et individuels sont reportés dans les cases dans l'ordre de présentation

Pour **l'Établissement** : Les éléments de maintien et éléments de sol identiques sont reportés dans une même case (3 cases maximum)

Pour **l'Excellence** : Les éléments individuels réalisés simultanément ou en succession immédiate par tous les partenaires doivent être dessinés dans la même case.

❖ La durée des maintiens (3", 2") doit être précisée sur les illustrations.

❖ Toutes les rotations transversales et longitudinales doivent être précisées sur les illustrations de la façon suivante :

- Rotations transversales 4/4 ; 6/4...
- Rotations longitudinales 180° ; 360°...
- Positions des rotations G (groupé), C (carpé), T (tendu), TC (tendu carpé)
- Sens des rotations B (back), F (front)

La valeur de l'élément et le type d'exigence doivent être renseignés dans les lignes du tableau prévues (voir modèles de cartes remplies)

❖ Pour **l'Excellence**, indiquez la nature de la formation (Duo – Trio – Quatuor)

❖ Pour **l'Excellence**, il est fortement conseillé d'utiliser les **ALTERNATIVES** (le « ou ») : en cas d'hésitation entre plusieurs éléments collectifs ou individuels des exercices. L'enseignant peut les inscrire sur la carte de compétition dans les cases voisines en mentionnant clairement l'alternative par le mot « ou » entre les éléments représentés. Seule la valeur de l'élément réalisé est prise en compte.

Un maximum de 1 alternative est autorisé par carte de compétition.