# ANNEXE 5 : FICHE D’EVALUATION INDIVIDUELLE RDE – DETECTION GROUPE LIGUE « PERFORMANCE »

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Nom Prénom : |  | Club : |  | |
| Année de naissance : | | Ligue : |  | |
| Catégorie : |  |  |  | |
| Dates et lieu du RDE : | |  |  | |
| Encadrants : |  |  |  |
|  | *\* A = Acquis / ECA = En cours d’acquisition / NA = Non acquis / NE = Non évaluable* | | | |
|  | **Critères d’évaluation (séances RDE et hors RDE avec retours de l'entraineur du jeune) L'évaluation peut également prendre en compte le livret de suivi personnel (https://www.ffcorientation.fr/jeunes/ecoles-de-co/)** | **Evaluation\*** | **Appréciations des encadrants (points forts / points à travailler)** | |
| **Capacités techniques** | Méthode POP de manière systématique et constante hors lignes directrices |  |  | |
| Orientation basée sur la différence de végétation (notion de pénétrabilité) |  |
| Utilisation systématique de la boussole en sortie de poste, pendant l’itinéraire et à l’approche du poste (notion de point d’attaque et points de décision) |  |
| Visée précise en terrain ouvert et avec ligne d’arrêt évidente |  |
| Visée précise pour raccourcir l’itinéraire ou courir vite en zone non encombrée |  |
| Visée précise en terrain encombré |  |
| Utilisation des lignes de relief pour se diriger |  |
| Lecture/compréhension du micro-relief |  |
| Utilisation du micro-relief dans la réalisation de l’itinéraire |  |
| Mobilisation de toutes les techniques d’orientation pour réaliser l’itinéraire |  |
| Utilisation et association adaptée de différentes techniques pour réaliser l’itinéraire |  |
| Identification des choix d’itinéraire proposés |  |
| Choix d’itinéraire prenant en compte la lecture du relief |  |
| Planification/simplification de l’itinéraire - Transformer l'itinéraire en ligne |  |
| Attaque d’un poste dans une zone peu détaillée |  |
| Sélection des informations pertinentes dans le secteur de poste |  |
| Adaptation de sa vitesse de course en fonction du terrain et de ses capacités |  |
| **Capacités d’analyse technique** | Capacité de retracer son parcours et d’identifier ses erreurs |  |  | |
| Capacité d’analyser de manière non-descriptive son parcours |  |
| Capacité d’analyser sa séance et en déduire des objectifs à atteindre |  |
| **Capacités tactique et implication mentale** | Capacité à avoir un engagement élevé et un esprit de compétition |  |  | |
| Premier poste : gestion et concentration |  |
| Capacité à gérer sa mise en condition physique et mentale (échauffement, gestion de l’attente, routine de concentration) |  |
| Gestion des erreurs / endurance de concentration (relocalisation) |  |
| Gestion des autres (pression de l’adversaire) |  |
| Gestion du couple prise de risque/sécurité |  |
| **Aspects motivationnels (à évaluer sur l’intégralité du WE RDE)** | | | | |
| **Critères d’évaluation** | | **Evaluation** |  | |  |
| Apprécie se trouver face à un exercice un peu difficile | |  |  | |
| Cherche à comparer ses performances avec celles des autres | |  |
| Est à l’écoute des encadrants et des autres sportifs afin de pourvoir analyser sa pratique et s’améliorer | |  |
| Aime prendre des risques, quitte à faire des erreurs | |  |
| Donne toujours le meilleur de lui-même | |  |