# 

**PROJET PEDAGOGIQUE**

**EDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE**

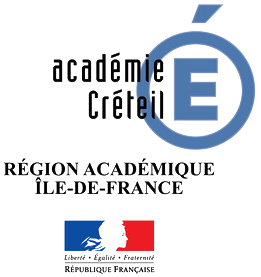
LYCEE PROFESSIONNEL

## Contexte

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Composition de l’équipe EPS** | | | | |
| Nom / Prénom | Heures d’EPS | Heures complémentaires *(préciser AS, SSS, AP…)* | Rôles au sein de l’équipe et établissement (coord., FSE, trésorier, CA etc) | Spécialités ou compétences |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Conditions d’enseignement**  Équipements sportifs à disposition | | |
| Lieux | APSA possibles | Durée des séquences possibles & Horaires disponibles |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Projets** | | | |
| **Axes du projet académique** |  | | |
| **Contexte local** | Type d’établissement | Nombre d’élèves | Localité et situation géographique |
|  |  |  |
| **Objectifs ou axes du projet d’établissement** |  | | |
| **Place de l’EPS dans l’établissement**  *(actions phares)* |  | | |



**CERTIFICAT D’APTITUDE PROFESSIONNEL**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Caractéristiques des élèves de CAP selon les objectifs généraux de l’EPS** | | |
| **Caractéristiques des élèves**  *Les différents profils observés* | | **Besoins de formation prioritaires** |
| **O1 : Développer sa motricité**  *(Engagement / condition physique / expertise / inaptitude…)* |  |  |
| **O2 : Savoir se préparer et s’entraîner**  *(Connaissance de soi / capacité à se préparer, à faire des choix, à conduire, réguler ses efforts de manière autonome…)* |  |  |
| **O3 : Exercer sa responsabilité ind. et au sein d’un collectif**  *(Échange, coopération, aide, respect des autres, des règles, prise de responsabilité, rôles…)* |  |  |
| **O4 : Construire durablement sa santé**  *(Rapport à la santé, estime de soi, appétence pour la pratique, développe ses ressources, son bien-être, goût de l’effort…)* |  |  |
| **O5 : Accéder au patrimoine culturel**  *(Connaissance des APSA, pratiquant et spectateur critique…)* |  |  |

|  |
| --- |
| **Objectifs du projet EPS**  « Effets éducatifs recherchés » en lien avec les spécificités du public, les différents projets et les conditions d’enseignement |
| 1.  2.  3. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Offre de formation**  (Au moins 3 CA dont CA5) | | | |
| **APSA prioritairement retenues** | **Forme scolaire de pratique choisie** | **Modalité de pratiques possible retenues** | **Principes retenus pour les évaluations communes** |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Programmation des APSA par CA sur les 3 années du lycée** **professionnel en CAP**  AFPL travaillés (*colorer la case ou surligner l’AFLP*) et heures de pratique effectives par année (H.eff.). *Au moins 4 AFLP enseignés par séquence, les 6 sont enseignés sur le cursus.* | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Classe** | Modes de groupement | Nombre de séquences sur l’année | **Champ d’Apprentissage n°1** | | | **Champ d’Apprentissage n°2** | | | **Champ d’Apprentissage n°3** | | | **Champ d’Apprentissage n°4** | | | **Champ d’Apprentissage n°5** | | | |
| APSA | H. eff | AFLP  ciblés | APSA | H. eff | AFLP  ciblés | APSA | H. eff | AFLP  ciblés | APSA | H. eff | AFLP  ciblés | | APSA | H. eff | AFLP  ciblés |
| **Première année de CAP** |  |  |  |  | AFLP 1 |  |  | AFLP 1 |  |  | AFLP 1 |  |  | AFLP 1 | |  |  | AFLP 1 |
| AFLP 2 | AFLP 2 | AFLP 2 | AFLP 2 | | AFLP 2 |
| AFLP 3 | AFLP 3 | AFLP 3 | AFLP 3 | | AFLP 3 |
| AFLP 4 | AFLP 4 | AFLP 4 | AFLP 4 | | AFLP 4 |
| AFLP 5 | AFLP 5 | AFLP 5 | AFLP 5 | | AFLP 5 |
| AFLP 6 | AFLP 6 | AFLP 6 | AFLP 6 | | AFLP 6 |
| **Seconde année de CAP** |  |  |  |  | AFLP 1 |  |  | AFLP 1 |  |  | AFLP 1 |  |  | AFLP 1 | |  |  | AFLP 1 |
| AFLP 2 | AFLP 2 | AFLP 2 | AFLP 2 | | AFLP 2 |
| AFLP 3 | AFLP 3 | AFLP 3 | AFLP 3 | | AFLP 3 |
| AFLP 4 | AFLP 4 | AFLP 4 | AFLP 4 | | AFLP 4 |
| AFLP 5 | AFLP 5 | AFLP 5 | AFLP 5 | | AFLP 5 |
| AFLP 6 | AFLP 6 | AFLP 6 | AFLP 6 | | AFLP 6 |
| **Troisième année de CAP *(eventuellement)*** |  |  |  |  | AFLP 1 |  |  | AFLP 1 |  |  | AFLP 1 |  |  | AFLP 1 | |  |  | AFLP 1 |
| AFLP 2 | AFLP 2 | AFLP 2 | AFLP 2 | | AFLP 2 |
| AFLP 3 | AFLP 3 | AFLP 3 | AFLP 3 | | AFLP 3 |
| AFLP 4 | AFLP 4 | AFLP 4 | AFLP 4 | | AFLP 4 |
| AFLP 5 | AFLP 5 | AFLP 5 | AFLP 5 | | AFLP 5 |
| AFLP 6 | AFLP 6 | AFLP 6 | AFLP 6 | | AFLP 6 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Attendus de Fin de Lycée Professionnel **CAP** | | | | | | | | |
| **Champ d’Apprentissage n°1**  Réaliser sa performance motrice maximale, mesurable à une échéance donnée | | | | | | | | |
| **Démarche pour atteindre les AFLP**  *Ex : organisation retenue, APSA choisies, démarche par APSA, formes de pratique, AFL réellement traités par APSA, heures de pratiques effectives pour les atteindre, évaluations , etc…) pour permettre aux élèves d’atteindre tous les AFL en fin de cursus* | | | | | | | | |
