FICHECERTIFICATIVE d'APSA (FCA) - CA1

BACCALAURÉAT GÉNÉRAL ET TECHNOLOGIQUE

Éducation Physique & Sportive - Enseignement de spécialité EPPCS

Soumise à validation le jj/mm/aa

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

Champ d'Apprentissage (CA)	**Attendu de Fin de Lycée (AFL)**
CA1	**AFL1**
Réaliser une performance motrice maximale mesurable une échéance donnée.	**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.**

Activité Physique Sportive Artistique (APSA)	**Compétence de fin de séquence caractérisant l'attendu de Fin de Lycée (AFL) dans l'APSA**
Cocher l'APSA traitée (sélectionner la case et y saisir un « x ») Nationale : ☐Courses, ☐ Lancers, ☐ Natation vitesse,☐ Sauts Académique : ☒Biathlon Établissement : ☐*à préciser ici :* *Attention : 1 seule APSA Établissement par lycée.*	*S'organiser pour exploiter au mieux ses capacités physiques, et chercher à les améliorer, en vue d'une réalisation de performance athlétique en se montrant capable d'alterner rapidement les phases de haute intensité cardio-respiratoire et les phases de relâchement, propices à l'adresse et la précision.*

Principes d'évaluation

L'épreuve respecte les principes d'élaboration du référentiel national du champ d'apprentissage.

L'épreuve doit révéler le plus haut niveau de performance et d'efficacité technique de l'élève dans le respect :

- **Des principes de la filière énergétique principalement sollicitée au regard de la durée d'effort ;**
- **De la forme scolaire de pratique retenue ; Du parcours de formation de l'élève.**

L'épreuve comporte la production d'au moins 2 réalisations maximales mesurées et/ou chronométrées ; elle peut combiner deux activités (Ex : Course et saut ou course et vélo...) ;elle peut être collective (entre candidats ou éventuellement avec l'apport d'élèves « plastrons »)

	AFL1
Temporalité	Évalué le jour de l'épreuve
Points	**La note cumule la performance réalisée (élément A sur 6 points) et l'efficacité technique (élément B sur 6 points)**

Précisions	Élément A :Performance: • La somme des temps de chacun des 800m . T1+T2 (noté sur 6) Élément B : efficacité technique • Le temps utilisé pour valider les 3 séquences de tir (T2-T1) traduit la stabilité de l'arme pendant le tir, la maîtrise de la respiration, la cadence de tir (noté sur 3) • Le pourcentage de réussite au tir traduit la maîtrise du tir (noté sur 3)

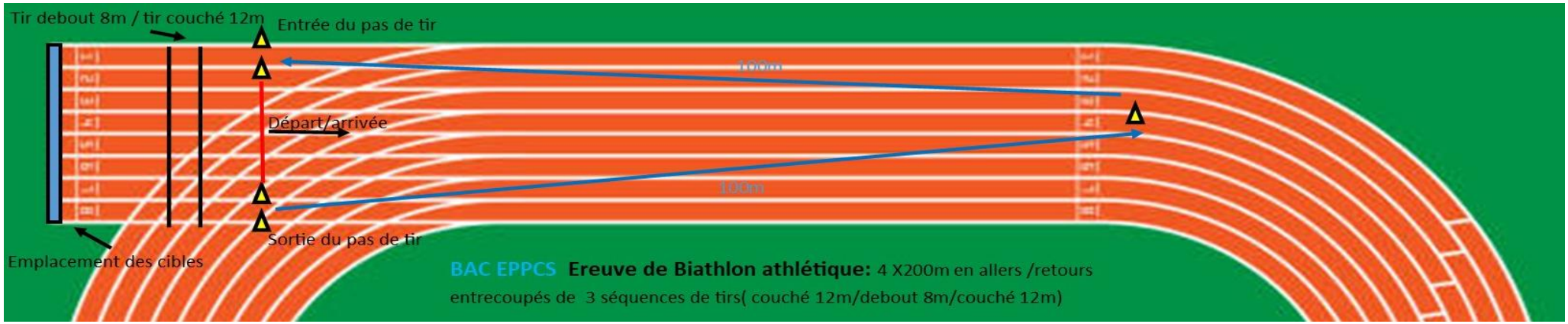
Principes d'élaboration de l'épreuve du contrôle en cours de formation (CCF)

L'épreuve commence par un échauffement libre de 20 minutes avec accès au pas de tir.

Les candidats effectuent un premier 800m chronométré sur piste(T1), par séries homogènes de niveau, de 8 coureurs maximum.

Récupération libre de 20 minutes.

Les candidats effectuent un second 800m chronométré(T2) de 4 aller/retours de 200m sur la ligne droite du 100m entrecoupés de 3 séquences de tir.
Séquence 1 : tir couché à 12m
Séquence 2 : tir debout à 8m
Séquence 3 : tir couché à 12m
Le candidat doit allumer les 5 cibles pour valider les 2 séquences de tir couché et 3 cibles pour la séquence de tir debout. Possibilité illimitée de recharger sa carabine (laser).
Le nombre total de tirs effectués est comptabilisé pour calculer le pourcentage de réussite au tir.



