

CHAMP D'APPRENTISSAGE n° 1: « Réaliser sa performance motrice maximale mesurable à une échéance donnée »

JAVELOT CAP

Principes d'évaluation

Deux moments d'évaluation sont prévus : l'un à l'occasion d'une situation en fin de séquence et l'autre au fil de la séquence.

Situation de fin de séquence : notée sur 12 points, elle porte sur l'évaluation des attendus suivants :

- Produire et répartir intentionnellement ses efforts en mobilisant ses ressources pour gagner ou battre un record.
- Connaître et utiliser des techniques efficaces pour produire la meilleure performance possible.

L'équipe pédagogique spécifie l'épreuve d'évaluation du CCF et les repères nationaux dans l'Apsa support de l'évaluation. Connaître et utiliser des techniques efficaces pour produire la meilleure performance possible.

Évaluation au fil de la séquence : notée sur 8 points, elle porte sur l'évaluation de **2 AFLP** (Attendus de Fin de Lycée Professionnel), retenus par l'enseignant parmi les 4 suivants :

- S'engager et persévérer seul ou à plusieurs dans des efforts répétés pour progresser dans une activité de performance.
- S'impliquer dans des rôles sociaux pour assurer le bon fonctionnement d'une épreuve de production de performance.
- Se préparer à un effort long ou intense pour être efficace dans la production d'une performance à une échéance donnée.
- Identifier ses progrès et connaître sa meilleure performance réalisée pour la situer culturellement.

L'enseignant de la classe retient le meilleur degré d'acquisition atteint par l'élève au cours de la séquence sur chacun des deux AFLP retenus par l'équipe pédagogique. Avant l'évaluation de fin de séquence, le candidat choisit la répartition des points qu'il souhaite attribuer pour chacun de ces 2 AFLP. Il doit répartir ces 8 points avec un minimum de 2 points pour un AFLP. Trois choix sont possibles : 4-4 / 6-2 / 2-6. La répartition choisie doit être annoncée par l'élève au cours des premières séances de la séquence, avant la situation d'évaluation. Le passage du degré 2 au degré 3 permet l'attribution de la moitié des points dévolus à l'AFLP.

Barème et notation

- Les AFLP1 + AFLP2 notées sur 12 points (7 pts + 5 pts)

En fin de formation, le candidat choisit de répartir les 8 points entre les deux AFLP retenus avant la situation d'évaluation (avec un minimum de 2 points pour un AFLP) :



- Les 2 AFLP retenus 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

La répartition choisie doit être annoncée par l'élève au cours des premières séances de la séquence, avant la situation d'évaluation

Repères d'évaluation de l'AFLP1 « Réaliser sa performance motrice maximale, mesurable à une échéance donnée :

Dans ce champ d'apprentissage, l'élève cherche à mobiliser au mieux ses ressources pour réaliser la meilleure performance possible, établir et dépasser un record personnel. »

AFLP 1 + 2	/ 12 pts	Principe d'élaboration de l'épreuve CCF en JAVELOT BAC PRO
<p>L'épreuve : Chaque élève dispose de 6 essais au maximum, avec ou sans élan (3 appuis minimum), dans le respect du règlement javelot national.</p> <p>Poids des javelots : 600g filles 700g garçons Le concours se déroule dans le cadre du règlement officiel.</p> <p>Décomposition du barème AFLP1 + 2 sur 12 pts :</p> <ul style="list-style-type: none"> - AFLP1 : Produire et répartir lucidement ses efforts en mobilisant de façon optimale ses ressources pour gagner ou pour battre un record : <ul style="list-style-type: none"> → Performance à partir d'un barème établissement : sur 3 pts → Gestion de : l'échauffement + du concours et des 6 lancers : sur 4 pts - AFLP2 : Connaître et mobiliser les techniques efficaces pour produire la meilleure performance possible : sur 5 pts <p>Processus utilisation du tableau notation AFLP 1 et 2 :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1°) Dans le tableau ci-dessous, calcul de la note de performance (la performance max sur les 6 lancers) sur 3 pts (barème filles ou garçons) 2°) Gestion de l'échauffement, du concours et de ses lancers sur 4 pts 3°) Efficacité sur 5 pts 4°) Ajouter les 3 notes obtenues pour avoir la note sur 12 pts (AFLP1 + 2) <p>Lors du CCF, possibilité de se rapprocher par paire et de jouer pour l'autre, le rôle de « coach », de l'échauffement à la fin du concours. Aire d'élan et de lancer balisées.</p> <p>Adaptations aux différents handicaps (obésité, asthme, pb articulaire, ...) voir document annexe : de 1 à 3 essais supplémentaires autorisés – décalage du barème possible (plus facile) - lancer sans élan – « Efficacité » évaluée sur la coordination générale du mouvement (1 pt) – javelot plus léger pour les garçons (600g fille) – objet différent du javelot (jalon, balle lestée) – pause plus importante entre chaque essai.</p>		

