

Référentiel national *rappel Circulaire du 29-12-2020, BOEN n°4 du 28 janvier 2021 et annexe1 (CCF)*

Champ d'apprentissage n° 1 : 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.

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 lucidement ses efforts en mobilisant de façon optimale ses ressources pour gagner ou battre un record.
- Connaître et mobiliser les 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.

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

- Analyser sa performance pour adapter son projet et progresser.
- Assumer des rôles sociaux pour organiser une épreuve de production de performance, un concours.
- Assurer la prise en charge de sa préparation et de celle d'un groupe, de façon autonome pour produire la meilleure performance possible.
- Connaître son niveau pour établir un projet de performance située culturellement.

Modalités

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.

Le passage du degré 2 au degré 3 permet l'attribution de la moitié des points dévolus à l'AFLP.

Trois choix sont possibles :

	choix 1	choix 2	choix 3
AFLP X	4	6	2
AFLP Y	4	2	6

Établissement

UAI :

Nom :

Commune :

Contexte de l'établissement et choix réalisés par l'équipe pédagogique :

Ce choix répond déjà sur la possibilité d'utiliser les infrastructures du collège, doté d'une piste d'athlétisme, outil idéal pour planifier un cycle de demi-fond. Ensuite les attentes certificatives demandant d'évaluer les élèves dans 3 APSA différentes justifient aussi l'orientation du choix de programmer cette épreuve de demi-fond « remodelée ». Effectivement, en aménageant l'épreuve en 2x400 mètres plus adaptée aux caractéristiques des élèves (ressources / filières énergétiques mobilisées), cela apparaît être un bon « compromis », dans l'objectif de ce champ d'apprentissage de réaliser une performance motrice maximale, mesurable à une échéance donnée.



	<p>Cette épreuve évaluée sous forme de relais permet de gérer la mixité, en dynamisant l'émulation avec un côté « ludique » et met les élèves en situation de coopération et régulation favorisant la dimension méthodologique et cognitive, ce qui permet d'initier plus facilement les élèves à la culture de l'effort fractionné propre à l'activité (autour de la valeur de référence (la VMA) et d'optimiser les techniques de course).</p> <p>Enfin, l'autre priorité est de valoriser en fin de cursus la méthodologie de l'échauffement général et spécifique, au regard des besoins de cette épreuve. Instaure comme « routine » de fonctionnement, l'échauffement est un « incontournable » d'une pratique en toute sécurité, quel que soit l'activité. Cette compétence transversale est évaluée et sera réinvestie dans plusieurs APS, répondant pleinement à la finalité de l'EPS, de former un citoyen « épanoui, cultivé, capable de faire des choix éclairés et responsables pour s'engager de façon régulière, autonome et pérenne dans un mode de vie actif et solidaire ».</p>	
--	---	--

CA1 - Évaluation en fin de séquence sur 12 points

Principe d'élaboration de l'épreuve du contrôle en cours de formation (CCF)

Ci-après, l'équipe pédagogique décrit l'épreuve, précise le barème de performance de l'établissement, et décline les AFLP1 et 2 dans chacun des 4 degrés.

Les textes en caractères grisés seront supprimés, ils sont des aides ou des rappels du référentiel national.

CA1 – APSA : DEMI-FOND

L'épreuve consiste à réaliser la meilleure performance possible en relais à 2 en courant chacun 2x400 mètres. Chaque 400 mètres est chronométré et recueilli pour évaluer la performance individuelle du candidat.

L'AFLP1 est évalué sur 7 points avec :

- Une note de performance sur 3 points correspond au cumul des 2 temps individuels réalisés sur 400 mètres, soit 800 mètres par élève.
- Une note sur 4 points correspond à la production et la répartition lucide des efforts pour réaliser la meilleure performance le jour de l'épreuve mise en évidence par la mobilisation d'un haut pourcentage de VMA pendant les courses.

L'AFLP2 noté sur 5 points, fait référence à l'apport de connaissance et l'utilisation de techniques efficaces pour réaliser la meilleure performance possible, avec comme indice révélateur, la prise en compte de la gestion de l'ensemble de l'épreuve au travers de l'écart entre les deux courses.