CA1 AFL1 - Repères d'évaluation

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'organiser pour exploiter au mieux ses capacités physiques, et chercher à les améliorer, en vue d'une réalisation de performance athlétique en se montrant capable d'alterner rapidement les phases de haute intensité cardio-respiratoire et les phases de relâchement, propices à l'adresse et la précision.*
Option pour l'élève	Le mode de nage, la répartition d'un nombre d'essais de l'épreuve, le type de départ, d'élan, de virage, etc.		

Éléments à évaluer		**Degré 1**						**Degré 2**						**Degré 3**						**Degré 4**						
Elément 1 : *La performance maximale*	**FILLES**																									
/6 points		**V**	**O**	**I**	**R**		**B**	**A**	**R**	**E**	**M**	**E**		**E**	**N**		**A**	**N**	**N**	**E**	**X**	**E**				
Le seuil de performance médian (3/6) est fixé nationalement. Le reste du barème est à construire en équipe d'établissement.	**GARÇONS**																									
Elément 2 : *L'efficacité technique :* - *Elle est* ***traduite par des indicateurs chiffrés*** - *Les attentes* ***sont lisibles et utilisables par les élèves***		**Indicateurs chiffrés** : entre 130 et 112 secondes d'écart entre les deux 800m Pas de stabilité de l'arme La respiration parasite la visée Taux de réussite au tir : 16 à 28%						**Indicateurs chiffrés** : entre 109 et 94 secondes d'écart entre les deux 800m Peu de stabilité de l'arme La respiration perturbe la visée Taux de réussite au tir : 30 à 44%						**Indicateurs chiffrés** : entre 91 et 76 secondes d'écart entre les deux 800m stabilité de l'arme La respiration est contrôlée Taux de réussite au tir : 47 à 66% .						**Indicateurs chiffrés** : entre 73 et 58 secondes d'écart entre les deux 800m Très bonne stabilité de l'arme La respiration est bien maîtrisée Taux de réussite au tir : 70 à 85%						
/6 points		**0**					**1,25**	**1,5**					**2,75**	**3**					**4,25**	**4,5**						**6**
Note sur 12= (Elément 1 + Elément 2)		La note globale de l'AFL1est établie en additionnant l'élément 1 (la performance maximale) et l'élément 2 (l'indice technique traduit par des indicateurs chiffrés). Elle s'échelonne entre 0 à 12 pts.																								

CA1 Annexes

BAC EPPCS	Biathlon	*Lycée Pierre du Terrail - PONTCHARRA*

Principe d'élaboration de l'épreuve

Epreuve: Le candidat réalise deux courses chronométrées de 800m sur piste, l'une sans sans tir, l'autre avec 3 séquences de tir. Le temps de récupération entre les

1er 800m: Autour de la piste.

2ème 800m: 4 fois 200m en aller/retour sur la ligne droite de la piste, entrecoupés de 3 séquences de tirs(couché à 12m, debout à 8m, couché à 12m). Le candidat doit allumer les **5 cibles** pour valider les 2 séquences de ***tir couché*** et **3 cibles** pour la séquence de ***tir debout*** .

La performance et l'efficacité technique évaluées.

Performance: les temps sur chacun des 800m (le 1er est noté sur 2 points et le second sur 4 points)

efficacité technique: Le temps utilisé pour valider les 3 séquences de tir(différence entre les temps des 2 courses de 800m) et le pourcentage de réussite au tir.

