FICHE CERTIFICATIVE d'APSA (FCA) – CA1

BACCALAURÉAT GÉNÉRAL ET TECHNOLOGIQUE

Éducation Physique & Sportive- Enseignement Commun.

Soumise à validation le jj/mm/aa

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

Champ d'Apprentissage (CA)	**Attendus de Fin de Lycée (AFL)**		
CA	**AFL1**	**AFL2**	**AFL3**
Réaliser une performance motrice maximale mesurable une échéance donnée. *L'élève s'engage et se dépasse de manière délibérée pour aller plus vite, plus haut, plus loin, de façon unique ou répétée.*	**S'engager pour produire une performance maximale à l'aide de techniques efficaces, en gérant les efforts musculaires et respiratoires nécessaires et en faisant le meilleur compromis entre l'accroissement de vitesse d'exécution et de précision.**	**S'entrainer individuellement et collectivement pour réaliser une performance**	**Choisir et assumer les rôles qui permettent un fonctionnement collectif solidaire**

Activité Physique Sportive Artistique (APSA)	**Compétence de fin de séquence caractérisant les Attendus de Fin de Lycée (AFL) dans l'APSA**
Cocher l'APSA traitée *(sélectionner la case et y saisir un « x »)* Nationale : Badminton, ☐ Basket-ball, ☐Boxe française, ☐ Football, ☐ Handball ,☐Judo, ☐ Sauvetage, ☐ Tennis de table, ☐ 3/500 marche Académique : aucune Établissement : ☐ *à préciser ici :*	*S'engager pour produire une performance maximale à l'aide de techniques efficaces, en gérant les efforts musculaires et respiratoires nécessaires et en réalisant le meilleur compromis entre « produire le plus haut degré de performance sur une course » et « conserver sa vitesse utile au cours des trois courses ».* *Analyser son travail, se préparer et répéter ses gestes pour améliorer son efficacité.* *Être capable de tenir les rôles de coach, organisateur, observateur. Coopérer et s'organiser collectivement en fonction de l'objectif de travail pour gagner en efficacité.*

Principes d'évaluation

L'équipe pédagogique spécifie l'épreuve d'évaluation du CCF et les repères nationaux dans l'APSA support.

	AFL1	**AFL2**				**AFL3**				
Temporalité	Évalué le jour de l'épreuve	Évalués au fil de la séquence et éventuellement le jour de l'épreuve								
Points	**12 points selon barème défini par l'équipe**	**8 points selon la répartition choisie par l'élève parmi 3 choix possibles**								
Précisions	*Au croisement du niveau de performance et de l'efficacité technique et tactique. 2 éléments sont évalués distinctement, chacun d'eux est noté au moins sur 4. Pour chacun des deux éléments, les co-évaluateurs positionnent l'élève dans un degré puis ajustent la note en fonction de la proportion des oppositions gagnées.*	**Choix**	Degré1	Degré2	Degré3	Degré4	**Choix**	Degré1	Degré2	Degré3	Degré4
		a) 2 pts	0 à 0,5	0,75 à1	1,25 à 1,5	1,75 à 2	**a) 6 pts**	0 à 1,25	1,5 à 2,75	3 à 4,5	4,75 à 6
		b) 4 pts	0 à 0,75	1à 1,75	2 à 3	3,25 à 4	**b) 4 pts**	0 à 0,75	1à 1,75	2 à 3	3,25 à 4
		c) 6 pts	0 à 1,25	1,5 à 2,75	3 à 4,5	4,75 à 6	**c) 2 pts**	0 à 0,5	0,75 à1	1,25 à 1,5	1,75 à 2

Principes d'élaboration de l'épreuve pour AFL1
L'épreuve consiste en la réalisation de 3 courses de marche athlétiques de 500 m chronométrées par un enseignant à la seconde. Les élèves réalisent leurs courses sans montre ni chronomètre mais un temps de passage est donné par l'observateur à 250 m. Entre chaque course de 500 m, le coureur dispose d'une pause de 15 minutes maximum. Les élèves sont évalués en référence à 2 indicateurs : élément 1, élément 2. **Elément n°1** : correspond au cumul des 3 temps (C1+ C2+ C3). **Elément n°2** : correspond à l'indice de stabilisation de la performance. L'indicateur est le différentiel entre le meilleur temps réalisé sur 500 m (en C1, C2 ou C3) et les 2 autres. Exemple : si le meilleur temps est réalisé en C2, alors l'indicateur retenu est : (C1 – C2) + (C3 – C2) Avant l'épreuve, l'élève remplit une fiche indiquant les temps visés pour chaque 500M qu'il compte suivre. Après la 1ere course seulement, il a le droit de modifier son temps. Le jour de l'examen, l'élève doit fournir son carnet d'entrainement qui détaille la progression et les séances réalisées pendant la séquence. Au début de la séquence, l'élève choisit deux rôles et sa répartition des notes pour l'AFL2 et L'AFL3.

CA1	AFL1 - Repères d'évaluation (1)		
Intitulé	S'engager pour produire une performance maximale à l'aide de techniques efficaces, en gérant les efforts musculaires et respiratoires nécessaires et en faisant le meilleur compromis entre l'accroissement de vitesse d'exécution et de précision.	Déclinaison dans l'APSA	« S'engager pour produire une performance maximale à l'aide de techniques efficaces, en gérant les efforts musculaires et respiratoires nécessaires et en faisant le meilleur compromis entre l'accroissement de vitesse d'exécution et de précision »
Option pour l'élève	Choix dans la composition présentée.		

