


## EDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

<b>Établissement</b>	<b>Lycée Antoine de Saint Exupéry</b>		
<b>Commune</b>	Créteil		
	<b>Champ d'Apprentissage n°1</b>	<b>Activité Physique Sportive Artistique</b>	
	<b>Réaliser sa performance motrice maximale, mesurable à une échéance donnée</b>	<b>Relais-Vitesse</b>	
<b>Principes d'évaluation</b>	<p>Deux moments d'évaluation sont prévus : une situation en fin de séquence et une autre au fil de la séquence.          La situation de fin de séquence est notée sur 12 points, elle porte exclusivement sur les AFLP1 et AFLP2.          L'évaluation au fil de la séquence est notée sur 8 points, elle porte sur 2 AFLP retenus parmi les AFLP 3, 4, 5 et 6.</p>		
<b>Modalités</b>	<b>AFLP 1 et 2 (12 pts)</b>	<b>AFLP 3, 4, 5 et 6 (8 pts)</b>	
	Évalués le jour de l'épreuve (situation de fin de séquence)	Évalués au fil de la séquence	
	<p>L'AFLP1 est noté sur 7 points et porte sur l'engagement à produire une performance maximale en tant que donneur et receveur. La performance produite le jour de l'épreuve (moyenne des trois meilleures performances dans chaque combinaison) est mise en corrélation avec le degré de compétence atteint par l'élève dans l'AFLP1 pour obtenir la note de 7 points.</p> <p>L'AFLP2 est noté sur 5 points et permet d'évaluer la coordination des vitesses.</p>	<p>L'évaluation au fil de la séquence porte sur 2 AFLP retenus par l'enseignant parmi les AFLP 3, 4, 5 et 6.</p> <p>Le candidat annonce sa répartition des points sur ces 2 AFLP au cours des premières leçons de la séquence :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cas 1 : 2pts sur le premier AFLP retenu, 6pts sur le second</li> <li>• Cas 2 : 4pts sur le premier AFLP retenu, 4pts sur le second</li> <li>• Cas 3 : 6pts sur le premier AFLP retenu, 2pts sur le second</li> </ul>	
<b>Choix possibles pour les élèves</b>		<p>Le candidat annonce sa répartition des points sur ces 2 AFLP au cours des premières séances de la séquence (4/4, 2/6 ou 6/2).</p>	

## AFLP 1 et 2 : Situation d'évaluation de fin de séquence (notée sur 12 points)

### Principe d'élaboration de l'épreuve

### Relais-vitesse

Réaliser les meilleures performances possibles sur trois courses de vitesse de 2x30 mètres par équipe de trois avec une zone de transmission de 20m divisée en 3. Les équipes doivent réaliser les combinaisons suivantes : A -> B, B -> C, C -> A. L'élève qui ne court pas est coach/observateur. La performance représente la moyenne des trois meilleures performances dans chaque combinaison mise en corrélation avec le degré de compétence atteint par le candidat dans l'AFLP1. Le degré de compétence de l'AFLP2 est le nombre de foulées de la transmission et la zone de transmission (début, milieu, fin)

### Repères d'évaluation

AFLP évalué	AFLP décliné dans l'APSA	Degré 1					Degré 2					Degré 3					Degré 4				
Positionnement précis dans le degré		-	+				-	+				-	+				-	+			
<b>AFLP 1 sur 7 points</b>  Produire et répartir intentionnellement ses efforts en mobilisant ses ressources pour gagner ou battre un record	S'engager pour produire une performance maximale en tant que donneur et receveur tout au long de la course.	L'élève est surpris par le départ et part en retard. Il court à allure modérée. Il passe la ligne d'arrivée en marchant ou en trotinant.					L'élève est sur des jambes peu fléchies. Il court en accélérant progressivement. Il ralentit en fin de course.					L'élève est concentré au départ sur des jambes semi-fléchies pour réagir vite en fonction du commandement ou de l'arrivée de son partenaire sur la marque. Il s'engage dans une course de vitesse avec des bras actifs.					L'élève est concentré et adopte la position de départ en fonction du commandement ou de l'arrivée de son partenaire. Il réagit vite et court à pleine vitesse sans aucune décélération.				
		<b>0</b>	<b>1</b>				<b>2</b>	<b>3</b>				<b>4</b>	<b>5</b>				<b>6</b>	<b>7</b>			
<b>Performance Barème établissement</b>	<b>Filles</b>	12"8	12"6	12"4	12"2	12"0	11"8	11"6	11"4	11"2	11"0	10"8	10"6	10"4	10"2	10"0	9"8	9"6	9"4	9"2	9"0
	<b>Garçons</b>	11"4	11"2	11"0	10"8	10"6	10"4	10"2	10"0	9"8	9"6	9"4	9"2	9"0	8"8	8"6	8"4	8"2	8"0	7"8	7"6
<b>AFLP 2 sur 5 points</b>  Connaître et utiliser des techniques efficaces pour produire la meilleure performance possible	Coordonner les vitesses de course par l'adaptation de marques et par la réalisation de transmissions utilisant une technique efficace.	La transmission est faite à très faible vitesse voir à l'arrêt. La technique de transmission est inadaptée : mêmes mains, de haut en bas, main du receveur mal placée, ... Le temps de transmission est long : sur plus de 4 foulées et/ou en début de zone.					La transmission est faite à vitesse contrôlée. La technique de transmission est variable : le donneur oublie de dire « hop », le receveur se retourne, un des coureurs est du mauvais côté du couloir, ... Le temps de transmission se fait sur 4 foulées et/ou en milieu de zone.					La transmission est faite à une vitesse optimale. La technique de transmission est maîtrisée. Le temps de transmission se fait sur 3 foulées en milieu ou fin de zone : le donneur dit « hop » trop tôt, le receveur va chercher le témoin, ...					La transmission est faite à pleine vitesse. Les coureurs se sont appropriés la technique de transmission. Le temps de transmission se fait sur deux foulées en fin de zone.				
		0pt	0,5pt				1pt	2pts				2,5pts	4pts				4,5pts	5pts			