Repères d'évaluation - *Le candidat est positionné avec précision dans le degré correspondant à ses acquisitions avant le calcul de sa note*

CA1 –AFLP1 (7 points)

a) Produire et répartir lucidement ses efforts en mobilisant de façon optimale ses ressources pour gagner ou battre un record.

Degré 1	Degré 2	Degré 3	Degré 4				
L'élève fournit des efforts de faible intensité. Il est peu essoufflé. Son temps est inférieur à 85% de sa VMA.	L'élève court de manière irrégulière, fait des accélérations par à-coups. Son temps est compris entre 86 et 95% de sa VMA.	L'élève s'engage dans des efforts intenses. Il est essoufflé mais ne ressent pas une grande fatigue musculaire. Son temps est compris entre 96 et 100% de sa VMA.	L'élève court à son maximum et exploite pleinement ses ressources pour réaliser la meilleure performance possible. Il ressent une grande fatigue musculaire en fin de course. Son temps est supérieur à 100% de sa VMA.				
0,5	1	1,5	2	2,5	3	3,5	4

Note sur 4 points

b) Performance

Barème de performance de l'établissement (à construire)

Filles

Garçons

Note sur 3points

	5'	4'50	4'40	4'35	4'25	4'15	4'10	4'	3'50	3'45	3'35	3'25
	4'10	4'	3'50	3'45	3'35	3.25	3'20	3'10	3'05	3'	2'50	2'40
0	0,25	0,5	0,75	1	1,25	1,5	1,75	2	2,25	2,5	2,75	3

CA1 –AFLP2 (5 points)

c) Connaitre et mobiliser les techniques efficaces pour produire la meilleure performance possible

Degré 1	Degré 2	Degré 3	Degré 4					
L'élève a une foulée étriquée(trèsfaible amplitude) et utilise très peu ses bras pour se propulser. Un écart de temps supérieur à 20'' est constaté, dû à un manque d'engagement	L'élève adopte une foulée active en début de course avec des appuis dynamiques en tirant sur ses bras. La foulée se dégrade lors de sa deuxième course, sous l'effet de la fatigue. Le deuxième 400m est plus lent de plus de 10''.	L'élève conserve une foulée dynamique sur l'ensemble de ses courses, tout en restant prudent. Il a la capacité d'accélérer sans difficulté. Sa deuxième course est plus rapide de plus de 10''.	L'élève a une foulée efficace et efficiente (cycle avant favorisé) en utilisant à bon escient la force propulsive et équilibratrice de ses bras. Cela lui permet de maintenir son effort en fin course malgré la fatigue. L'écart entre ses 2 courses est inférieur à 10''.					
0	0,5	1	2	2,5	3	4	4,5	5

Notesur5 points

Annotation complémentaire renvoyant au référentiel national :

L'épreuve engage le candidat à produire sa meilleure performance à une échéance donnée. Selon la situation proposée, cette performance peut résulter d'une épreuve combinée ou d'une pratique collective (relais par exemple).

Pour l'AFLP1, la note sur 7 est la somme de la note sur 4 obtenue par le positionnement précis dans le degré d'acquisition et de la note sur 3 obtenue selon la performance réalisée au regard du barème de l'établissement selon son sexe.

CA1 - Évaluation au fil de la séquence sur 8 points (répartition des points choisie par le candidat avant l'évaluation)

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 selon les 3 choix possibles (4 et 4 pts, 6 et 2 ou 2 et 6 pts).

CA1 – APSA : **DEMI-FOND :** L'évaluation au fil de la séquence est faite et appréciée par l'enseignant, à partir d'un apport de connaissances en classe : sur la méthodologie de l'échauffement, avec un topo sur les différentes filières énergétiques mobilisées sur une activité athlétique (plus spécifiquement en lien au demi-fond, avec la filière anaérobie lactique / rappel comparatif avec le cycle de course de durée abordé en 1^{ère} et la filière aérobie), pour mieux comprendre la mise en œuvre d'un travail « fractionné » (nombre de série et répétition / la relation temps et distance p/r % de la VMA), avec le calcul et l'importance des temps de passage individualisés/r à sa VMA. L'apport de conseils et ajustements, à partir de connaissances biomécaniques simples pour acquérir un vocabulaire « spécifique commun » (foulées, appuis, propulsion cycle avant, bras...) au regard de l'objectif et des ressources de l'élève (aide à la construction de sa gestion de course)) pour progresser et tendre à la meilleure performance possible.

