|  |
| --- |
| **Référentiel d’évaluation examens EPS**  **Lycée Professionnel Saint Jean-Paul II**  **Bac Professionnel 2022** |

|  |  |
| --- | --- |
| **Champ d’apprentissage n°1** | **Activité Physique Sportive et Artistique** |
| **Réaliser sa performance motrice maximale, mesurable à une échéance donnée** | **Natation de vitesse** |

|  |
| --- |
| **Principes d’élaboration de l’épreuve** |
| |  | | --- | | **50 m nage libre chronométré**  **But :** Réaliser la meilleure performance sur 50 m nage libre.  **Organisation :**   * Les élèves sont placés par binômes affinitaires. Pendant que l’un nage, l’autre l’observe et le coach. Puis les rôles sont inversés. * Suite à un départ plongé, réaliser trois 50m chronométrés par l’enseignant. * L’élève choisit sa nage entre dos crawlé, brasse et crawl. Il peut, s’il le souhaite, changer de nage au cours du 50 m. * La récupération entre les 50 m est d’environ 10mn et se déroule dans l’eau. Le coach profite de ce moment pour apporter des conseils à son partenaire et lui faire éventuellement revoir les techniques nécessaires à l’amélioration de son efficacité.   **Adaptations en cas d’inaptitude** :  Ex : élève ayant des problèmes de dos.  L’élève doit réaliser trois 50 m chronométrés. Il choisit sa nage entre dos crawlé et crawl (la brasse est proscrite). Il peut, s’il le souhaite, changer de nage au cours du 50 m. L’élève ne pouvant pas réaliser de départ plongé, il pourra l’exécuter dans l’eau. 2 secondes seront alors retranchées de son temps chronométré. | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **AFLP 1 et AFLP 2** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Evaluation** | | | | | | | | En fin de séquence  Evalué sur le meilleur des 3 passages. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Note** | | | | | | | | 12 points | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Éléments à évaluer** | | **Repères d’évaluation** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Degré 1** | | | | | | **Degré 2** | | | | | | | | | | **Degré 3** | | | | | | | **Degré 4** | | | | | | | | | |
| **AFLP 1**  Analyser sa performance pour adapter son projet et progresser | | L’élève produit des efforts qui ne lui permettent pas d’atteindre sa meilleure performance | | | | | | L’élève mobilise ses ressources de façon irrégulière et/ou inappropriée | | | | | | | | | | L’élève répartit régulièrement l’intensité de ses efforts pour optimiser sa performance | | | | | | | L’élève optimise la répartition de ses efforts sur l’ensemble de l’épreuve pour être le plus performant à l’instant T. | | | | | | | | | |
| **4 pts** | | **De 0 à 1 pts** | | | | | | **De 1,5 à 2 pts** | | | | | | | | | | **De 2,5 à 3 pts** | | | | | | | **De 3 à 4 pts** | | | | | | | | | |
| **Performance maximale** | **Filles**  Femme | 1.09 | 1.08 | 1.07 | 1.06 | 1.05 | 1.04 | 1.03 | | 1.02 | 1.01 | | | 1 | 59 | 58 | 57.5 | | 57 | 56.5 | 56 | 55.5 | 55 | 54.5 | | 54 | 53.5 | | 53 | 52.5 | | 52 | | 51 |
| **Temps** | *Barème Établissement* | | | | | | | | | | | | | | *Seuil national de performance* | | | | *Barème Établissement* | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | | | | | | | | |  | | | |  | | | | | | | | | | | | | | |
| **Garçons**  Homme | 58 | 57 | 56 | 55 | 54 | 53 | 52 | 51 | | | 50 | 49 | | 48 | 47 | 46 | | 45 | 44.5 | 44 | 43.5 | 43 | 42.5 | | 42 | 41.5 | | 41 | | 40.5 | 40 | 39 | |
| **Note / 3 pts** | | **0** | **0,25** | | **0,5** | | **0,75** | | **1** | | | | **1,25** | | | **1,5** | | | | **1,75** | | **2** | | **2,25** | | | | **2,5** | | | **2,75** | | **3** | |
| **AFLP 2**  Connaître et mobiliser les techniques efficaces pour produire la meilleure performance possible  **5 points** | | **Faible efficacité technique** | | | | | | **Efficacité technique qui se dégrade avec la fatigue** | | | | | | | | | | **Efficacité technique stable malgré la fatigue** | | | | | | | **Grande efficacité technique sur les 3 passages** | | | | | | | | | |
