**Référentiel d’évaluation**

**BACCALAUREAT GENERAL ET TECHNOLOGIQUE EPS**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Etablissement** | **LYCEE P.NARDAL** | | |  |
| **Commune** | DUCOS | | |
| **Champ d’Apprentissage n°1** | | **Activité Physique Sportive Artistique** | | |
| « Réaliser une performance motrice maximale mesurable à une échéance donnée | | **Epreuves combinées** | | |
| **Principes d’évaluation** | * L’AFL 1 s’évalue le jour de l’épreuve en croisant la performance réalisée et l’efficacité technique sur la production d’au moins 2 réalisations maximales mesurées et/ou chronomètrées, * L’AFL2 et 3 s’évaluent au fil de la séquence d’enseignement et éventuellement le jour de l’épreuve, en référence aux repères nationaux. L’évaluation est finalisée le jour de l’épreuve * Pour l’AFL 2 l’évaluation peut s’appuyer sur le carnet d’entrainement * Pour l’AFL 3, l’élève est évalué dans 2 rôles | | | |
| **Barème et notation** | **AFL1** | **AFL2** | **AFL3** | |
| **12 pts** | **8 pts** | | |
| EPREUVE COMBINEE : Le candidat réalise un concours et une course   * Concours : Triple saut * Course : choix possible entre   + SPRINT : Réalisation de deux 50 m   + ½ fond : réalisation d’un 800m | Evalués au fil de la séquence et éventuellement le jour de l’épreuve  Les AFL 2 et 3 sont notées sur 8 points ; la répartition des points est est au choix des élèves avec un minimum de 2 points pour chacun des AFL. La répartition choisie doit être annoncée avant le début de l’épreuve, et ne peut être modifiée après le début de l’épreuve | | |
| **Choix possibles pour les élèves** | **AFL1** | **AFL2** | **AFL3** | |
| Répartition des 8 points au choix des élèves : 2, 4 ou 6 points par AFL | | |
| Choix dans la répartition des points des 2 épreuves composant lecombinée :   * 8 Pts pour l’épreuve de course / 4 PTS pour l’épreuve du concours * 6 Pts pour chacune des épreuves * 4 Pts pour l’épreuve de course / 8 PTS pour l’épreuve du concours | Cas 1 : AFL2= 4 Pts/AFL3 = 4 Pts  Cas 2 : AFL2= 6 Pts/AFL3 = 2 Pts  Cas 3 : AFL2= 2 Pts/AFL3 = 6 Pts | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Principe d’élaboration de l’épreuve du contrôle en cours de formation** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | **Epreuves combinées** | | | | | | |
| **AFL1 se détermine entre le croisement de l’élément 1 (perf) et de l’élèment 2 (Indice Technique) dans chacune des 2 épreuves**   * **CONCOURS :** Le candidat dispose de 4 essais maximum pour réaliser les meilleures performances possibles.   La longueur de la course d’élan et le choix de la planche (annoncée en début de concours) est laissée au choix de l’élève.   * **Élément 1** : Correspond à la meilleure **PERFORMANCE** réalisée dans son concours : cf barème proposé * **Élément 2** : L’indice technique (IT) correspond **A L’ECART ENTRE LES DEUX MEILLEURES PERFORMANCES REALISEES** * **COURSES**: L’élève choisit un type de course à réaliser : * Sprint : Réalisation d une course de 50 m avec la possibilité de réaliser un 2nd 50 M s’il le désire * ½ fond : réalisation d’un 800 m temps indicatif donnés tous les 200 m * **Élément 1** : Correspond à   + Sprint : la meilleure PERFORMANCE des deux 50 m réalisés : cf barème proposé   + ½ fond : la performance réalisée * **Élément 2** : L’indice technique correspond à la **capacité de l’élève à créer, conserver/transmettre de la vitesse en coordonnant les actions motrices : observables** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Repères d’évaluation** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **AFL1** | | « S’engager pour produire une performance maximale à l’aide de techniques efficaces, en gérant les efforts musculaires et respiratoires nécessaires et en faisant le meilleur compromis entre l’accroissement de vitesse d’exécution et de précision. » | | | | | | | | | | | | | | | | | | | **AFL1** décliné dans l’activité | | | | | EPREUVES COMBINEES : s’engager pour développer les qualités permettant la réalisation des meilleures performances dans son épreuve combinéee | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Eléments à évaluer** | | | **Degré 1** | | | | | | | | | | **Degré 2** | | | | | | | | | | | **Degré 3** | | | | | | | | | | | **Degré 4** | | | | | | |