Barème

éléments à évaluer	**Degré 1**							**degré 2**						**degré 3**						**degré 4**					
T1F: 1er 800m temps filles	04:22	04:18	04:14	04:10	04:06	04:02	03:58	03:54	03:50	03:46	03:42	03:39	03:36	03:33	03:29	03:26	03:23	03:20	03:16	03:13	03:10	03:07	03:04	03:01	02:58
T1G: 1er 800m temps garçons	03:32	03:28	03:24	03:20	03:16	03:12	03:08	03:04	03:00	02:56	02:53	02:51	02:49	02:46	02:44	02:42	02:40	02:37	02:35	02:33	02:31	02:28	02:26	02:24	02:22
T2F: 2e 800m temps filles	05:56	05:50	05:44	05:38	05:32	05:26	05:20	05:14	05:08	05:02	04:56	04:50	04:44	04:38	04:32	04:26	04:20	04:14	04:08	04:02	03:56	03:50	03:44	03:38	03:32
T2G: 2e 800m temps garçons	04:44	04:40	04:36	04:32	04:28	04:24	04:20	04:16	04:12	04:08	04:04	04:00	03:56	03:52	03:48	03:44	03:40	03:36	03:32	03:28	03:24	03:20	03:16	03:12	03:08
T1F + T2F	10:18	10:08	09:58	09:48	09:38	09:28	09:18	09:08	08:58	08:48	08:38	08:29	08:20	08:11	08:01	07:52	07:43	07:34	07:24	07:15	07:06	06:57	06:48	06:39	06:30
T1G + T2G	08:16	08:08	08:00	07:52	07:44	07:36	07:28	07:20	07:12	07:04	06:57	06:51	06:45	06:38	06:32	06:26	06:20	06:13	06:07	06:01	05:55	05:48	05:42	05:36	05:30
Performance /6	0	0,25	0,5	0,75	1	1,25	1,5	1,75	2	2,25	2,5	2,75	3	3,25	3,5	3,75	4	4,25	4,5	4,75	5	5,25	5,5	5,75	6
T2 - T1= temps "tirs"	02:10	02:07	02:04	02:01	01:58	01:55	01:52	01:49	01:46	01:43	01:40	01:37	01:34	01:31	01:28	01:25	01:22	01:19	01:16	01:13	01:10	01:07	01:04	01:01	00:58
efficacité technique /3	0	0,13	0,25	0,38	0,5	0,63	0,75	0,88	1	1,13	1,25	1,38	1,5	1,63	1,75	1,88	2	2,13	2,25	2,38	2,5	2,63	2,75	2,88	3
taux de réussite (%nb tirs /15)	16%	18%	20%	22%	24%	26%	28%	30%	32%	35%	38%	41%	44%	47%	50%	54%	58%	62%	66%	70%	73%	76%	79%	82%	85%
efficacité technique /3	0	0,13	0,25	0,38	0,5	0,63	0,75	0,88	1	1,13	1,25	1,38	1,5	1,63	1,75	1,88	2	2,13	2,25	2,38	2,5	2,63	2,75	2,88	3

BAC EPPCS - Fiche de relevé de tirs

1	NOM	Prénom	Phase de tir	Recharge 1 ■					Recharge 2 ☐					Recharge 3 ☐					Recharge 4 ☐					Recharge 5 ☐					TOTAL
			Tir couché12m	X	X	X	X	X																					
			Tir debout 8m	X	X	X	X	X																					
			Tir couché12m	X	X	X	X	X																					
2	NOM	Prénom	Phase de tir	Recharge 1 ■					Recharge 2 ☐					Recharge 3 ☐					Recharge 4 ☐					Recharge 5 ☐					TOTAL
			Tir couché12m	X	X	X	X	X																					
			Tir debout 8m	X	X	X	X	X																					
			Tir couché12m	X	X	X	X	X																					
3	NOM	Prénom	Phase de tir	Recharge 1 ■					Recharge 2 ☐					Recharge 3 ☐					Recharge 4 ☐					Recharge 5 ☐					TOTAL
			Tir couché12m	X	X	X	X	X																					
			Tir debout 8m	X	X	X	X	X																					
			Tir couché12m	X	X	X	X	X																					
4	NOM	Prénom	Phase de tir	Recharge 1 ■					Recharge 2 ☐					Recharge 3 ☐					Recharge 4 ☐					Recharge 5 ☐					TOTAL
			Tir couché12m	X	X	X	X	X																					
			Tir debout 8m	X	X	X	X	X																					
			Tir couché12m	X	X	X	X	X																					
5	NOM	Prénom	Phase de tir	Recharge 1 ■					Recharge 2 ☐					Recharge 3 ☐					Recharge 4 ☐					Recharge 5 ☐					TOTAL
			Tir couché12m	X	X	X	X	X																					
			Tir debout 8m	X	X	X	X	X																					
			Tir couché12m	X	X	X	X	X																					

Compter le nombre de recharges effectuées pendant la séquence de tir. Quand le biathlète a allumé les 5 cibles, regarder combien il reste de tirs non utilisés dans la dernière recharge de sa carabine. **Nombre de tirs pour une séquence= (nombre de recharges) X5 - nombre de tirs restants**. Le **total** est la somme des tirs des 3 séquences. Le **pourcentage de réussite** est :13/le total des tirs X100

BAC EPPCS - Evaluation

			performances				*temps de tir*		*réussite au tir*			*Note*
Nom	**prénom**	**F/M**	**T1: 1er 800**	**T2: 2ème 800m**	**T1 + T2**	**/6**	**T1 - T2**	**/3**	**Nombre de tirs**	**% de réussite au tir**	**/3**	**/12**
Dupont	Anne	F	03:26	04:38	08:04	3,5	01:12	2,38	23	56,52%	2	7,88
Dupond	Pierre	M	02:33	04:12	06:45	3	01:39	2,5	36	36,11%	1,25	6,75

Validation (réservé aux IA-IPR)	**Motivation et/ou commentaire :**
☐**Validée** ☐**Non validée** le : jj/mm/aaaa par : nom IA-IPR	