| **APSA**  **programmée(s)** | **Classe** | **H. eff.** | **AFLP1**  Produire et répartir intentionnellement ses efforts en mobilisant ses ressources pour gagner ou pour battre un record. | **AFLP2**  Connaître et utiliser des techniques efficaces pour produire la meilleure performance possible. | **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 déroulement d’une épreuve de production de performance. | **AFLP5**  Se préparer à un effort long ou intense pour être efficace dans la production d’une performance à une échéance donnée. | **AFLP6**  Identifier ses progrès et connaître sa meilleure performance réalisée pour la situer culturellement |
| **AFLP décliné dans l’APSA** | **AFLP décliné dans l’APSA** | **AFLP décliné dans l’APSA** | **AFLP décliné dans l’APSA** | **AFLP décliné dans l’APSA** | **AFLP décliné dans l’APSA** |
| *Préciser l’APSA choisie* |  |  | *AFLP décliné dans l’APSA* |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Attendus de Fin de Lycée Professionnel **CAP** | | | | | | | | |
| **Champ d’Apprentissage n°2**  Adapter son déplacement à des environnements variés et/ou incertains | | | | | | | | |
| **Démarche pour atteindre les AFLP**  *Ex : organisation retenue, APSA choisies, démarche par APSA, formes de pratique, AFL réellement traités par APSA, heures de pratiques effectives pour les atteindre, évaluations , etc…) pour permettre aux élèves d’atteindre tous les AFL en fin de cursus* | | | | | | | | |
| **APSA programmée(s)** | **Classe** | **H. eff.** | **AFLP1**  Planifier et conduire un déplacement adapté à ses ressources pour effectuer le trajet prévu dans sa totalité ; le cas échéant, savoir renoncer. | **AFLP2**  Utiliser des techniques efficaces pour adapter son déplacement aux caractéristiques du milieu | **AFLP3**  Sélectionner des informations utiles pour planifier son itinéraire et l’adapter éventuellement en cours de déplacement. | **AFLP4**  S’impliquer dans des rôles sociaux pour assurer le bon fonctionnement d’une activité de pleine nature. | **AFLP5**  Contrôler ses émotions pour accepter de s’engager dans un environnement partiellement connu. | **AFLP6**  Se préparer, connaître les risques, respecter la réglementation et appliquer les procédures d’urgence à mettre en œuvre dans les différents environnements de pratique pour s’y engager en sécurité. |
| **AFLP décliné dans l’APSA** | **AFLP décliné dans l’APSA** | **AFLP décliné dans l’APSA** | **AFLP décliné dans l’APSA** | **AFLP décliné dans l’APSA** | **AFLP décliné dans l’APSA** |
| *Préciser l’APSA choisie* |  |  | *AFLP décliné dans l’APSA* |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Attendus de Fin de Lycée Professionnel **CAP** | | | | | | | | |
| **Champ d’Apprentissage n°3**  Réaliser une prestation corporelle destinée à être vue et appréciée par autrui | | | | | | | | |
| **Démarche pour atteindre les AFLP**  *Ex : organisation retenue, APSA choisies, démarche par APSA, formes de pratique, AFL réellement traités par APSA, heures de pratiques effectives pour les atteindre, évaluations , etc…) pour permettre aux élèves d’atteindre tous les AFL en fin de cursus* | | | | | | | | |
| **APSA programmée(s)** | **Classe** | **H. eff.** | **AFLP1**  S’engager devant des spectateurs ou des juges pour produire ou reproduire des formes corporelles maîtrisées au service d’une intention. | **AFLP2**  Utiliser des techniques efficaces pour enrichir sa motricité, la rendre plus originale, plus efficace au service de la prestation prévue | **AFLP3**  Prévoir et mémoriser le déroulement des temps forts et des temps faibles de sa prestation pour la réaliser dans son intégralité en restant concentré | **AFLP4**  Utiliser des critères explicites pour apprécier et/ou évaluer la prestation indépendamment de la personne | **AFLP5**  Se préparer pour présenter une prestation complète, maîtrisée et sécurisée à une échéance donnée | **AFLP6**  S’enrichir d’éléments de culture liés à la pratique abordée pour éveiller une curiosité culturelle |
| **AFLP décliné dans l’APSA** | **AFLP décliné dans l’APSA** | **AFLP décliné dans l’APSA** | **AFLP décliné dans l’APSA** | **AFLP décliné dans l’APSA** | **AFLP décliné dans l’APSA** |
| *Préciser l’APSA choisie* |  |  | *AFLP décliné dans l’APSA* |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Attendus de Fin de Lycée Professionnel **CAP** | | | | | | | | |
| **Champ d’Apprentissage n°4**  Conduire un affrontement interindividuel ou collectif pour gagner. | | | | | | | | |
| **Démarche pour atteindre les AFLP**  *Ex : organisation retenue, APSA choisies, démarche par APSA, formes de pratique, AFL réellement traités par APSA, heures de pratiques effectives pour les atteindre, évaluations , etc…) pour permettre aux élèves d’atteindre tous les AFL en fin de cursus* | | | | | | | | |