Éléments à évaluer		Degré 1					Degré 2					Degré 3					Degré 4				
Performance maximale	Garçons	22M et +	21M30	21M	20M	19M	19M30	19M15	19	18M30	18	17M	16M	15M	14M	13M	12M	12M30	11M	10M50	10M30
	Cocher																				
	Note	0,6	1,2	1,8	2,4	3	3,6	4,2	4,8	5,4	6	6,6	7,2	7,8	8,4	9	9,6	10,2	10,8	11,4	12
Efficacité ; stabilisation de la performance	Écart en secondes	+24''	24''	23''	22''	21''	20''	19''	18''	17''	16''	15''	14''	13''	12''	11''	10''	9''	8''	7''	6'' et -
Note sur 12	Croisement entre la perf max et l'efficacité technique																				

CA1 AFL2 - Repères d'évaluation

Intitulé	**S'entraîner individuellement ou collectivement pour réaliser une performance**	**Déclinaison dans l'APSA**	*Analyser son travail, se préparer et répéter ses gestes pour améliorer son efficacité. Suivi réalisé à l'aide d'un carnet d'entrainement*	
Option pour l'élève	Répartition du nombre de points entre AFL2 et AFL 3.			
Éléments à évaluer	**Degré 1**	**Degré 2**	**Degré 3**	**Degré 4**
Construire, planifier, des entrainements spécifiques et personnalisés en fonction des temps estimés et de ses capacités	...Entraînement inadapté à ses capacités physiques Aucune connaissance (allures-récupération-durée-VMA) Carnet incomplet, manque d'assiduité	...Entrainement partiellement adapté Choix (allures-récupération-durée-VMA- handicap) pas toujours adaptés. Carnet descriptif sans analyse	...Entrainement adapté -Choix cohérent. Les entrainements sont progressifs et sont construits en fonctions des séances précédentes. Carnet complet, début d'analyse	...Entraînement optimisé • Choix adaptés aux ressources et au projet envisagé (les temps estimés sont cohérents et ambitieux). Les entrainements sont progressifs et cherchent à repousser les limites (VMA prise en compte et degré d'inaptitude) Carnet détaillé, analyse complète et pertinente, mise en projet personnel
S'échauffer, répéter des entrainements spécifiques et personnalisés r pour améliorer l'efficacité de ses actions	- - Echauffement inexistant - Répète trop peu les efforts pour produire des effets sur lui-même ou à trop faible intensité. • Préparation insuffisante, beaucoup de temps morts, récupération partielle. • Élève passif	-Echauffement inconsistant, incomplet - Reste légèrement en deçà du volume attendu et/ou perd en intensité au fil des répétitions. • Préparation et récupération stéréotypées et minimales. • Élève suiveur	- Echauffement structuré et standard - Atteint le volume d'effort minimal attendu en conservant l'intensité liée au projet • Préparation et récupération pertinentes, complètes et répétées. • Élève acteur	- Echauffement complet, progressif et personnalisé Répète les efforts et dépasse le volume d'effort attendu en conservant l'intensité liée au projet. • Préparation ambitieuse et persévérante • Élève "leader", qui repousse ses limites.
Note sur 2, 4 ou 6	La note de l'AFL 2 dépend du choix effectué par l'élève dans la répartition des points entre AFL2 et AFL 3 et du degré d'acquisition atteint. (cf. grille de répartition en page 1)			

CA1 AFL3 - Repères d'évaluation

Intitulé	**Coopérer pour faire progresser.**	**Déclinaison dans l'APSA**	Choisir et assumer deux rôles avec efficience afin de participer à l'organisation du groupe classe (coach, observateur, organisateur).
Option pour l'élève	Répartition du nombre de points entre AFL2 et AFL3.Choix des modalités d'aide de son ou ses partenaires.		

Éléments à évaluer	**Degré 1**	**Degré 2**	**Degré 3**	**Degré 4**
Coach	**Spectateur** Peu attentif à son coureur, il n'est pas en mesure de donner des conseils.	**Supporter** Attentif, supporte son coureur. Annonce inadaptée et / ou erronée Les annonce du passage à 250M ne sont pas toujours régulière.	**Coach amateur** Attentif à son coureur, l'encourage et apporte des conseils. Annonce les passages à 250M avec justesse	**Coach éclairé** Attentif à son coureur, l'encourage et apporte des conseils pertinents. Annonce les passages à 250M avec justesse
Observateur	Ne remplit pas correctement la fiche.	Remplit partiellement la fiche	Remplit correctement la fiche	Remplit parfaitement la fiche même en cas de modification du plan d'entrainement du coureur.
Organisateur	Peu concerné, ne sait pas comment placer le protocole, ne le fait pas spontanément.	Appliqué mais brouillon dans la position des plots, dans l'organisation des groupes.	Investi, organise consciencieusement les plots du protocole. Rappelle à l'ordre les coureurs.	Investi, est leader dans l'organisation du protocole. et anticipe les informations à donner pour le bon déroulement de l'épreuve.
Note sur 6,4 ou 2	L'élève est évalué sur sa capacité à observer un partenaire et le conseiller pour lui permettre de progresser et sa capacité à mettre en place le protocole des courses La note de l'AFL3 dépend du choix effectué par l'élève dans la répartition des points entre AFL2 et AFL3 et du degré d'acquisition atteint (cf. grille de répartition en page 1).			

Validation (réservé aux IA-IPR)	Motivation et/ou commentaire :
Fiche vallidée	

Fiche de l’élève

Nom et prénom : Classe :

	1er 500m (Annoncé avant la C1)	2eme 500m (Annoncé avant la C1)	3eme 500m (Annoncé avant la C1)
Temps estimé			
Temps réalisé			
Écart			
Cumul 3/500			
Cumul écart			
Note cumul 3/500			
Note AFL1 :			