| ELEMENT **1** | **TRIPLE SAUT** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Meilleure performance | | 5,95 | 6,10 | 6,25 | | 6,40 | 6,55 | | 6,70 | 6,85 | | | 7,00 | 7,15 | | 7,30 | 7,45 | | 7,6 | | 7,75 | | | 7,90 | | 8,05 | | 8,20 | 8,35 | | 8,50 | 8,65 | | | | 8,80 | 8,95 | 9,10 | 9,25 | 9,40 |
| 7,75 | 7,90 | 8,05 | | 8,20 | 8,35 | | 8,50 | 8,65 | | | 8,8 | 8,95 | | 9,1 | 9,25 | | 9,4 | | 9,55 | | | 9,70 | | 9,85 | | 10,0 | 10,15 | | 11,30 | 10,45 | | | | 10,60 | 10,75 | 10,9 | 11,05 | 11,2 |
| **VITESSE 50 M** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Meilleure performance | | 9’’6 | 9’’5 | 9’’4 | | 9’’3 | 9’’2 | | 9’’1 | 9’’0 | | | 8’’9 | 8’’8 | | 8’’7 | 8’’6 | | 8’’5 | | 8’’4 | | | 8’’3 | | 8’’2 | | 8’’1 | 8’’0 | | 7’’9 | 7’’8 | | | | 7’’7 | 7’’6 | 7’’5 | 7’’4 | 7’’3 |
| 8’’5 | 8’’4 | 8’’3 | | 8’’2 | 8’’1 | | 8’’0 | 7’’9 | | | 7’’8 | 7’’7 | | 7’’6 | 7’’5 | | 7’’4 | | 7’’3 | | | 7’’2 | | 7’’1 | | 7’’0 | 6’’9 | | 6’’8 | 6’’7 | | | | 6’’6 | 6’’5 | 6’’4 | 6’’3 | 6’’2 |
| **½ FOND 800 M** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Meilleure performance | | 4:28 | 4:25 | 4:22 | | 4:19 | 4:16 | | 4:13 | 4:10 | | | 4:07 | 4:04 | | 4:01 | 3:58 | | 3:55 | | 3:53 | | | 3:51 | | 3:49 | | 3:47 | 3:45 | | 3:42 | 3:40 | | | | 3:38 | 3:36 | 3:34 | 3:32 | 3:30 |
| 3:38 | 3:35 | 3:32 | | 3:29 | 3:26 | | 3:23 | 3:20 | | | 3:17 | 3:14 | | 3:11 | 3:08 | | 3:05 | | 3:03 | | | 3:01 | | 2:59 | | 2:57 | 2:54 | | 2:52 | 2:50 | | | | 2:48 | 2:46 | 2:44 | 2:42 | 2:40 |
| **Note / 12** | | | **0,5** | **1** | **1,5** | | **2** | **2,5** | | **3** | **3,5** | | | **4** | **4,5** | | **5** | **5,5** | | **6** | | **6,5** | | | **7** | | **7,5** | | **8** | **8,5** | | **9** | **9,5** | | | | **10** | **10,5** | **11** | **11,5** | **12** |
| **ELEMENT 2 : INDICE TECHNIQUE** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| TRIPLE SAUT : Ecart entre les 2 perfs + | | | **56** | **54** | **52** | | **50** | **48** | | **46** | **44** | | | **42** | **40** | | **38** | **36** | | **34** | | **32** | | | **30** | | **28** | | **26** | **24** | | **22** | **20** | | | | **18** | **16** | **14** | **12** | **10** |
| VITESSE & ½ FOND  CF ANNEXE | | | **1 PT Ind** | | | **2 PT Ind** | | | **3 PT Ind** | | | **4 PT Ind** | | | | **5 PT Ind** | | | **6 PT Ind** | | | | **7 PT Ind** | | | | | **8 PT Ind** | | | **9 PT Ind** | | | **10 PT Ind** | | | | **11 PT Ind** | | **12 PT Ind** | |
| **L’élève crée peu de vitesse et la conserve mal/transmet peu ou pas** Les actions propulsives sont juxtaposées, non coordonnées et ralentissent | | | | | | | | | | **L’élève crée de la vitesse mais la conserve/transmet peu** Les actions propulsives sont étriquées et incomplètes | | | | | | | | | | | **L’élève crée sa vitesse utile et la conserve/transmet** Les actions propulsives sont coordonnées et continues | | | | | | | | | | | **L’élève crée, conserve/transmet sa vitesse maximale utile** Les actions propulsives sont coordonnées, complètes et orientées | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Repères d’évaluation de l’AFL2** | | | | | | | **Epreuves combinées** | |
| * Prise de performance au moins sur les 2 dernières séances du cycle afin de valider une stabilité dans les performances réalisées * Evaluation de la charge de travail réalisé au cours des séances permettant une analyse et une régulation (nombre de réalisation des situations / à la demande) * Capacité à l’analyse (Capacité à observer et analyser certains observables afin de faire les réajustements) nécessaire à la progression * Capacité à réaliser un échauffement adapté à l’activité et/ou à la séance | | | | | | | | |