| **APSA programmée(s)** | **Classe** | **H. eff.** | **AFLP1**  Identifier le déséquilibre adverse et en profiter pour produire rapidement l’action décisive choisie et marquer le point. | **AFLP2**  Utiliser des techniques et des tactiques d’attaque adaptées pour favoriser des occasions de marquer et mobiliser des moyens de défense pour s’opposer | **AFLP3**  Persévérer face à la difficulté et accepter la répétition pour améliorer son efficacité motrice | **AFLP4**  Terminer la rencontre et accepter la défaite ou la victoire dans le respect de l’adversaire ; intégrer les règles et s’impliquer dans les rôles sociaux pour permettre le bon déroulement du jeu | **AFLP5**  Se préparer et systématiser sa préparation générale et spécifique pour être en pleine possession de ses moyens lors de la confrontation. | **AFLP6**  Connaître les pratiques sportives dans la société contemporaine pour situer et comprendre le sens des pratiques scolaires |
| **AFLP décliné dans l’APSA** | **AFLP décliné dans l’APSA** | **AFLP décliné dans l’APSA** | **AFLP décliné dans l’APSA** | **AFLP décliné dans l’APSA** | **AFLP décliné dans l’APSA** |
| *Préciser l’APSA choisie* |  |  | *AFLP décliné dans l’APSA* |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |

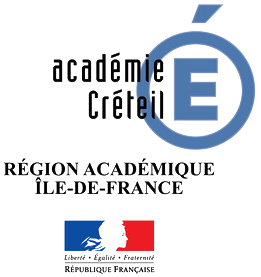
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Attendus de Fin de Lycée Professionnel **CAP** | | | | | | | | |
| **Champ d’Apprentissage n°5**  Réaliser et orienter son activité physique pour développer ses ressources et s’entretenir | | | | | | | | |
| **Démarche pour atteindre les AFLP**  *Ex : organisation retenue, APSA choisies, démarche par APSA, formes de pratique, AFL réellement traités par APSA, heures de pratiques effectives pour les atteindre, évaluations , etc…) pour permettre aux élèves d’atteindre tous les AFL en fin de cursus* | | | | | | | | |
| **APSA programmée(s)** | **Classe** | **H. eff.** | **AFLP1**  Construire et stabiliser une motricité spécifique pour être efficace dans le suivi d’un thème d’entraînement en cohérence avec un mobile personnel de développement | **AFLP2**  Mettre en lien des ressentis avec une charge de travail pour réguler cette charge de manière autonome | **AFLP3**  Mobiliser différentes méthodes d’entraînement, analyser ses ressentis pour fonder ses choix | **AFLP4**  Coopérer et assurer les rôles sociaux pour aider au progrès individuel dans des conditions de sécurité | **AFLP5**  S’engager avec une intensité ciblée et persévérer dans l’effort pour envisager des progrès | **AFLP6**  Intégrer des conseils d’entraînement, de diététique, d’hygiène de vie pour se construire un mode de vie sain et une pratique raisonnée |
| **AFLP décliné dans l’APSA** | **AFLP décliné dans l’APSA** | **AFLP décliné dans l’APSA** | **AFLP décliné dans l’APSA** | **AFLP décliné dans l’APSA** | **AFLP décliné dans l’APSA** |
| *Préciser l’APSA choisie* |  |  | *AFLP décliné dans l’APSA* |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **CHAMP D’APPRENTISSAGE N° :** | | | **CAP APSA :** | | | **OUTIL COMMUN DE SUIVI DES ACQUIS DU LYCEEN** | | |
| **Forme scolaire et modalités de pratique** | *Reproduire cette grille dans toutes les APSA programmées*  ***Cet outil de suivi des acquis****, à décliner pour chaque APSA programmée au sein de l’établissement, est destiné à être utilisé au fil de l’eau durant le cursus lycéen, dès la seconde. Partagé par tous les professeurs, il permet aux élèves de construire des repères stables et de ne pas repartir à 0 chaque année : il vise le degré d’acquisition N+1 qu’il a clairement identifié.*  *Cet outil d’évaluation est au service des apprentissages de chacun : il permet à l’élève de se situer et d’apprécier ses acquis, les termes utilisés sont donc facilement compréhensibles par les élèves. Il doit être* ***coordonné avec le référentiel d’évaluation*** *de l’établissement si l’activité est évaluée au CAP. Supprimer les lignes pour les AFLP non abordés (en conserver au moins 4 par séquence, dont les AFLP 1 et 2).* | | | | | | | |
| **Situations d’évaluation** |  | | | | | | | |
| **Suivi des acquis de l’élève dans l’activité** | | | | | | | | |
| **AFLP du Champ d’Apprentissage** | **Déclinaison de l’AFLP dans l’activité** | **Éléments à évaluer** | | **Degré 1** | **Degré 2** | | **Degré 3** | **Degré 4** |
| **AFLP 1 :**  *Copié/Collé des AFL du référentiel* |  | *- éléments, rôles et/ou CCA travaillés dans l’APSA pour atteindre les AFL*  *- 1 ligne par élément pour pouvoir être décliné sur les 4 niveaux* | | *Formulations en verbes d’action conjugués à la 3e personne du singulier : « L’élève » dans la 1ère case …, puis « il » …* |  | | *Description à l’aide* ***d’indicateurs précis, positifs et qualitatifs*** *(le niveau 3 correspond à l’AFLP atteint, +* ***indicateurs quantitatifs si nécessaire****)* |  |
| **AFLP 2 :** |  | *- Formulation en verbes d’action à l’infinitif (acquisitions visées)*  *Ex : - connaître …*  *- s’engager …* | | *Formulations en verbes d’action conjugués à la 3e personne du singulier : « L’élève » dans la 1ère case …, puis « il » …* |  | |  |  |
| **AFLP 3 :** |  |  | |  |  | |  |  |