| Trajets moteurs inefficaces  Expiration aquatique non maitrisée  Corps non équilibré freinant la propulsion  Ne gère pas son effort et se fatigue rapidement  **De 0 à 0,5 pt** | | | | | | Trajets moteurs efficaces en début de parcours mais se dégradent avec la fatigue  Expiration aquatique partielle  L’équilibre du corps varie selon la fatigue  Gestion de l’effort aléatoire  **De 1 à 2 pts** | | | | | | | | | | Efficacité des trajets moteurs  Expiration aquatique sur l’ensemble du parcours  Corps équilibré  S'engage en dosant son effort pour terminer l'épreuve  **De 2,5 à 4 pts** | | | | | | | Efficacité des trajets moteurs  Expiration aquatique fluide  Corps équilibré permettant une propulsion efficace  S'engage en dosant et en régulant son effort pour terminer l'épreuve  **De 4,5 à 5 pts** | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **AFLP 3** | | | | |
| **Evaluation** | | Tout au long de la séquence d’enseignement | | |
| **Note** | | De 2 à 6 points en fonction du choix de l’élève | | |
| **Éléments à évaluer** | **Repères d’évaluation** | | | |
| **Degré 1** | **Degré 2** | **Degré 3** | **Degré 4** |
| Analyser sa performance pour adapter son projet et progresser. | Refuse de répéter les gestes techniques  Aucune analyse de sa prestation et de celle de son partenaire  Interprète les données en critiquant  Abandonne rapidement | Faible répétition des gestes techniques  Analyse partielle de sa prestation et de celle de son partenaire  Interprète les données de manière non constructive  Abandonne en situation d’échec | Répète les gestes techniques maitrisés  Analyse sa prestation et celle de son partenaire avec lucidité  Interprète les données sans critiquer  Fait preuve de persévérance | Accepte de répéter tous les gestes techniques  Analyse sa prestation et celle de son partenaire de manière constructive  Interprète les données et les exploite de manière pertinente  Fait preuve de persévérance. |
| 🞎 Choix n°1 = 6 points | De 0 à 1 pts | De 1,5 à 2,5 pts | De 3 à 4,5 pts | De 5 à 6 pts |
| 🞎 Choix n°2 = 4 points | De 0 à 0,5 pts | De 1 à 1,5 pts | De 2 à 2,5 pts | De 3 à 4 pts |
| 🞎 Choix n°3 = 2 points | De 0 à 0,25 pts | De 0,5 à 0,75 pts | De 1 à 1,5 pts | De 1,75 à 2 pts |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **AFLP 4** | | | | |
| **Evaluation** | | Tout au long de la séquence d’enseignement | | |
| **Note** | | De 2 à 6 points en fonction du choix de l’élève | | |
| **Éléments à évaluer** | **Repères d’évaluation** | | | |
| **Degré 1** | **Degré 2** | **Degré 3** | **Degré 4** |
| Assumer des rôles sociaux pour organiser une épreuve de production de performance, un concours. | Règles de nage et de sécurité non respectées  Rôle de coach et de partenaire non assuré  N’écoute pas les conseils de son partenaire | Règles de nage et de sécurité partiellement respectées  Rôle de coach et de partenaire partiellement assuré  Ecoute les conseils de son partenaire mais n’en tient pas compte lors de sa nage | Règles de nage et de sécurité respectées  Assure le rôle de coach et de partenaire  Ecoute les conseils de son partenaire | Respecte et fait respecter les règles de nage et de sécurité  Assure le rôle de coach et de partenaire de manière constructive et pertinente  Ecoute et tire profit des conseils de son partenaire |
| 🞎 Choix n°1 = 2 points | De 0 à 0,25 pts | De 0,5 à 0,75 pts | De 1 à 1,5 pts | De 1,75 à 2 pts |
| 🞎 Choix n°2 = 4 points | De 0 à 0,5 pts | De 1 à 1,5 pts | De 2 à 2,5 pts | De 3 à 4 pts |
| 🞎 Choix n°3 = 6 points | De 0 à 1 pts | De 1,5 à 2,5 pts | De 3 à 4,5 pts | De 5 à 6 pts |