

Référentiel d'évaluation baccalauréat général et technologique Lycée F. FANON

Champ d'apprentissage 2 :

KAYAK (**PROTOCOLE ADAPTE OBESITE**)

**AFL1 « S'engager à l'aide d'une motricité spécifique pour réaliser en sécurité et à son meilleur niveau, un itinéraire dans un contexte incertain. »**

**AFL2 « S'entraîner individuellement et collectivement, pour se déplacer de manière efficiente et en toute sécurité. »Ce positionnement est effectué sur la base des observations réalisées lors des séquences.**

**AFL3 « Coopérer pour réaliser un projet de déplacement, en toute sécurité. »**

**PRINCIPE D ELABORATION DE L EPREUVE: L'Epreuve** L'épreuve/projet de navigation se fait **en groupe de 2 à 5 personnes (seul, en cas exceptionnel de niveau supérieur aux autres)**. Elle engage le candidat à choisir et réaliser un itinéraire adapté à son niveau, à partir de la lecture et de l'analyse des caractéristiques du milieu et de ses propres ressources. Elle offre **différents choix possibles de niveau de difficulté (distance de parcours à + ou - 100m)** ou de complexité **de l'itinéraire** (et se déroule dans le **cadre d'une durée ou de distances définies (à + ou - 100m), suffisantes pour permettre à l'élève de révéler par sa conduite les compétences acquises (1)** .

- L'épreuve présente des éléments variés d'incertitude, en milieu plus ou moins connu, qui nécessitent de mener le jour de l'évaluation, seul ou à plusieurs, une analyse sur la pertinence du choix d'itinéraire.
- Elle intègre impérativement les éléments et conditions nécessaires à un engagement sécurisé dans la pratique.
- **L'épreuve prévoit et définit des formes d'aide** (nécessaires à l'expression des compétences des élèves, leur permettant de s'engager et de réguler si nécessaire leur projet d'itinéraire. Lorsque des modalités collectives et individuelles d'épreuves sont proposées, l'élève choisit celle dans laquelle il souhaite passer son épreuve (**la notation reste quant à elle posée de manière individuelle**).

**Principes d'évaluation**

- L'AFL1 s'évalue le jour de l'épreuve en croisant la difficulté de l'itinéraire choisi, la pertinence du choix de ce niveau de difficulté et l'efficacité du déplacement, par une épreuve de référence respectant le référentiel national du champ d'apprentissage.
- L'AFL2 et l'AFL3 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.
- L'évaluation de l'AFL2 peut s'appuyer sur un carnet d'entraînement ou un outil de recueil de données.
- L'équipe pédagogique spécifie l'épreuve d'évaluation du CCF et les repères nationaux dans l'APSA support de l'évaluation. Barème et notation
- L'AFL1 est noté sur 12 points (chacun des éléments est noté au moins sur 4 points).

Les AFL2 et 3 sont notés sur 8 points. . La répartition des 8 points est au choix des élèves (avec un minimum de 2 points pour chacun des AFL). Trois choix sont possibles : 4-4 / 6-2 / 2-6. La répartition choisie doit être annoncée par l'élève avant le début de l'épreuve, et ne peut plus être modifiée après le début de l'épreuve.

Choix possibles pour les élèves

- AFL1 : choix de la difficulté de l'itinéraire, éventuellement choix d'une modalité de pratique individuelle ou collective.
- AFL2 et AFL3 : le poids relatif dans l'évaluation.

**ADAPTATIONS : Surpoids ou obésité**

- Une **embarcation facilitante**, sera proposée à l'élève: plus large, plus stable (**type Mambo**).
- Le barème de performance sera alors adapté car Cette embarcation (de par sa forme) va augmenter les résistances à l'avancement
- Le dessalage pourra être validé complètement avec l'aide à la remontée d'un camarade.

**Correspondances entre degrés et points pour l'AFL2 et l'AFL3** (selon choix de la répartition des points des élèves)

<b>Points choisis AFL2 / AFL3</b>	<b>Degré 1</b>	<b>Degré 2</b>	<b>Degré 3</b>	<b>Degré 4</b>
<b>/4pts</b>	1	2	3	4
<b>/2pts</b>	0,5	1	1,5	2
<b>/6pts</b>	1,5	2,5	4,5	6