L'AFLP 4 est évalué d'après l'implication de l'élève dans ses différents rôles, souvent en binôme : fiches à remplir (test VMA...), chronométrage et/ou relevé de données chronométriques de son partenaire ou d'autres camarades sur un travail fractionné intermittent, indication et justesse des temps de passage donnés et aussi coaching (analyse de la course / feedback cohérent entre le vécu et le ressenti) lors des différentes séquences d'apprentissages pour gagner en efficacité.

L'AFLP 5 est évalué par la capacité de l'élève à construire, adapter, mener et/ou diriger un échauffement individuel et/ou collectif structuré d'environ 10', en autonomie ou à la demande de l'enseignant, en fonction de l'engagement moteur ciblé par l'objectif d'une séquence d'apprentissage abordée durant le cycle.

Cette étape de l'évaluation sera finalisée le jour du CCF, avec une régulation, si besoin, de l'enseignant en retenant le meilleur degré d'acquisition atteint par l'élève au cours de la séquence sur les deux AFLP. La répartition des points ayant été choisie par l'élève avant l'évaluation de fin de séquence (4-4 / 6-2 / 2-6).

Deux AFLP évalués (8 pts)		Degré 1	Degré 2	Degré 3	Degré 4
Répartition des points selon le choix du candidat entre les 2 AFLP choisis par l'équipe pédagogique	2	0 à 0,25	0,5 à 0,75	1 à 1,5	1,75 à 2
	4	0 à 1	1,25 à 1,75	2 à 3	3,25 à 4
	6	0 à 1,5	1,75 à 2,75	3 à 4,5	4,75 à 6
CA1 - AFLP4 Assumer des rôles sociaux pour organiser une épreuve de production de performance.	L'élève est peu attentif et rencontre des difficultés pour chronométrer. Il se trompe régulièrement et oublie de donner les temps de passage. Le rôle de coach est subi et n'est consacré qu'au remplissage de la fiche, parfois de manière incomplète.	L'élève est hésitant, il ne sait pas toujours ce qu'il doit faire. Il effectue des erreurs de chronométrage mais il annonce les temps de passage. En tant que coach, il remplit correctement la fiche et encourage son partenaire, mais les conseils sont encore absents.	L'élève est concentré. Il chronomètre correctement et annonce les temps de passage. En tant que coach, il indique à son partenaire s'il court trop vite ou pas assez vite par rapport à sa performance cible.	L'élève est concentré et impliqué. Il est capable de chronométrer plusieurs camarades. En tant que coach, il prodigue des conseils pertinents sur la gestion de la course.	
CA1 - AFLP5 Assurer la prise en charge de sa préparation et de celle d'un groupe, de façon autonome pour produire la meilleure performance possible.	L'élève réalise un échauffement individuel bâclé. Il marche ou trottine à une allure très faible. Il ne s'échauffe pas avec son partenaire. L'élève ne regarde pas l'échauffement d'autre groupe pour s'aider.	L'élève réalise un échauffement complet avec un début de mise en activité, en suivant sur son partenaire. L'élève regarde l'échauffement de l'autre groupe, mais reste en retrait.	L'élève réalise un échauffement complet, avec une réelle mise en activité au niveau cardiaque avec son camarade. L'élève est présent pendant l'échauffement d'un autre groupe, il leur donne quelques conseils.	L'élève réalise un échauffement complet et progressif. Il finit son échauffement avec des réglages d'allure à sa vitesse de course (accélération progressive) L'élève conseille activement ses camarades lors de son échauffement et vérifie la vitesse de leurs accélérations.	