**Référentiel d’évaluation**

**BACCALAUREAT GENERAL ET TECHNOLOGIQUE EPS**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Etablissement** | **LYCEE PAULETTE NARDAL** |  |
| **Commune** | DUCOS |
| **Champ d’Apprentissage n°5** | **Pratique Physique Sportive Artistique** |
| REALISER UNE ACTIVITE PHYSIQUE POUR DEVELOPPER SES RESSOURCES ET S’ENTRETENIR | FITNESS |
| **Principes d’évaluation** | * L’AFL 1 s’évalue le jour de l’épreuve en observant la séanced’entraînementproposé par le candidat, régulée en fonction de ses ressentis, par une épreuve d’évaluation respectant le référentiel national du champ d’apprentissage.
* 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 s’appuie sur le carnet de suivi
* Pour l’AFL 3, l’élève est évalué dans 2 rôles
 |
| **Barème et notation** | **AFL1** | **AFL2** | **AFL3** |
| **12 pts** | **8 pts** |
| Evalué le jour de l’épreuve | Evalués au fil de la séquence et éventuellement le jour de l’épreuve |
| * L’AFL 1 est noté sur 12 points
* 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 du projet d’entraînement
* *Choix des paramètres d’entraînement*
 | 3 trois choix sont possibles : 4-4 / 6-2 / 2-6.  | Choix des rôles  |

|  |  |
| --- | --- |
| **Principe d’élaboration de l’épreuve du contrôle en cours de formation** | FITNESS |
| * Le candidat engage la mise en œuvre d’un thème d’entraînement motivé par le choix d’un projet personnel. Pour cela 3 mobiles sont proposés :

 \***Mobile sportif** : rechercher d’une amélioration des capacités physiques/préparation physique \***Mobile coordination** : recherche de complexité \***Mobile remise en forme :** recherche de tonicité musculaire / maintien de la santé et du bien-être* Le candidat propose son carnet de suivi avec sa séquence prévue qui peut être régulée en cours de réalisation par l’élève selon ses ressentis d’effort attendus et/ou de fatigue.  Il utilise les différentes activités du Fitness: Step, LIA, renforcement musculaire
* Seront renseignés dans ce carnet, les paramètres liés à la charge de travail (répétitions, durée, complexité, récupération), les parties du corps travaillées.
* Le candidat sera évalué en tant que pratiquant (AFL 1), juge et coach (AFL 2 et 3)
* Déroulement de l’épreuve : un groupe d’élèves de même forme de travail sera évalué sur la même séquence ; 30 mn maximum de séance travail avec un retour au calme et une analyse de la séance. Le jour de l’épreuve, le candidat présentera sa séance complète.
 |
| **Repères d’évaluation** |
| **AFL1** | S’ENGAGER POUR OBTENIR LES EFFETS RECHERCHES SELON SON PROJET PERSONNEL, EN FAISANT DES CHOIX DE PARAMETRES D’ENTRAÎNEMENT COHERENTS AVEC LE THEME RETENU | **AFL1** décliné dans l’activité | Proposer un enchaînementAdaptation du projet d’entraînement |
| **Eléments à évaluer** | **Degré 1** | **Degré 2** | **Degré 3** | **Degré 4** |
| **PRODUCTION*****8 PTS*** | Gestuelle non maîtrisée, peu de variété dans les blocsRespect inexistant du BPMChoix et réalisation inadaptés des exercices en renforcement**DE 0,5 A 2 PTS** | Gestuelle partiellement maîtrisée, blocs simples.Quelques erreurs de respect du BPMChoix et réalisation des exercices en renforcement simples**DE 2,5 A 4 PTS** | Gestuelle maîtrisée, blocs variés.Respect du BPMChoix et réalisation des exercices en renforcement avec charges.**DE 4,5 A 6 PTS** | Gestuelle maîtrisée et complexes, blocs complexesRespect du BPM voire jeu sur le rythmeChoix et réalisation des exercices avec charges et intensité.**DE 6,5 A 8 PTS** |
| **ANALYSE****4 PTS** | Ressentis non spécifiésRégulation absente ou incohérente**Observation**Séquence et mobile non adaptésProjet non réalisé**DE 0,5 A 1 PTS** | Identification partielle des ressentisRégulation inadaptée**Observation**Séquence inadaptée mais projet partiellement réalisé**DE 1,5 A 2 PTS** | Ressentis identifiésRelevé de données chiffréesRégulation des paramètres**Observation**Séquence cohérente et efficaceProjet modifié qu’une fois**DE 2,5 A 3 PTS** | Ressentis identifiés et liés à l’activitéRégulations pertinentesRégulation pouvant aboutir à des perspectives futures**Observation**Séquence intense et judicieuseProjet prévu entièrement réalisé**DE 3,5 A 4 PTS** |