## AFLP 3, 4, 5 et 6 : Évaluation réalisée au fil de la séquence (notée sur 8 points)

L'enseignant retient le meilleur degré d'acquisition atteint par l'élève au cours de la séquence sur chacun des 4 AFLP. Il choisit les 2 AFLP pour compléter sa note de CCF. Les 2 autres AFLP non retenus pour le CCF alimentent la note de contrôle continu. La répartition des points est choisie par l'élève au cours des premières séances (4-4 / 6-2 / 2-6)

**Relais-vitesse**

**Situation d'évaluation :** L'évaluation au fil de la séquence porte sur 2 AFLP retenus par l'enseignant parmi les AFLP 3, 4, 5 et 6 :

- AFLP 3 : L'engagement régulier dans la pratique : la qualité de l'investissement dans chaque séance.
- AFLP 4 : Le rôle de coach/observateur : L'observation, la tenue d'une fiche d'observation et la communication de ce qui a été observé à ses partenaires (possibilité de revoir la vidéo de la course avec l'utilisation de l'analyse ou SDK Gopro).
- AFLP 5 : L'échauffement : Reproduire un échauffement en groupe qui permet une préparation progressive à l'effort et de revoir le travail technique de transmission du témoin.
- AFLP 6 : La connaissance de soi : Connaître son niveau de performance, le situer et identifier les causes des courses ratées.

### Repères d'évaluation

AFLP évalué	AFLP décliné dans l'APSA	Degré 1	Degré 2	Degré 3	Degré 4
<b>AFLP 3</b> S'engager et persévérer seul ou à plusieurs dans des efforts répétés pour progresser dans une activité de performance.	Répéter et persévérer dans des efforts courts et intenses individuellement et collectivement.	L'élève réalise peu d'efforts durant la leçon proposée et arrête sa pratique à de nombreuses reprises. Il abandonne rapidement par manque de motivation préférant laisser ses partenaires répéter et persévérer.	L'élève s'engage irrégulièrement en fonction de ses partenaires. Il ne se mobilise que prioritairement dans un des deux rôles (donneur ou receveur).	L'élève s'engage de façon régulière en respectant les demandes de l'enseignant. Il persévère dans les deux rôles sans rechercher nécessairement l'amélioration de ses performances.	L'élève s'engage et persévère de façon constante et intéressée dans le but de rechercher en permanence le progrès et l'amélioration de sa meilleure performance avec l'ensemble de ses partenaires.
<b>AFLP 4</b> S'impliquer dans des rôles sociaux pour assurer le bon fonctionnement d'une épreuve de production de performance	Assumer le rôle de coach/observateur	L'élève est peu attentif à la course. Il n'a pas observé (les mains, les marques, le placement dans le couloir, la zone de transmission, ...). La fiche rendue est incomplète.	L'élève effectue des erreurs d'observation. Il n'annonce pas systématiquement ce qu'il a observé.	L'élève est attentif au choix des mains, au placement des coureurs dans le couloir, au moment où le receveur part, mais il a des difficultés pour l'associer aux actions à réaliser pour l'améliorer.	L'élève fait vérifier les mains et le placement de ses coureurs avant de partir. Il identifie quand le receveur part et donne le conseil adapté en fonction de la zone de transmission.
<b>AFLP 5</b> Se préparer à un effort long ou intense pour être efficace dans la production d'une performance à une échéance donnée	Savoir s'échauffer en équipe avant son épreuve de relais.	L'élève réalise un échauffement bâclé où il se désolidarise de son groupe.	Le groupe réalise un échauffement incomplet en copiant sur un autre groupe. Le travail de transmission est fait sans se préoccuper de la technique.	Le groupe effectue un échauffement complet en utilisant les routines pour le travail technique de transmission et des accélérations à la fin.	L'élève réalise un échauffement complet et progressif et vérifie ses marques.
<b>AFLP 6</b> Identifier ses progrès et connaître sa meilleure performance réalisée pour la situer culturellement	Identifier ses progrès et connaître sa meilleure performance	L'élève a peu de connaissances sur lui-même et sur son niveau de performance ou sur celui de son équipe.	L'élève connaît son niveau de performance mais ne sait pas situer ses dernières performances par rapport à celles des autres leçons.	L'élève connaît son niveau de performance et sait s'il est au niveau de son record. Toutefois il ne connaît pas les causes des courses ratées.	L'élève connaît son niveau de performance et est capable d'analyser les causes de ses échecs.

Possibilités de répartition des 8 points

	Degré 1	Degré 2	Degré 3	Degré 4
AFLP noté sur 2 pts	0.5pts	1pts	1.5pts	2pts
AFLP noté sur 4 pts	0.5pts	1.5pts	2.5pts	4pts
AFLP noté sur 6 pts	0.5pts	2pts	4pts	6pts

**Annexes**