Repères de progressivité		AFL 1		AFL2	AFL 3	
Éléments à évaluer	Itinéraire (coef difficulté)	Lire et analyser les caractéristiques des éléments du milieu pour construire et adapter son projet de déplacement	Adapter son déplacement en fonction des caractéristiques du milieu et de son projet d'itinéraire	S'entraîner individuellement et collectivement, pour se déplacer de manière efficace et en toute sécurité.	Coopérer pour réaliser un projet de déplacement, en toute sécurité.	
					SECURITE	PARTENAIRE D ENTRAINEMENT
Degré 1 Maîtrise insuffisante	<b>ADAPTATION:1</b> ,8 km filles et 2,0 km garçons  COEF = 0,5	Absence de lecture des caractéristiques du milieu, qui conduit à un manque de planification ou d'anticipation. Choix aléatoire sans prise en compte de ses ressources. <b>Abandon ou dépassement important du temps imparti pour l'épreuve.</b>  <b>0 à 2 pts</b>	Milieu subi. Actions en réaction sans anticipation. Techniques mobilisées (placements, lignes d'appuis, direction, orientation et intensité des forces ou des déplacements) peu efficaces et non adaptées aux caractéristiques du milieu <b>Des individualités, pas d'organisation du groupe au regard des conditions climatiques. Ne restent pas ensemble.</b>  <b>0 à 1 pt</b>	Entraînement inadapté Répétition et répartition des efforts dans le temps insuffisantes ou aléatoires. L'élève agit sans apprécier la pertinence de ses choix ni analyser ses prestations, dans un cadre individuel ou collectif.	Approximation dans la mise en œuvre des consignes et des rôles essentiels liés à la sécurisation individuelle et collective de la pratique: <b>gilet non fermé ou non adapté en taille, si bateau non vérifié (bouchon), si pagaie non adaptée en taille, navigation sans tenir compte de ses partenaires (abandon de l'un d'eux)</b>  <b>DESSALAGE: Echec ou remontée sur le kayak en perdant pagaie malgré l'aide</b>	L'élève réalise son parcours, concentré uniquement sur son rôle de pratiquant,
Degré 2 Maîtrise fragile	<b>ADAPTATION:2</b> ,1 km filles et 2,3 km garçons  COEF = 0,7	Lecture et analyse partielle des éléments du milieu. Choix d'un itinéraire peu approprié à ses ressources. <b>Itinéraire conduit difficilement à son terme.</b> Régulations nécessaires pour terminer l'épreuve dans les temps.  <b>2,5 à 4 pts</b>	Réalisation du déplacement de manière séquentielle ou discontinuée, par ajustements successifs. Différenciation insuffisante des techniques mobilisées pour répondre de manière appropriée aux exigences du milieu et au projet d'itinéraire <b>Nombreux arrêts (ou Ajustements) pour rester en groupe.</b>  <b>1,5 à 2 pts</b>	Entraînement partiellement adapté Gestion de l'effort (intensité, répétition et répartition) peu appropriée aux caractéristiques du milieu et au projet d'itinéraire. L'élève identifie quelques éléments repérables de sa prestation, individuelle ou collective, les effets de certains choix, sans en retirer d'éléments de régulation ou de progrès.	Application des consignes et tenue des rôles essentiels liés à la sécurisation individuelle et collective de la pratique, mais la mise en œuvre peut manquer de réactivité ou d'assurance  <b>DESSALAGE: Remonte avec l'aide plusieurs tentatives sans perdre sa pagaie et son kayak</b>	Collaboration ponctuelle et/ou de manière <b>inadaptée aux contraintes du milieu et aux ressources des partenaires et des siennes</b> . L'élève adhère aux conditions d'organisation ( <b>respect des consignes enseignantes</b> )
Degré 3 Maîtrise satisfaisante	<b>ADAPTATION:2</b> ,3 km filles et 2,6 km garçons  COEF = 0,9	Lecture et analyse des éléments du milieu dans leur globalité. Choix et conduite d'un itinéraire approprié à ses ressources. <b>Itinéraire réalisé en totalité et dans le temps imparti, sans modifier le niveau de difficulté initialement choisi.</b>  <b>2,5 à 4 pts</b>	Déplacement continu dans les zones de moyenne difficulté. Déplacement adapté aux principales caractéristiques et problèmes posés par le milieu, en fonction du projet d'itinéraire. Différenciation et enchaînement des techniques mobilisées <b>Restent en groupe sur tout le parcours (max 2 longueurs de kayak)</b>  <b>2,5 à 3 pts</b>	Entraînement adapté Gestion des efforts (intensité, répétition et répartition) appropriée par rapport aux caractéristiques du milieu et du projet de déplacement. L'élève analyse ses prestations et les effets de ses choix, dans un cadre individuel ou collectif. Il cible certains éléments de régulation ou de progrès à court terme et organise sa pratique en conséquence.	Maîtrise des éléments et tenue efficace des rôles nécessaires à la sécurité individuelle et collective, dans des situations variées  <b>DESSALAGE: Renverse l'embarcation et remonte seul ou avec aide sans perdre sa pagaie et son kayak</b>	Élève disponible et réactif pour collaborer dans l'instant, <b>de manière régulière</b> . L'élève coopère et s'implique dans les analyses et prises de décisions collectives
Degré 4 Très bonne maîtrise	<b>ADAPTATION:2</b> ,5km filles et 2,8 km garçons  COEF = 1	Lecture et analyse prédictive du milieu. Choix et conduite d'un itinéraire d'un niveau optimal au regard de ses ressources. <b>Itinéraire réalisé en totalité et dans le temps imparti grâce à des ajustements opportuns en cours de déplacement face aux difficultés rencontrées.</b>  <b>6,5 à 8 pts</b>	Déplacement fluide sur l'ensemble du parcours. Déplacement anticipé et adapté à la majorité des problèmes ou difficultés posés par le milieu, en lien avec le projet d'itinéraire. Différenciation et enchaînement de techniques anticipées et ajustées aux variations du milieu. <b>Adoptent une structure du groupe + ou - « en peloton » (avec ou sans prise de relais), favorisant une cohésion du groupe (plus lent devant par exemple, communication)</b>  <b>3,5 à 4 pts</b>	Entraînement optimisé Gestion appropriée et régulation permanente des efforts par rapport aux caractéristiques du milieu et du projet de déplacement. L'élève analyse régulièrement ses prestations et ses choix, individuels ou collectifs, et se fixe des objectifs concrets pour progresser à court et moyen terme.	Maîtrise des éléments, des rôles et conditions nécessaires à la sécurité individuelle et collective. Aide aux apprentissages des autres élèves  <b>DESSALAGE: Passe sous l'embarcation et remonte seul ou avec aide sans perdre sa pagaie et son kayak.</b>	Élève capable de <b>conseiller un camarade</b> en prenant en compte ses ressources et le thème choisi, <b>tout au long du cycle</b> . L'élève capable de <b>constituer un groupe de navigation</b> homogène et pertinent en ressources
Si gilet non fermé ou non adapté en taille, si bateau non vérifié (bouchon), si pagaie non adaptée en taille <b>Malus -1 point max au total</b>						