Éléments à évaluer		Repères d'évaluation																						
		Degré 1					Degré 2					Degré 3					Degré 4							
Filles 		Barème Établissement					Barème Établissement					Seuil national de performance		Barème Établissement					Barème Établissement					
	Perf Max	7.50	8	8.60	9	9.20	9.70	9.80	10.10	10.90	12	13	14.10	15.10	16.10	17.20	18.30	19.30	20.40	21.50	22.30			
	3 pts	0	0,3	0,4	0,5	0,6	0,8	0,9	1	1,2	1,3	1,5	1,7	1,8	2	2,2	2,3	2,5	2,6	2,8	3			
	Gestion échauffement et concours 4 pts	0		0,5			1			1,5			2		2,5			3		3,5			4	
	Eff Tech* 5 pts	0	0,5		1	1,5		1,8	2	2,2		2,5	2,8	3	3,5	4	4,5		5					
	NOTE sur 12																							
		Barème Établissement					Barème Établissement					Seuil national de performance		Barème Établissement					Barème Établissement					
Garçons 		Barème Établissement					Barème Établissement					Seuil national de performance		Barème Établissement					Barème Établissement					
	Perf Max	10	11	11,50	12	13.40	14.70	16.15	17.50	19	20,45	21.90	23.50	24.50	26	27	28	29	30	31	31.50			
	3 pts	0	0,3	0,4	0,5	0,6	0,8	0,9	1	1,2	1,3	1,5	1,7	1,8	2	2,2	2,3	2,5	2,6	2,8	3			
	Gestion échauffement et concours	0		0,5			1			1,5			2		2,5			3		3,5			4	

	4 pts															
	Eff Tech*	0	0,5	1	1,5	1,8	2	2,2	2,5	2,8	3	3,5	4	4,5	5	
	5 pts															
	NOTE sur 12															
		Barème Établissement				Barème Établissement		Seuil national de performance		Barème Établissement			Barème Établissement			
		0	0,5	1	1,5	2	2,5	3	3,5	4						
Gestion échauffement + concours lancers sur 4 pts		-Echauffement bâclé, non structuré, quasi inexistant. Phases incomplètes et non respectées -Pas, ou peu de lancers de préparation, manque de motivation et de sérieux -Manque d'hydratation -Aucune gestion de ses 6 lancers, volonté d'en finir au plus vite, sans motivation -Performance bien inférieure aux capacités -Aucune communication positive avec les autres durant le concours			-Echauffement motivé et sérieux mais phases incomplètes, mouvements incomplets -Lancers de préparation mais non organisés, sans objectif de se préparer au concours -Hydratation irrégulière -Les 6 lancers sont effectués mais sans volonté de faire mieux à chaque fois -Record personnel loin de ses capacités maximum, mais performances régulières -Communication restreinte avec les autres, uniquement autour de ses propres performances			-Echauffement quasi parfait. Certains points incomplets ; manque d'amplitude et d'efficacité dans les étirements actifs-dynamiques -Lancers de préparation au concours effectués mais irréguliers, sans forcément une progression quant à la puissance mise en œuvre -Hydratation régulière -Bonne gestion de ses 6 lancers, avec la plupart valides ; record approché voir légèrement battu -Communication positive (commentaires, conseils) avec les autres, autour de ses et de leurs performances			-Echauffement respecté dans toutes ses phases, avec étirements actifs-dynamiques -Lancers de préparation au concours effectués avec puissance progressive -Hydratation régulière au fil de la séance -Gestion parfaite des 6 lancers avec validation de tous les lancers en battant régulièrement son record -Egaler ou battre son record personnel - Communication positive (commentaires, conseils) avec les autres, autour de ses et de leurs performances + Aider les autres, leur apporter qq chose qui va leur servir à améliorer leur(s) lancer(s)					
Efficacité technique -Utilisation de l'élan -Positionnement Jav + bras arrière -Trajectoire du javelot -Accélération lors du lancer sur 5 pt	0	0,5	1	1,5	1,8	2	2,2	2,5	2,8	3	3,5	4	4,5	5		
	Prise d'élan inexistante ou 3 appuis inefficaces Lanceur de face avec javelot et bras arrière mal positionnés (proche du corps et pas dans l'axe de lancer)			Prise d'élan peu utile, avec rythme irrégulier, manque d'amplitude, ralentissement Lanceur entre de face et de profil avec javelot et bras arrière, mal positionnés Le javelot part en rotation, éloigné de la trajectoire droite de lancer, trajectoire pas assez			Prise d'élan coordonnée, mais manque d'amplitude, de rythme pour être complètement efficace Lanceur de profil, bras arrière pas assez bas et trop proche du corps, avec javelot bien positionné (dans l'axe de lancer, proche des yeux, position			Prise d'élan efficace, rythmée, équilibrée, fin du lancer en phase accélération maximale. Mises en tension des chaînes musculaires et prise d'avance des appuis Lanceur de profil, javelot placé en position décollage, parallèle à la trajectoire droite de lancer idéale, bras arrière éloigné du corps au niveau du						