| **AFLP 4 :** |  | *- pour les rôles sociaux choisis par l’équipe : 1 ligne par rôle*  *EX : Rôle de…juge, arbitre, chorégraphe, organisateur, coach…* | |  |  | |  |  |
| **AFLP 5 :** |  |  | |  |  | |  |  |
| **AFLP 6 :** |  |  | |  |  | |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **CLASSE :** | |  |  | **FICHE DE SUIVI DES NIVEAUX ATTEINTS EN EPS**  *Privilégier si possible une version numérique (ex : outil Excel de conservation des notes)* | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Niveaux atteints**  *(en référence aux AFL)* | | | | | **Champ d’Apprentissage n°1** | | | | | | **Champ d’Apprentissage n°3** | | | | | | **Champ d’Apprentissage n°5** | | | | | |
| **APSA** | | | | | **Ex : HAIES** | | | | | | **DANSE** | | | | | | **MUSCULATION** | | | | | |
| **Nom** | **Prénom** | | | | **AFLP 1** | **AFLP 2** | **AFLP 3** | **AFLP 4** | **AFLP 5** | **AFLP 6** | **AFLP 1** | **AFLP 2** | **AFLP 3** | **AFLP 4** | **AFLP 5** | **AFLP 6** | **AFLP 1** | **AFLP 2** | **AFLP 3** | **AFLP 4** | **AFLP 5** | **AFLP 6** |
|  |  | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

## Annexe

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Les Attendus de Fin de Lycée Professionnel (AFLP) en CAP** | | | | |
| **Champ d’Apprentissage 1** | **Champ d’Apprentissage 2** | **Champ d’Apprentissage 3** | **Champ d’Apprentissage 4** | **Champ d’Apprentissage 5** |
| **AFLP**  **1** | Produire et répartir intentionnellement ses efforts en mobilisant ses ressources pour gagner ou pour battre un record. | Planifier et conduire un déplacement adapté à ses ressources pour effectuer le trajet prévu dans sa totalité ; le cas échéant, savoir renoncer. | S’engager devant des spectateurs ou des juges pour produire ou reproduire des formes corporelles maîtrisées au service d’une intention. | Identifier le déséquilibre adverse et en profiter pour produire rapidement l’action décisive choisie et marquer le point. | Construire et stabiliser une motricité spécifique pour être efficace dans le suivi d’un thème d’entraînement en cohérence avec un mobile personnel de développement |
| **AFLP**  **2** | Connaître et utiliser des techniques efficaces pour produire la meilleure performance possible | Utiliser des techniques efficaces pour adapter son déplacement aux caractéristiques du milieu. | Utiliser des techniques efficaces pour enrichir sa motricité, la rendre plus originale, plus efficace au service de la prestation prévue | Utiliser des techniques et des tactiques d’attaque adaptées pour favoriser des occasions de marquer et mobiliser des moyens de défense pour s’opposer | Mettre en lien des ressentis avec une charge de travail pour réguler cette charge de manière autonome. |
| **AFLP**  **3** | S’engager et persévérer, seul ou à plusieurs, dans des efforts répétés pour progresser dans une activité de performance | Sélectionner des informations utiles pour planifier son itinéraire et l’adapter éventuellement en cours de déplacement. | Prévoir et mémoriser le déroulement des temps forts et des temps faibles de sa prestation pour la réaliser dans son intégralité en restant concentré. | Persévérer face à la difficulté et accepter la répétition pour améliorer son efficacité motrice. | Mobiliser différentes méthodes d’entraînement, analyser ses ressentis pour fonder ses choix. |
| **AFLP**  **4** | S’impliquer dans des rôles sociaux pour assurer le bon déroulement d’une épreuve de production de performance. | S’impliquer dans des rôles sociaux pour assurer le bon fonctionnement d’une activité de pleine nature. | Utiliser des critères explicites pour apprécier et/ou évaluer la prestation indépendamment de la personne. | Terminer la rencontre et accepter la défaite ou la victoire dans le respect de l’adversaire ; intégrer les règles et s’impliquer dans les rôles sociaux pour permettre le bon déroulement du jeu. | Coopérer et assurer les rôles sociaux pour aider au progrès individuel dans des conditions de sécurité. |
| **AFLP**  **5** | Se préparer à un effort long ou intense pour être efficace dans la production d’une performance à une échéance donnée. | Contrôler ses émotions pour accepter de s’engager dans un environnement partiellement connu. | Se préparer pour présenter une prestation complète, maîtrisée et sécurisée à une échéance donnée. | Se préparer et systématiser sa préparation générale et spécifique pour être en pleine possession de ses moyens lors de la confrontation. | S’engager avec une intensité ciblée et persévérer dans l’effort pour envisager des progrès. |
| **AFPL**  **6** | Identifier ses progrès et connaître sa meilleure performance réalisée pour la situer culturellement. | Se préparer, connaître les risques, respecter la réglementation et appliquer les procédures d’urgence à mettre en œuvre dans les différents environnements de pratique pour s’y engager en sécurité. | S’enrichir d’éléments de culture liés à la pratique abordée pour éveiller une curiosité culturelle | Connaître les pratiques sportives dans la société contemporaine pour situer et comprendre le sens des pratiques scolaires | Intégrer des conseils d’entraînement, de diététique, d’hygiène de vie pour se construire un mode de vie sain et une pratique raisonnée |