KAYAK AFL 1	Repères d'évaluation			
	Degré 1 (coef 0,5 de la note AFL1)	Degré 2 (coef 0,7 de la note AFL1)	Degré 3 (coef 0,9 de la note AFL1)	Degré 4 (coef 1 de la note AFL1)
Lire et analyser les caractéristiques des éléments du milieu pour construire et adapter son projet de déplacement : Parcours avec une bouée tous les 100m. 6 bouées placées au GPS.	1,8 km filles et 2,0 km garçons	2,1 km filles et 2,3 km garçons	2,3 km filles et 2,6 km garçons	2,5 km filles et 2,8 km garçons
Gestion du temps imparti	< à 30 minutes	Entre 30 et 32 minutes	Entre 33 et 35 minutes	Supérieur à 35 minutes
OK -1 -3 -5				
Adapter son déplacement en fonction des caractéristiques du milieu et de son projet d'itinéraire	Milieu subi. Actions en réaction sans anticipation. Techniques mobilisées (placements, lignes d'appuis, direction, orientation et intensité des forces ou des déplacements) peu efficaces et non adaptées aux caractéristiques du milieu <b>Des individualités, pas d'organisation du groupe au regard des conditions climatiques. Ne restent pas ensemble.</b> . 0 à 1 pt	Réalisation du déplacement de manière séquentielle ou discontinue, par ajustements successifs. Différenciation insuffisante des techniques mobilisées pour répondre de manière appropriée aux exigences du milieu et au projet d'itinéraire <b>Nombreux arrêts (ou Ajustements) pour rester en groupe.</b> . 1,5 à 2 pts	Déplacement continu dans les zones de moyenne difficulté. Déplacement adapté aux principales caractéristiques et problèmes posés par le milieu, en fonction du projet d'itinéraire. Différenciation et enchaînement des techniques mobilisées <b>Restent en groupe sur tout le parcours (max 2 longueurs de kayak)</b> . 2,5 à 3 pts	Déplacement fluide sur l'ensemble du parcours. Déplacement anticipé et adapté à la majorité des problèmes ou difficultés posés par le milieu, en lien avec le projet d'itinéraire. Différenciation et enchaînement de techniques anticipées et ajustées aux variations du milieu. <b>Adoptent une structure du groupe + ou – « en peloton » (avec ou sans prise de relais), favorisant une cohésion du groupe (plus lent devant par exemple, communication)</b> . 3,5 à 4 pts





