


# REFERENTIEL D'EVALUATION

## BACCALAUREAT GENERAL ET TECHNOLOGIQUE EPS

Etablissement	LYCEE P.NARDAL		
Commune	DUCOS		
Champ d'Apprentissage n°1		Activité Physique Sportive Artistique	
<i>« Réaliser une performance motrice maximale mesurable à une échéance donnée »</i>		<i>Epreuves combinées</i>	
Principes d'évaluation	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 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 chronométrées,</li> <li>• 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</li> <li>• Pour l'AFL 2 l'évaluation peut s'appuyer sur le carnet d'entraînement</li> <li>• Pour l'AFL 3, l'élève est évalué dans 2 rôles</li> </ul>		
Barème et notation	AFL1	AFL2	AFL3
	12 pts	8 pts	
	EPREUVE COMBINEE : Le candidat réalise un concours et une course <ul style="list-style-type: none"> <li>- Concours : Triple saut</li> <li>- Course : choix possible entre               <ul style="list-style-type: none"> <li>○ SPRINT : Réalisation d'un 50 m</li> <li>○ <math>\frac{1}{2}</math> fond : réalisation d'un 800m</li> </ul> </li> </ul>	<i>Evalués au fil de la séquence et éventuellement le jour de l'épreuve</i> 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		
<i>Choix dans la répartition des points des 2 épreuves composant le combiné :</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 8 Pts pour l'épreuve de course / 4 PTS pour l'épreuve du concours</li> <li>➤ 6 Pts pour chacune des épreuves</li> <li>➤ 4 Pts pour l'épreuve de course / 8 PTS pour l'épreuve du concours</li> </ul>		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'élément 2 (Indice Technique) dans chacune des 2 épreuves**

➤ **CONCOURS** : Le candidat dispose de réalise 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
- ½ fond : réalisation d'un 800 m temps indicatif donnés tous les 200 m
- **Élément 1** : Correspond à
  - Sprint : la **PERFORMANCE** du 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

<b>AFL1</b>	« 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. »	<b>AFL1</b> décliné dans l'activité	<i>EPREUVES COMBINEES : s'engager pour développer les qualités permettant la réalisation des meilleures performances dans son épreuve combinée</i>
-------------	---	---	--

ÉLÉMENT 1	Degré 1					Degré 2					Degré 3					Degré 4								
	<b>TRIPLE SAUT</b>																							
Meilleure performance	5,25	5,5	6	6,2	6,4	6,55	6,7	6,85	7	7,15	7,3	7,45	7,6	7,7	7,82	8	8,12	8,25	8,37	8,5	8,6	8,7	8,8	8,9
	7,75	8	8,15	8,3	8,42	8,54	8,56	8,78	8,89	9,01	9,13	9,25	9,45	9,69	9,91	10,13	10,35	10,56	10,77	10,98	11,19	11,4	11,61	11,82
<b>VITESSE 50 M</b>																								
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
<b>½ FOND 800 M</b>																								
Meilleure performance	04:40	04:36	04:32	04:28	04:24	04:20	04:16	04:12	04:08	04:04	04:00	03:55	03:52	03:49	03:46	03:43	03:40	03:37	03:34	03:31	03:28	03:25	03:22	03:19
	03:38	03:35	03:32	03:29	03:26	03:23	03:20	03:17	03:14	03:11	03:08	03:05	03:02	02:59	02:56	02:53	02:50	02:47	02:44	02:41	02:38	02:35	02:30	02:25
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
<b>ELEMENT 2 : INDICE TECHNIQUE</b>																								
TRIPLE SAUT : Ecart entre les 2 perf +	80	75	70	65	60	55	50	45	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
	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'entraîner, 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 Les séances du cycle - PREPARATION et récupération	<b>Entraînement Inadapté :</b> - stabilité : Performances rarement stables - engagement : Peu d'investissement (peu de passages) ,régulation inexistantes - préparation et récupération aléatoires ; ATTITUDE OBSERVEE • élève isolé.	<b>Entraînement partiellement adapté :</b> - Stabilité : performances peu stables - Engagement : Investissement irréguliers ne permettant pas une régulation à l'aide de repères externes simples - préparation et récupération stéréotypées ; ATTITUDE OBSERVEE • élève suiveur.	<b>Entraînement adapté :</b> - Stabilité : performances souvent stables - Engagement : Investissement régulier, régulations en adéquation avec ses ressources ; - préparation et récupération adaptées à l'effort ; ATTITUDE OBSERVEE • élève acteur.	<b>Entraînement optimisé :</b> - Stabilité : performances régulièrement stables et/ou en progrès - Engagement : Investissement optimal et performant choix, analyses, régulations ciblées pour soi et pour les autres - préparation et récupération adaptées à l'effort et à soi ; ATTITUDE OBSERVEE • élève moteur/leader
Répartition des points en fonction du choix de l'élève				
AFL noté sur 2pts	0,5 pts	1 pt	1,5 pts	2 pts
AFL noté sur 4pts	1 pt	2 pts	3 pts	4 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*Implication dans les rôles de coach-observateurs et juges ( starter ou chronométreur ou juges de concours,*

Eléments à évaluer	Degré 1	Degré 2	Degré 3	Degré 4
Coach :est capable de conseiller et corriger Starter : est capable de donner le départ correctement Chronométreur : est capable de chronométrer sans erreur Juge de concours : est capable de mesurer....	<b>Rôles subis</b> Ne connaît pas le règlement et l'applique mal ; • les informations sont prélevées et transmises de façon aléatoire.  <b>ATTITUDE OBSERVEE :</b> L'élève ne s'implique dans aucun des rôles	<b>Rôles aléatoires :</b> • connaît partiellement le règlement et le fait respecter partiellement; • les informations sont prélevées mais partiellement transmises.  <b>ATTITUDE OBSERVEE :</b> L'élève s'implique dans un des 2 des rôles choisis	<b>Rôles préférentiels :</b> • connaît le règlement, l'applique et le fait respecter dans son rôle ; • les informations sont prélevées et transmises.  <b>ATTITUDE OBSERVEE :</b> L'élève s'implique dans <del>un des</del> les 2 des rôles choisis	<b>Rôles au service du collectif :</b> Connait le règlement, l'applique, le fait respecter et aide les autres à jouer leurs rôles Les informations sont prélevées, sélectionnées, transmises <b>ATTITUDE OBSERVEE :</b> L'élève est un meneur, organisateur
<b>Répartition des points en fonction du choix de l'élève</b>				
<b>AFL noté sur 2pts</b>	0,5 pts	1 pt	1,5 pts	2 pts
<b>AFL noté sur 4pts</b>	1 pt	2 pts	3 pts	4 pts
<b>AFL noté sur 6 pts</b>	1,5 pts	3 pts	4,5 pts	6 pts



## 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
80	75	70	65	60	55	50	45	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**

0,5 PT Indice	1 PTS Indice	1,5 PTS Indice	2 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 départ efficace Action synchrones bras-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 zigzagant 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**

0,5 PT Indice	1 PTS Indice	1,5 PTS Indice	2 PTS Indice
Ralentit et s'arrête avant l'arrivée	Décélère avant l'arrivée	Maintien la même vitesse	Relance/accélère sur sa fin de course



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 irrégulière 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



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
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