**BACCALAURÉAT PROFESSIONNEL**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Caractéristiques des élèves de Bac pro selon les objectifs généraux de l’EPS** | | |
| **Caractéristiques des élèves**  *Les différents profils observés* | | **Besoins de formation prioritaires** |
| **O1 : Développer sa motricité**  *(Engagement / condition physique / expertise / inaptitude…)* |  |  |
| **O2 : Savoir se préparer et s’entraîner**  *(Connaissance de soi / capacité à se préparer, à faire des choix, à conduire, réguler ses efforts de manière autonome…)* |  |  |
| **O3 : Exercer sa responsabilité ind. et au sein d’un collectif**  *(Échange, coopération, aide, respect des autres, des règles, prise de responsabilité, rôles…)* |  |  |
| **O4 : Construire durablement sa santé**  *(Rapport à la santé, estime de soi, appétence pour la pratique, développe ses ressources, son bien-être, goût de l’effort…)* |  |  |
| **O5 : Accéder au patrimoine culturel**  *(Connaissance des APSA, pratiquant et spectateur critique…)* |  |  |

|  |
| --- |
| **Objectifs du projet EPS**  « Effets éducatifs recherchés » en lien avec les spécificités du public, les différents projets et les conditions d’enseignement |
| 1.  2.  3. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Offre de formation**  (Au moins 4 CA avec 2 séquences CA5) | | | |
| **APSA prioritairement retenues** | **Forme scolaire de pratique choisie** | **Modalité de pratiques possible retenues** | **Principes retenus pour les évaluations communes** |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Programmation des APSA par CA sur les 3 années du lycée** **professionnel pour les bac pro**  AFPL travaillés (*colorer la case ou surligner l’AFLP*) et heures de pratique effectives par année (H.eff.). *Au moins 4 AFLP enseignés par séquence, les 6 sont enseignés sur le cursus.* | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Classe** | Modes de groupement | Nombre de séquences sur l’année | **Champ d’Apprentissage n°1** | | | **Champ d’Apprentissage n°2** | | | **Champ d’Apprentissage n°3** | | | **Champ d’Apprentissage n°4** | | | **Champ d’Apprentissage n°5** | | | |
| APSA | H. eff | AFLP  ciblés | APSA | H. eff | AFLP  ciblés | APSA | H. eff | AFLP  ciblés | APSA | H. eff | AFLP  ciblés | | APSA | H. eff | AFLP  ciblés |
| **Seconde Bac pro** |  |  |  |  | AFLP 1 |  |  | AFLP 1 |  |  | AFLP 1 |  |  | AFLP 1 | |  |  | AFLP 1 |
| AFLP 2 | AFLP 2 | AFLP 2 | AFLP 2 | | AFLP 2 |
| AFLP 3 | AFLP 3 | AFLP 3 | AFLP 3 | | AFLP 3 |
| AFLP 4 | AFLP 4 | AFLP 4 | AFLP 4 | | AFLP 4 |
| AFLP 5 | AFLP 5 | AFLP 5 | AFLP 5 | | AFLP 5 |
| AFLP 6 | AFLP 6 | AFLP 6 | AFLP 6 | | AFLP 6 |
| **Première Bac pro** |  |  |  |  | AFLP 1 |  |  | AFLP 1 |  |  | AFLP 1 |  |  | AFLP 1 | |  |  | AFLP 1 |
| AFLP 2 | AFLP 2 | AFLP 2 | AFLP 2 | | AFLP 2 |
| AFLP 3 | AFLP 3 | AFLP 3 | AFLP 3 | | AFLP 3 |
| AFLP 4 | AFLP 4 | AFLP 4 | AFLP 4 | | AFLP 4 |
| AFLP 5 | AFLP 5 | AFLP 5 | AFLP 5 | | AFLP 5 |
| AFLP 6 | AFLP 6 | AFLP 6 | AFLP 6 | | AFLP 6 |
| **Terminale Bac pro** |  |  |  |  | AFLP 1 |  |  | AFLP 1 |  |  | AFLP 1 |  |  | AFLP 1 | |  |  | AFLP 1 |
| AFLP 2 | AFLP 2 | AFLP 2 | AFLP 2 | | AFLP 2 |
| AFLP 3 | AFLP 3 | AFLP 3 | AFLP 3 | | AFLP 3 |
| AFLP 4 | AFLP 4 | AFLP 4 | AFLP 4 | | AFLP 4 |
| AFLP 5 | AFLP 5 | AFLP 5 | AFLP 5 | | AFLP 5 |
| AFLP 6 | AFLP 6 | AFLP 6 | AFLP 6 | | AFLP 6 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Attendus de Fin de Lycée Professionnel **BAC PRO** | | | | | | | | |
| **Champ d’Apprentissage n°1**  Réaliser sa performance motrice maximale, mesurable à une échéance donnée | | | | | | | | |
| **Démarche pour atteindre les AFLP**  *Ex : organisation retenue, APSA choisies, démarche par APSA, formes de pratique, AFL réellement traités par APSA, heures de pratiques effectives pour les atteindre, évaluations, etc…) pour permettre aux élèves d’atteindre tous les AFL en fin de cursus* | | | | | | | | |
| **APSA**  **programmée(s)** | **Classe** | **H. eff.** | **AFLP1**  Produire et répartir lucidement ses efforts en mobilisant de façon optimale ses ressources pour gagner ou pour battre un record. | **AFLP2**  Connaître et mobiliser les techniques efficaces pour produire la meilleure performance possible. | **AFLP3**  Analyser sa performance pour adapter son projet et progresser. | **AFLP4**  Assumer des rôles sociaux pour organiser une épreuve de production de performance, un concours. | **AFLP5**  Assurer la prise en charge de sa préparation et de celle d’un groupe, de façon autonome pour produire la meilleure performance possible. | **AFLP6**  Connaître son niveau pour établir un projet de performance située culturellement |
