Etablissement : LP LUMINA SOPHIE Académie : Martinique

Champ d'apprentissage n°1: Réaliser sa performance motrice maximale, mesurable à une échéance donnée

APSA: DEUX FOIS 600 mètres

Repères d’évaluation de l’AFLP1et 2 : / 12 points

« Produire et répartir intentionnellement ses efforts en mobilisant ses ressources pour gagner ou battre un record ».

Principes d'évaluation

L’AFLP1et 2 s’évaluent le jour du CCF en fonction des différents barèmes.

|  |
| --- |
| **Principe d’élaboration de l’épreuve** |
| L’épreuve engage le candidat à produire sa meilleure performance à une échéance donnée. Le jour de l'épreuve finale, la performance produite est mise en corrélation avec le degré de compétence atteint par l'élève dans le premier AFLP pour déterminer la note sur 7 points.L’élève doit effectuer : **2 courses de 600m**. Il y a 10 minutes de récupération entre chaque course.Le croisement de la performance et la répartition de ses efforts permet de déterminer la note de l’AFLP1 sur 7 points |
| **AFLP évalués** | **Repères d’évaluation** |
| **Degré 1** | **Degré 2** | **Degré 3** | **Degré 4** |
| **Positionnement dans le degré** | - | + | - | 2 | 2.5 | 3 | 3.5 | 4 |
| **AFLP1** Produire et répartir intentionnellement ses efforts en mobilisant ses ressources pour gagner ou battre un record | Il mobilise ses ressources bien en deçà de ses capacitésIl répartit ses efforts de façon aléatoire | Il mobilise modérément et/ou ponctuellement ses ressourcesIl répartit ses efforts de manière inadaptée | Il mobilise ses ressources de manière conséquente pour produire ses performancesIl répartit lucidement les efforts sur l’ensemble de l’épreuve | Il mobilise pleinement ses ressources (de différentes natures)Il répartit stratégiquement ses efforts sur l’ensemble de l’épreuve |
| **Barème sur 3 points** | 0 | 0.5 | 1 | 1.5 | 2 | 2.5 | 2.75 | 3 |
| **Performance (en minutes) filles** | 9’18 | 9’12 | 9’ | 8’48 | 8’42 | 8’36 | 8’24 | 8’12 | 8' | 7’54 | 7’48 | 7’46 | 7’24 | 7’12 | 7’06 | 7’ | 6’50 | 6’42 | 6’34 | 6’20 |
| **Performance (en minutes) garçons** | 7’36 | 7’28 | 7’22 | 7’10 | 7’04 | 6’58 | 6’46 | 6’34 | 6’22 | 6’16 | 6’10 | 6’ | 5’52 | 5’44 | 5’40 | 5’36 | 5’28 | 5’20 | 5’12 | 5’ |

Exemples :

►Une fille qui se situe dans le degré 2 au niveau des ressources mobilisées et qui à un chrono de 7’46 se retrouve avec une note de 4.

► Un garçon qui se situe dans le degré 2 au niveau des ressources mobilisées et qui à un chrono de 6’22 se retrouve avec une note de 3.5

**Repères d’évaluation de l’AFLP2 /5 points :** « Connaître et utiliser des techniques efficaces pour produire la meilleure performance possible »

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **AFLP2**Connaître et utiliser des techniques efficaces pour produire la meilleure performance | La motricité manque de tonicité | La motricité manque parfois de tonicité, d’amplitude et/ou de fréquence | La motricité reste énergivore. | Il varie les accélérations et coordonne ses actions à bon escient.La motricité est fluide et efficace |
| **Note sur 5 points** | 0 à 0,5 point | 1 à 2 points | 2.5 à 4 points | 4.5 à 5 points |

**Principes d’évaluation :** L’AFLP 3 et 5 s’évaluent au fil des séquences d’enseignement et éventuellement le jour de l’épreuve. Ils sont notés sur 8 points. La répartition des 8 points est au choix des élèves (avec un minimum de 2 points pour chacun des AFLP). Trois choix sont possibles : 4-4 / 6-2 / 2-6.

|  |  |
| --- | --- |
| **AFLP évalués** | **Repères d’évaluation** |
| **AFLP3**Analyser sa performance pour adapter son projet et progresser | **Degré 1** | **Degré 2** | **Degré 3** | **Degré 4** |
| L’élève agit spontanément sans référence à une expérience précédente.Il adapte peu son projet. | L’élève reste confus et peu lucide sur les paramètres à utiliser pour améliorer sa performance.Il adapte son projet, mais pas toujours de façon pertinente. | L’élève prélève les indices signifiants sur ses prestations antérieures pour modifier ses actions futures.Il adapte régulièrement son projet à bon escient. | L’élève analyse ses prestations antérieures et envisage plusieurs alternatives d’actions pour progresser.Il est capable d’adapter son projet en cours d’action/d’épreuve pour progresser. |

|  |  |
| --- | --- |
| **AFLP évalués** | **Repères d’évaluation** |
| **AFLP5**Assurer la prise en charge de sa préparation et de celle d’un groupe, de façon autonome pour produire la meilleure performance possible. | **Degré 1** | **Degré 2** | **Degré 3** | **Degré 4** |
| L’élève assure difficilement sa propre préparation qui reste globale et rapide.Il est centré sur lui. | L’élève hésite ou se perd dans la réalisation de sa préparation qui reste approximative.Il assure sans aide réelle son rôle de guide et/ou partenaire d’entraînement. | L’élève organise sa préparation en différentes étapes suffisamment longues et efficaces.Il sait guider un groupe réduit et être un partenaire d’entraînement actif. | L’élève personnalise son échauffement en respectant les principes d’efficacité.Il motive et corrige si besoin les réalisations d’un petit groupe et d’un partenaire.  |