|  |  |
| --- | --- |
| **Repères d’évaluation de l’AFL2** | **FITNESS** |
| Prise d’initiatives les plus adaptées dans le choix des exercices proposées pour mener à bien le projet personnel, les paramètres.Engagement moteur et physique optimal pour atteindre son projet au cours du cycle. |
| **AFL2** | **S’ENTRAÎNER, INDIVIDUELLEMENT OU COLLECTIVEMENT, POUR DEVELOPPER SES RESSOURCES ET S’ENTRETENIR EN FONCTION DES EFFETS RECHERCHES** | **AFL2** décliné dans l’activité | Participation à la construction de séances cohérentes et adaptées répertoriées dans un carnet d’entraînement personnelEngagement pour le choix des paramètres d’entraînement |
| **Eléments à évaluer** | **Degré 1** | **Degré 2** | **Degré 3** | **Degré 4** |
| •Choix du projet•Construction des séances•Investissement et engagement  | Séquences de travail non adaptéesProjet d’entraînement inadapté à ses capacités | Séquences de travail superficiellesProjet d’entraînement peu précis | Séquences de travail cohérentes à partir de paramètres simplesProjet d’entraînement cohérent | Séquences de travail adaptées et recherchés (personnalisation)Projet d’entraînement justifié et régulé |
| **Répartition des points en fonction du choix de l’élève** |
| **AFL noté sur 2pts** | 0,5 pts | 1 pts | 1,5 pts | 2 pts |
| **AFL noté sur 4pts** | 1 pts | 2 pts | 3 pts | 4 pts |
| **AFL noté sur 6pts** | 0,5 pts | 2 pts | 4 pts | 6 pts |

|  |
| --- |
| **Repères d’évaluation de l’AFL3** |
| * Fiche de cycle permettant d’apprécier l’élève dans son engagement pour les 2 rôles : coach et juge.
* Les élèves seront évalués pendant le cycle pour le rôle de coach ; le rôle de juge sera évalué pendant le cycle et le jour de l’épreuve.
 |
| **AFL3** | **COOPERER ET FAIRE PROGRESSER** | **AFL3** décliné dans l’activité | Implication dans les rôles d’aide et d’observateur pour son et ses partenairesModalités d’aide |
| **Eléments à évaluer** | **Degré 1** | **Degré 2** | **Degré 3** | **Degré 4** |
| •coach : est capable de corriger son partenaire dans la gestuelle•juge : est capable de compter, chronométrer sans erreur pour son partenaire*-*  | L’élève travaille seul et pour lui-mêmeCoach : passif\*n’intervient pas sur les erreurs de posture et trajet\*pas d’encouragementJuge : passif\*erreurs dans le comptage\*ne connait pas les bonnes postures et trajet  | Collaboration ponctuelle et/ou inadaptée avec son partenaire Coach : imprécis\*Intervient de façon inadaptée\*collaboration ponctuelle\*peu d’encouragementJuge : imprécis\*qq erreurs dans le comptage, les postures et trajets | Elève disponibe et réactif pour observer et aider son partenaire à partir d’indicateurs simplesCoach : actif\*disponible et réactif\*encouragement régulierJuge : actif\*compte correctement\*annonce les erreurs des trajets et postures | L’élève peut donne des conseils pratiques et pertinentsCoach : impliqué\*conseille de façon pertinente\*encouragement systématiqueJuge : impliqué\*compte et annonce clairement\*maîtrise parfaite des trajets, postures et amplitude |
| **Répartition des points en fonction du choix de l’élève** |
| **AFL noté sur 2pts** | 0,5 pts | 1 pts | 1,5 pts | 2 pts |
| **AFL noté sur 4pts** | 1 pts | 2 pts | 3 pts | 4 pts |
| **AFL noté sur 6 pts** | 0,5 pts | 2 pts | 4 pts | 6 pts |

|  |
| --- |
| **Annexes** |
| EPREUVE ADAPTEE : INCAPACITE PARTIELLE PB DE GENOUXObligation du choix mobile remise en forme Construction des blocs en LIA et Step sans pas sautés Renforcement musculaire : adaptation du choix des exercices avec priorité sur le haut du corps Le barème reste le même que pour les autres  |