| **AFLP décliné dans l’APSA** | **AFLP décliné dans l’APSA** | **AFLP décliné dans l’APSA** | **AFLP décliné dans l’APSA** | **AFLP décliné dans l’APSA** | **AFLP décliné dans l’APSA** |
| *Préciser l’APSA choisie* |  |  | *AFLP décliné dans l’APSA* |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Attendus de Fin de Lycée Professionnel **BAC PRO** | | | | | | | | |
| **Champ d’Apprentissage n°2**  Adapter son déplacement à des environnements variés et/ou incertains | | | | | | | | |
| **Démarche pour atteindre les AFLP**  *Ex : organisation retenue, APSA choisies, démarche par APSA, formes de pratique, AFL réellement traités par APSA, heures de pratiques effectives pour les atteindre, évaluations, etc…) pour permettre aux élèves d’atteindre tous les AFL en fin de cursus* | | | | | | | | |
| **APSA programmée(s)** | **Classe** | **H. eff.** | **AFLP1**  Anticiper et planifier son itinéraire pour concevoir et conduire dans sa totalité un projet de déplacement. | **AFLP2**  Mobiliser des techniques efficaces pour adapter et optimiser son déplacement aux caractéristiques du milieu. | **AFLP3**  Analyser sa prestation pour comprendre les alternatives possibles et ajuster son projet en fonction de ses ressources et de celles du milieu. | **AFLP4**  Assumer les rôles sociaux pour organiser la pratique des activités de pleine nature. | **AFLP5**  Se préparer et maintenir un  engagement optimal permettant de garder sa lucidité́ tout au long de son parcours pour pouvoir réévaluer son itinéraire ou renoncer le cas échéant.. | **AFLP6**  Respecter et faire respecter la réglementation et les procédures d’urgence pour les mettre en œuvre dans les différents environnements de pratique. |
| **AFLP décliné dans l’APSA** | **AFLP décliné dans l’APSA** | **AFLP décliné dans l’APSA** | **AFLP décliné dans l’APSA** | **AFLP décliné dans l’APSA** | **AFLP décliné dans l’APSA** |
| *Préciser l’APSA choisie* |  |  | *AFLP décliné dans l’APSA* |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Attendus de Fin de Lycée Professionnel **BAC PRO** | | | | | | | | |
| **Champ d’Apprentissage n°3**  Réaliser une prestation corporelle destinée à être vue et appréciée par autrui | | | | | | | | |
| **Démarche pour atteindre les AFLP**  *Ex : organisation retenue, APSA choisies, démarche par APSA, formes de pratique, AFL réellement traités par APSA, heures de pratiques effectives pour les atteindre, évaluations, etc…) pour permettre aux élèves d’atteindre tous les AFL en fin de cursus* | | | | | | | | |
| **APSA programmée(s)** | **Classe** | **H. eff.** | **AFLP1**  Accomplir une prestation animée d’une intention dans la perspective d’être jugé et/ou apprécié. | **AFLP2**  Mobiliser des techniques de plus en plus complexes pour rendre plus fluide la prestation et pour l’enrichir de formes corporelles variées et maîtrisées. | **AFLP3**  Composer et organiser dans le temps et l’espace le déroulement des moments forts et faibles de sa prestation pour se produire devant des spectateurs/juges | **AFLP4**  Assumer les rôles inhérents à la pratique artistique et acrobatique notamment en exprimant et en écoutant des arguments sur la base de critères partagés, pour situer une prestation | **AFLP5**  Se préparer et s’engager pour présenter une prestation optimale et sécurisée à une échéance donnée. | **AFLP6**  S’enrichir de la connaissance de productions de qualité issues du patrimoine culturel artistique et gymnique pour progresser dans sa propre pratique et aiguiser son regard de spectateur |
| **AFLP décliné dans l’APSA** | **AFLP décliné dans l’APSA** | **AFLP décliné dans l’APSA** | **AFLP décliné dans l’APSA** | **AFLP décliné dans l’APSA** | **AFLP décliné dans l’APSA** |
| *Préciser l’APSA choisie* |  |  | *AFLP décliné dans l’APSA* |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Attendus de Fin de Lycée Professionnel **BAC PRO** | | | | | | | | |
| **Champ d’Apprentissage n°4**  Conduire un affrontement interindividuel ou collectif pour gagner. | | | | | | | | |
| **Démarche pour atteindre les AFLP**  *Ex : organisation retenue, APSA choisies, démarche par APSA, formes de pratique, AFL réellement traités par APSA, heures de pratiques effectives pour les atteindre, évaluations, etc…) pour permettre aux élèves d’atteindre tous les AFL en fin de cursus* | | | | | | | | |
| **APSA programmée(s)** | **Classe** | **H. eff.** | **AFLP1**  Réaliser des choix tactiques et stratégiques pour faire basculer le rapport de force en sa faveur et marquer le point. | **AFLP2**  Mobiliser des techniques d’attaque efficaces pour se créer et exploiter des occasions de marquer ; résister et neutraliser individuellement ou collectivement l’attaque adverse pour rééquilibrer le rapport de force. | **AFLP3**  Analyser les forces et les faiblesses en présence par l’exploitation de données objectives pour faire des choix tactiques et stratégiques adaptés à une prochaine confrontation. | **AFLP4**  Respecter et faire respecter les règles partagées pour que le jeu puisse se dérouler sereinement ; assumer plusieurs rôles sociaux pour permettre le bon déroulement du jeu. | **AFLP5**  Savoir se préparer, s’entraîner et récupérer pour faire preuve d’autonomie. | **AFLP6**  Porter un regard critique sur les pratiques sportives pour comprendre le sens des pratiques scolaires. |