| **AFL2** | **S’entrainer, individuellement et collectivement pour réaliser une performance** | | | **AFL2** décliné dans l’activité |  | | | |
| **Eléments à évaluer** | | **Degré 1** | **Degré 2** | | | **Degré 3** | | **Degré 4** |
| - STABILITE DES PERFORMANCES  - ENGAGEMENT DANS LA SEANCE  - ANALYSE DES OBSERVABLES  - PREPARATION | | **Entrainement Inadapté** :  - Performances stables sur 1/4 des tentatives  - choix, analyses et régulations inexistants (pas d’adaptation)  - préparation et récupération aléatoires ; • élève isolé. | **Entraînement partiellement adapté** :  - performances stables sur 1/3 des tentatives  - choix, analyses et régulations à l’aide de repères externes simples  - préparation et récupération stéréotypées ; • élève suiveur. | | | **Entraînement adapté** :- performances stables sur 2/3 des tentatives ; - choix, analyses et régulations en adéquation avec ses ressources ; - préparation et récupération adaptées à l’effort ; • élève acteur. | | **Entraînement optimisé :** - performances stables sur 3/4 des tentatives. - choix, analyses et régulations ciblées pour soi et pour les autres - préparation et récupération adaptées à l’effort et à soi ; • élève moteur/leader |
| **Répartition des points en fonction du choix de l’élève** | | | | | | | | |
| **AFL noté sur 2pts** | | 1 pt | 2 pts | | | 3 pts | | 4 pts |
| **AFL noté sur 4pts** | | 0,5 pts | 1 pt | | | 1,5 pts | | 2 pts |
| **AFL noté sur 6pts** | | 1,5 pts | 3 pts | | | 4,5 pts | | 6 pts |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Repères d’évaluation de l’AFL3** | | | | | | | | **Epreuves combinées** |
| découverte et engagement sur l’intégralité du cycle des rôles : coach-observateur, juges | | | | | | | | |
| **AFL3** | Choisir et assumer les rôles qui permettent un fonctionnement collectif solidaire | | | **AFL3** décliné dans l’activité |  | | | |
| **Eléments à évaluer** | | **Degré 1** | **Degré 2** | | | **Degré 3** | **Degré 4** | |
| Organisation collective  - observables | | - Organisation collective  - au sein de l’equipe (observables …..) | **Rôles subis**  Connaît partiellement le règlement et l’applique mal ; • les informations sont prélevées et transmises de façon aléatoire. | | | **Rôles aléatoires** :• connaît le règlement et l’applique mais ne le fait pas respecter ; • les informations sont prélevées mais partiellement transmises. | **Rôles préférentiels :** • connaît le règlement, l’applique et le fait respecter dans son rôle ; • les informations sont prélevées et transmises. | |
| **Répartition des points en fonction du choix de l’élève** | | | | | | | | |
| **AFL noté sur 2pts** | | **AFL noté sur 2pts** | 1 pt | | | 2 pts | 3 pts | |
| **AFL noté sur 4pts** | | **AFL noté sur 4pts** | 0,5 pts | | | 1 pt | 1,5 pts | |
| **AFL noté sur 6 pts** | | **AFL noté sur 6 pts** | 1,5 pts | | | 3 pts | 4,5 pts | |

|  |
| --- |
| **Annexes** |
| **TRIPLE SAUT**  INDICE TECHNIQUE : Ecart entre les 2 meilleures performances du concours en cm   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | **0,5** | **1** | **1,5** | **2** | **2,5** | **3** | **3,5** | **4** | **4,5** | **5** | **5,5** | **6** | **6,5** | **7** | **7,5** | **8** | **8,5** | **9** | **9,5** | **10** | **10,5** | **11** | **11,5** | **12** | | **56** | **54** | **52** | **50** | **48** | **46** | **44** | **42** | **40** | **38** | **36** | **34** | **32** | **30** | **28** | **26** | **24** | **22** | **20** | **18** | **16** | **14** | **12** | **10** |   **VITESSE**  INDICE TECHNIQUE : On additionne les points indices (IT) obtenus par le candidat (placement dans un degré sur chacun des observables)  