REFERENTIEL D'EVALUATION CAP LPO Joseph Zobel

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

APSA : Natation de vitesse

But : Réaliser la meilleure performance possible sur 50m nage libre chronométré

Organisation :

- Les élèves sont placés par binômes affinitaires. Pendant que l'un nage, l'autre observe et le coache. Puis, les rôles sont inversés.
- Suite à un départ plongé, réaliser 3X50m chronométrés par l'enseignant
- L'élève choisit sa nage entre le dos crawlé, la brasse et la crawl. Il peut, s'il le souhaite, changer de nage au cours du 50m
- La récupération entre les 50m est d'environ 10 minutes et se déroule dans l'eau. Le coach profite de ce moment pour apporter des conseils à son partenaire et lui faire éventuellement revoir des techniques nécessaires à l'amélioration de son efficacité.

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 :

- AFLP1 : Produire et répartir intentionnellement ses efforts en mobilisant ses ressources pour gagner ou battre un record.
- AFLP2 : 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 des attendus suivants, choisis par l'enseignant :

- AFLP3 : S'engager et persévérer seul ou à plusieurs dans des efforts répétés pour progresser dans une activité de performance.
- AFLP4 : S'impliquer dans des rôles sociaux pour assurer le bon fonctionnement d'une épreuve de production de performance.

Modalités *: en fin de formation, le candidat choisit de répartir les 8 points entre les deux AFLP retenus avant la situation d'évaluation. Trois choix sont possibles : 6-2 /4-4 / 2-6. La répartition choisie doit être annoncée par l'élève au cours des premières séances de la séquence, avant la situation d'évaluation.*

Evaluation de fin de séquence (12 points)

- Se préparer pour nager vite plusieurs courses successives en utilisant différents modes de nage
- L'efficacité technique et la performance sont évaluées sur le meilleur des 3 passages

AFLP évalués	Repères d'évaluation							
	Degré 1		Degré 2		Degré 3		Degré 4	
Positionnement précis dans le degré.	-	+	-	+	-	+	-	+
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 capacités. • Il répartit ses efforts de façon aléatoire.		• Il mobilise modérément et/ou ponctuellement ses ressources. • Il répartit ses efforts de manière inadaptée.		• Il mobilise ses ressources de manière conséquente pour produire ses performances. • Il 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.	

Performance	filles	**1'04**	**1'03**	**1'02**	**1'01**	**1'**	**59**	**58**	**57**	**56**	**55**	**54**	**53**	**52**	**51**	**50**	**49**	**48**	**47**	**46**	**45**	**44**	**43**	**42**	**41**	**40**
NOTE SUR 7 POINTS		**0**	**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**
Performance	garçons	**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**

AFLP2 : Connaître et utiliser des techniques efficaces pour produire la meilleure performance possible. **Note sur 5 points**	**Faible efficacité motrice** Trajets moteurs inefficaces Expiration aquatique non maîtrisée Corps non équilibré freinant la propulsion Ne gère pas son effort et se fatigue rapidement **0 pt** **0,5 pt**	**Efficacité technique qui se dégrade avec la fatigue** Trajets moteurs efficaces en début de parcours mais se dégradent avec la fatigue Expiration aquatique partielle Équilibre du corps varie selon la fatigue Gestion de l'effort aléatoire **1 pt** **2 pts**	**Efficacité technique stable malgré la fatigue** Efficacité des trajets moteurs Expiration aquatique sur l'ensemble du parcours Corps équilibré S'engage en dosant son effort pour terminer l'épreuve **2,5 pts** **4 pts**	**Grande efficacité technique sur les 3 passages** 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 **4,5 pts** **5 pts**

AFLP évalué	**Repères d'évaluation :** Accepter de sortir de sa zone de confort pour apprendre de nouvelles techniques de nage et les répéter de manière à progresser			
	Degré 1	Degré 2	Degré 3	Degré 4
AFLP3 - S'engager et persévérer seul ou à plusieurs dans des efforts répétés pour progresser dans une activité de performance.	- Refuse de répéter les gestes techniques - Aucune analyse de sa prestation ni celle de son partenaire - Interprète les données en critiquant - Abandonne rapidement	- Faible répétition des gestes techniques - Analyse partielle de sa prestation et celle de son camarade - Interprète les données de manière non constructive - Abandonne en situation d'échec	- Répète les gestes techniques maîtrisés - 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 camarade de manière constructive - Interprète les données et les exploite de manière pertinente - Fait preuve de persévérance

Si N/6	0 à 1 pt	1.5 à 2.5 pts	3 à 4.5 pts	5 à 6 pts
Si N/4	0 à 0.5 pts	1 à 1.5 pts	2 à 2.5 pts	3 à 4 pts
Si N/2	0 à 0.25 pts	0.5 à 0.75 pts	1 à 1.5 pts	1.75 à 2 pts

AFLP évalué	**Repères d'évaluation ;** Intégrer les règles des différentes nages et les règles de sécurité Observer et conseiller son partenaire pour l'aider à progresser			
AFLP4 – S'investir, prendre des responsabilités, développer un comportement solidaire	Degré 1	Degré 2	Degré 3	Degré 4
	- 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 la nage	- Règles de nage et de sécurité respectées - Assure les rôles 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