| **AFLP décliné dans l’APSA** | **AFLP décliné dans l’APSA** | **AFLP décliné dans l’APSA** | **AFLP décliné dans l’APSA** | **AFLP décliné dans l’APSA** | **AFLP décliné dans l’APSA** |
| *Préciser l’APSA choisie* |  |  | *AFLP décliné dans l’APSA* |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Attendus de Fin de Lycée Professionnel **BAC PRO** | | | | | | | | |
| **Champ d’Apprentissage n°5**  Réaliser et orienter son activité physique pour développer ses ressources et s’entretenir | | | | | | | | |
| **Démarche pour atteindre les AFLP**  *Ex : organisation retenue, APSA choisies, démarche par APSA, formes de pratique, AFL réellement traités par APSA, heures de pratiques effectives pour les atteindre, évaluations, etc…) pour permettre aux élèves d’atteindre tous les AFL en fin de cursus* | | | | | | | | |
| **APSA programmée(s)** | **Classe** | **H. eff.** | **AFLP1**  Concevoir et mettre en œuvre un projet d’entraînement pour répondre à un mobile personnel de développement. | **AFLP2**  Éprouver différentes méthodes d’entraînement et en identifier les principes pour les réutiliser dans sa séance. | **AFLP3**  Systématiser un retour réflexif sur sa pratique pour réguler sa charge de travail en fonction d’indicateurs de l’effort (fréquence cardiaque, ressenti musculaire et respiratoire, fatigue générale).. | **AFLP4**  Agir avec et pour les autres en vue de la réalisation du projet d’entraînement en assurant spontanément les rôles sociaux | **AFLP5**  Construire une motricité contrôlée pour évoluer dans des conditions de sécurité. | **AFLP6**  Intégrer des conseils d’entraînement, de diététique, d’hygiène de vie pour se construire un mode de vie sain et une pratique raisonnée. |
| **AFLP décliné dans l’APSA** | **AFLP décliné dans l’APSA** | **AFLP décliné dans l’APSA** | **AFLP décliné dans l’APSA** | **AFLP décliné dans l’APSA** | **AFLP décliné dans l’APSA** |
| *Préciser l’APSA choisie* |  |  | *AFLP décliné dans l’APSA* |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **CHAMP D’APPRENTISSAGE N° :** | | | **BAC PRO APSA :** | | | **OUTIL COMMUN DE SUIVI DES ACQUIS DU LYCEEN** | | |
| **Forme scolaire et modalités de pratique** | *Reproduire cette grille dans toutes les APSA programmées*  ***Cet outil de suivi des acquis****, à décliner pour chaque APSA programmée au sein de l’établissement, est destiné à être utilisé au fil de l’eau durant le cursus lycéen, dès la seconde. Partagé par tous les professeurs, il permet aux élèves de construire des repères stables et de ne pas repartir à 0 chaque année : il vise le degré d’acquisition N+1 qu’il a clairement identifié.*  *Cet outil d’évaluation est au service des apprentissages de chacun : il permet à l’élève de se situer et d’apprécier ses acquis, les termes utilisés sont donc facilement compréhensibles par les élèves. Il doit être* ***coordonné avec le référentiel d’évaluation*** *de l’établissement si l’activité est évaluée au BAC PRO. Supprimer les lignes pour les AFLP non abordés (en conserver au moins 4 par séquence, dont les AFLP 1 et 2).* | | | | | | | |
| **Situations d’évaluation** |  | | | | | | | |
| **Suivi des acquis de l’élève dans l’activité** | | | | | | | | |
| **AFLP du Champ d’Apprentissage** | **Déclinaison de l’AFLP dans l’activité** | **Éléments à évaluer** | | **Degré 1** | **Degré 2** | | **Degré 3** | **Degré 4** |
| **AFLP 1 :**  *Copié/Collé des AFL du référentiel* |  | *- éléments, rôles et/ou CCA travaillés dans l’APSA pour atteindre les AFL*  *- 1 ligne par élément pour pouvoir être décliné sur les 4 niveaux* | | *Formulations en verbes d’action conjugués à la 3e personne du singulier : « L’élève » dans la 1ère case …, puis « il » …* |  | | *Description à l’aide* ***d’indicateurs précis, positifs et qualitatifs*** *(le niveau 3 correspond à l’AFLP atteint, +* ***indicateurs quantitatifs si nécessaire****)* |  |
| **AFLP 2 :** |  | *- Formulation en verbes d’action à l’infinitif (acquisitions visées)*  *Ex : - connaître …*  *- s’engager …* | | *Formulations en verbes d’action conjugués à la 3e personne du singulier : « L’élève » dans la 1ère case …, puis « il » …* |  | |  |  |
| **AFLP 3 :** |  |  | |  |  | |  |  |
| **AFLP 4 :** |  | *- pour les rôles sociaux choisis par l’équipe : 1 ligne par rôle*  *EX : Rôle de…juge, arbitre, chorégraphe, organisateur, coach…* | |  |  | |  |  |
| **AFLP 5 :** |  |  | |  |  | |  |  |