Indice Technique 1 + Indice Technique 2 + Indice Technique 3  L’élève pourra donc marquer entre 3 et 12 pts   * IT1 : DEPART : Mise en action  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | **1 PT Indice** | **2 PTS Indice** | **3 PTS Indice** | **4 PTS Indice** | | Temps de réaction long  Inattentif  N’est pas concentré sur le signal | Attentif mais pas prêt à partir  Pas de position correcte | Attentif et prêt à partir  Bonne position de départ | Réagit vite au signal sonore  position de départefficace Action synchronebras-jambes |  * IT2 : ATTITUDE DE COURSE  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | **1 PT Indice** | **2 PTS Indice** | **3 PTS Indice** | **4 PTS Indice** | | Sort de son couloir  Tête basculée vers le haut  Court cassé vers l’avant  Foulées étriquées | Court en zigzaguant dans le couloir  Tête basculée qui bouge dans tous les sens  Court penché en arrière  Bras pas dans l’axe (tendus) | Court en ligne droite  Regard fixé vers le sol  *Court avec les épaules en arrière* | Court en ligne droite et au centre du couloir  Regard fixé droit devant  Bon Alignement pied au sol/bassin/épaule |  * IT3 : ARRIVEE :Maintient de la vitesse créée  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | **1 PT Indice** | **2 PTS Indice** | **3 PTS Indice** | **4 PTS Indice** | | Ralentit et **s'arrête** avant l'arrivée | Décélère avant l'arrivée | **Maintien** la même vitesse | **Relance/accélère** sur sa fin de course |   ½ FOND  INDICE TECHNIQUE   * IT1 : ATTITUDE DE COURSE  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | 1 PT Indice | 2 PTS Indice | 3 PTS Indice | 4 PTS Indice | | Haut du corps crispé  N’utilise pas les bras  Foulée étriquées | Pas de synchronisation des bras mouvements parasites ( bras pas dans l’axe de la course)  Foulée irrégulières | Bonne amplitude de foulée  Utilisation modérée ou irrègulière des bras | Mon buste est droit et relâché.  Mes bras sont en opposition à mes jambes et leur mouvement de balancer est ample (recherche d’équilibration avec les bras un gain d’appui).Foulée efficace |  * IT2 : gestion de course ALLURE  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | 1 PT Indice | 2 PTS Indice | 3 PTS Indice | 4 PTS Indice | | Part vite et s’arrête | Part vite et ralenti très nettement | Allure irrégulière en accordéon  Alterne des accélérations et des ralentissement | Engagement régulier  Maitrise de son allure  Capacité à relancer en fin de course |  * IT: RESPIRATION  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | 1 PT Indice | 2 PTS Indice | 3 PTS Indice | 4 PTS Indice | | Respiration bloquée ( apnée) | Respiration intermittente | Respiration régulière | Respiration fractionnée et efficace |   La note AF1 (12 PTS) est calculée pour chacune des épreuves et est rapportée à la note sur 8/6/4 en fonction du choix de priorité de l’élève  Ces 2 notes s’additionnent pour donner la note sur 12 AF1 de l’épreuve combinée   |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | |  | NOTE SUR 8 | NOTE SUR 6 | NOTE SUR 4 | | **12** | 8,0 | 6,0 | 4,0 | | **11,5** | 7,7 | 5,8 | 3,8 | | **11** | 7,3 | 5,5 | 3,7 | | **10,5** | 7,0 | 5,3 | 3,5 | | **10** | 6,7 | 5,0 | 3,3 | | **9,5** | 6,3 | 4,8 | 3,2 | | **9** | 6,0 | 4,5 | 3,0 | | **8,5** | 5,7 | 4,3 | 2,8 | | **8** | 5,3 | 4,0 | 2,7 | | **7,5** | 5,0 | 3,8 | 2,5 | | **7** | 4,7 | 3,5 | 2,3 | | **6,5** | 4,3 | 3,3 | 2,2 | | **6** | 4 | 3,0 | 2,0 |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | |  | NOTE SUR 8 | NOTE SUR 6 | NOTE SUR 4 | | **5,5** | 3,7 | 2,8 | 1,8 | | **5** | 3,3 | 2,5 | 1,7 | | **4,5** | 3,0 | 2,3 | 1,5 | | **4** | 2,7 | 2,0 | 1,3 | | **3,5** | 2,3 | 1,8 | 1,2 | | **3** | 2,0 | 1,5 | 1,0 | | **2,5** | 1,7 | 1,3 | 0,8 | | **2** | 1,3 | 1,0 | 0,7 | | **1,5** | 1,0 | 0,8 | 0,5 | | **1,0** | 0,7 | 0,5 | 0,3 | | **0,5** | 0,3 | 0,3 | 0,2 | |