## Courbes Puissance en fonction distance pour vitesse donnée

(Puissance moteur bateau 5m, mais forme courbe identique)

dist en 30'	vitesse (km/h)	vitesse (Mi/h)	Puissance propulsion (Kw/h)
250	0,5	0,27	1
500	1	0,54	2
1000	2	1,08	8
1500	3	1,62	19
2000	4	2,16	34
2250	4,5	2,43	42
2500	5	2,7	52
2750	5,5	2,97	63
3000	6	3,24	76
3200	6,4	3,46	86
3400	6,8	3,67	97
3700	7,4	4	115
4000	8	4,32	134

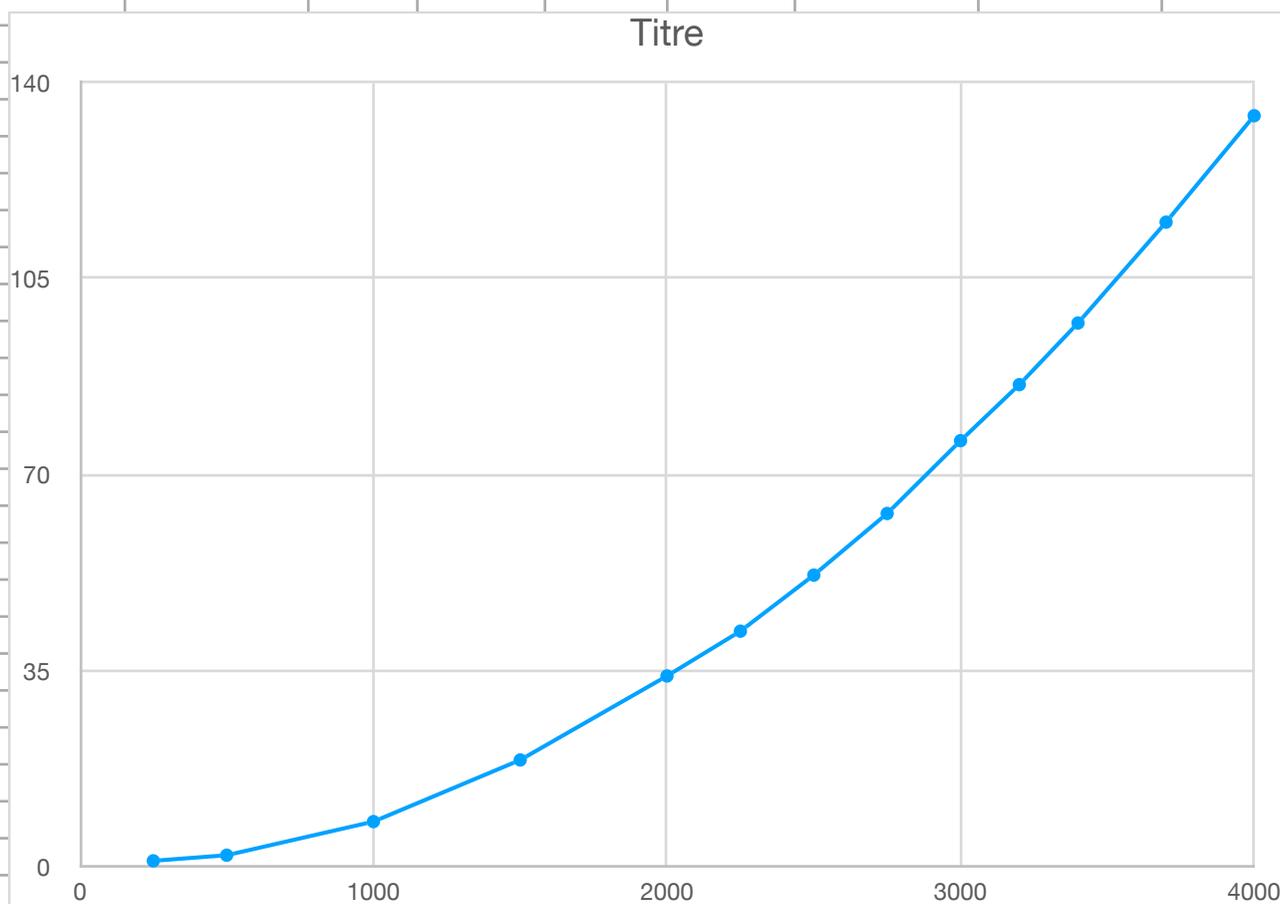


TABLEAU SUR LEQUEL S APPUYER POUR DONNER NOUVEAU BAREME (barème femmes à 80% de celui des hommes)

Puissance (pour distance en 30')							
Femme	34	43,66	53,33	63	72,67	82,3	92
Homme	42	54,17	66,83	79	91,16	103,33	115
Distance correspondante à Puissance							
Femme	2000	2350	2600	2800	3000	3200	3300
Homme	2250	2600	2850	3100	3300	3500	3600
Note perf/7	1	2	3	4	5	6	7