| **AFLP 6 :** |  |  | |  |  | |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **CLASSE :** | | **FICHE DE SUIVI DES NIVEAUX ATTEINTS EN EPS**  *Privilégier si possible une version numérique (ex : outil Excel de conservation des notes)* | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Niveaux atteints**  *(en référence aux AFL)* | | **Champ d’Apprentissage n°1** | | | | | | **Champ d’Apprentissage n°3** | | | | | | **Champ d’Apprentissage n°5** | | | | | |
| **APSA** | | **Ex : HAIES** | | | | | | **DANSE** | | | | | | **MUSCULATION** | | | | | |
| **Nom** | **Prénom** | **AFLP 1** | **AFLP 2** | **AFLP 3** | **AFLP 4** | **AFLP 5** | **AFLP 6** | **AFLP 1** | **AFLP 2** | **AFLP 3** | **AFLP 4** | **AFLP 5** | **AFLP 6** | **AFLP 1** | **AFLP 2** | **AFLP 3** | **AFLP 4** | **AFLP 5** | **AFLP 6** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

## Annexe

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Les Attendus de Fin de Lycée Professionnel (AFLP) en BAC PRO** | | | | |
| **Champ d’Apprentissage 1** | **Champ d’Apprentissage 2** | **Champ d’Apprentissage 3** | **Champ d’Apprentissage 4** | **Champ d’Apprentissage 5** |
| **AFLP**  **1** | Produire et répartir lucidement ses efforts en mobilisant de façon optimale ses ressources pour gagner ou pour battre un record. | Anticiper et planifier son itinéraire pour concevoir et conduire dans sa totalité un projet de déplacement. | Accomplir une prestation animée d’une intention dans la perspective d’être jugé et/ou apprécié. | Réaliser des choix tactiques et stratégiques pour faire basculer le rapport de force en sa faveur et marquer le point. | Concevoir et mettre en œuvre un projet d’entraînement pour répondre à un mobile personnel de développement. |
| **AFLP**  **2** | Connaître et mobiliser les techniques efficaces pour produire la meilleure performance possible. | Mobiliser des techniques efficaces pour adapter et optimiser son déplacement aux caractéristiques du milieu. | Mobiliser des techniques de plus en plus complexes pour rendre plus fluide la prestation et pour l’enrichir de formes corporelles variées et maîtrisées. | Mobiliser des techniques d’attaque efficaces pour se créer et exploiter des occasions de marquer ; résister et neutraliser individuellement ou collectivement l’attaque adverse pour rééquilibrer le rapport de force. | Éprouver différentes méthodes d’entraînement et en identifier les principes pour les réutiliser dans sa séance. |
| **AFLP**  **3** | Analyser sa performance pour adapter son projet et progresser. | Analyser sa prestation pour comprendre les alternatives possibles et ajuster son projet en fonction de ses ressources et de celles du milieu. | Composer et organiser dans le temps et l’espace le déroulement des moments forts et faibles de sa prestation pour se produire devant des spectateurs/juges | Analyser les forces et les faiblesses en présence par l’exploitation de données objectives pour faire des choix tactiques et stratégiques adaptés à une prochaine confrontation. | Systématiser un retour réflexif sur sa pratique pour réguler sa charge de travail en fonction d’indicateurs de l’effort (fréquence cardiaque, ressenti musculaire et respiratoire, fatigue générale). |
| **AFLP**  **4** | Assumer des rôles sociaux pour organiser une épreuve de production de performance, un concours. | Assumer les rôles sociaux pour organiser la pratique des activités de pleine nature. | Assumer les rôles inhérents à la pratique artistique et acrobatique notamment en exprimant et en écoutant des arguments sur la base de critères partagés, pour situer une prestation | Respecter et faire respecter les règles partagées pour que le jeu puisse se dérouler sereinement ; assumer plusieurs rôles sociaux pour permettre le bon déroulement du jeu. | Agir avec et pour les autres en vue de la réalisation du projet d’entraînement en assurant spontanément les rôles sociaux. |
| **AFLP**  **5** | Assurer la prise en charge de sa préparation et de celle d’un groupe, de façon autonome pour produire la meilleure performance possible. | Se préparer et maintenir un engagement optimal permettant de garder sa lucidité́ tout au long de son parcours pour pouvoir réévaluer son itinéraire ou renoncer le cas échéant. | Se préparer et s’engager pour présenter une prestation optimale et sécurisée à une échéance donnée. | Savoir se préparer, s’entraîner et récupérer pour faire preuve d’autonomie. | Construire une motricité contrôlée pour évoluer dans des conditions de sécurité. |
| **AFPL**  **6** | Connaître son niveau pour établir un projet de performance située culturellement | Respecter et faire respecter la réglementation et les procédures d’urgence pour les mettre en œuvre dans les différents environnements de pratique | S’enrichir de la connaissance de productions de qualité issues du patrimoine culturel artistique et gymnique pour progresser dans sa propre pratique et aiguiser son regard de spectateur | Porter un regard critique sur les pratiques sportives pour comprendre le sens des pratiques scolaires | Intégrer des conseils d’entraînement, de diététique, d’hygiène de vie pour se construire un mode de vie sain et une pratique raisonnée. |