	Le javelot part en rotation, éloigné de la trajectoire droite de lancer, trajectoire descendante Arrêt des actions lors du lancer (stop entre préparation du lancer et le lancer)	montante Ralentissement des actions	décollage) Le javelot part bien droit mais trajectoire pas assez montante, pas assez de puissance (bras cassé derrière) Accélération incomplète	bassin, trajectoire montante Le javelot part bien droit, trajectoire montante, main qui passe au dessus de la tête vers l'avant Accélération complètement efficace
--	--	--	---	--

➤ Repères d'évaluation de l' **AFLP4** : « S'impliquer dans des rôles sociaux pour assurer le bon fonctionnement d'une épreuve de production de performance. »

L'élève est évalué sur : participation à la gestion du matériel collectif – investissement comportement durant la séance – respect des autres – gestion de sa fiche prise de performances et projet personnel – coach partenaire – respect de la sécurité – assiduité + investissement avec objectif de progresser au mieux déjà, par sa présence en cours

AFLP 4	Degré 1	Degré 2	Degré 3	Degré 4
si AFLP4 = 4 pts (Alors AFLP5 = 4 pts)	1	2	3	4
si AFLP4 = 6 pts (Alors AFLP5 = 2 pts)	0,5	1	1,5	2
si AFLP4 = 2 pts (Alors AFLP5 = 6 pts)	1,5	3	4,5	6
	RÔLES SUBIS	RÔLES ALÉATOIRES	RÔLES PRÉFÉRENTIELS	RÔLES AU SERVICE DU COLLECTIF

AFLP 4	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Mauvaise assiduité, peu de séance(s) pratiquée(s) ➤ Connaît partiellement les consignes de sécurité et le règlement et les applique donc mal ➤ Les informations sont prélevées et transmises partiellement ➤ Ne se soucie pas du relevé de ses performances, n'en tire aucune conclusion pour la séance suivante 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Assiduité moyenne, moitié des séances ➤ Connaît les consignes de sécurité et le règlement mais ne les respecte pas tout le temps ➤ Les informations sont prélevées mais partiellement transmises ➤ Se soucie partiellement du relevé de ses performances sans forcément en tirer des conclusions pour la séance suivante 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Bonne assiduité, 1 ou 2 séances ratées ➤ Connaît les consignes de sécurité et le règlement, les applique et les fait respecter dans son rôle ➤ Les informations sont prélevées et transmises ➤ Se soucie du relevé de ses performances en en tirant que partiellement, des conclusions réalistes et concrètes, pour la séance suivante. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Assiduité parfaite ➤ Connaît les consignes de sécurité et le règlement, les applique, les fait respecter et aide les autres à jouer leurs rôles ➤ Les informations sont prélevées, sélectionnées et transmises ➤ Se soucie parfaitement du relevé de ses performances avec analyse lucide et réaliste de celles-ci, afin d'en tirer des conclusions bonifiantes pour la séance suivante

Repères d'évaluation de l' **AFLP 5** : « Se préparer à un effort long ou intense pour être efficace dans la production d'une performance à une échéance donnée. »

AFLP 5	Degré 1	Degré 2	Degré 3	Degré 4
si AFLP5 = 4 pts (Alors AFLP4 = 4 pts)	1	2	3	4
	1,5	3	4,5	

<p>si AFLP5 = 6 pts (Alors AFLP4 = 2 pts)</p>				6
<p>si AFLP5 = 2 pts (Alors AFLP4 = 6 pts)</p>	0,5	1	1,5	2
<p>AFLP 5</p>	<p>ENTRAÎNEMENT INADAPTÉ</p>	<p>ENTRAÎNEMENT PARTIELLEMENT ADAPTÉ</p>	<p>ENTRAÎNEMENT ADAPTÉ</p>	<p>ENTRAÎNEMENT OPTIMAL</p>
	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Echauffement quasi absent, aucune motivation ✓ Performances stables sur ¼ des tentatives ✓ Choix, analyses et régulations inexistantes (pas d'adaptation de placement, ni de modification de repères) ✓ Préparation et récupération aléatoires ✓ Élève « isolé » ou perturbateur 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Echauffement très limité, manque de sérieux, non abouti ✓ Performances stables sur 1/3 des tentatives ✓ Choix, analyses et régulations à l'aide de repères externes simples ✓ Préparation et récupération stéréotypées ✓ Élève « suiveur » 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Echauffement correct, manque de précision et d'amplitude dans les différents mouvements, manque d'intensité ✓ 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 » 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Echauffement quasi parfait avec volonté de bien le faire pour en bénéficier de suite après, dès le début du concours ✓ Performances stables sur ¾ 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 », capable de fédérer les autres