


### EDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

<b>Établissement</b>	<b>LYCEE PIERRE DE COUBERTIN</b>		
<b>Commune</b>	<b>MEAUX</b>		
	<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>ÉPREUVE COMBINÉE : Multi-bonds / Javelot</b>	
<b>Principes d'évaluation</b>	Deux moments d'évaluation sont prévus : <ul style="list-style-type: none"> <li>- Les AFLP 1 et 2 s'évaluent sur une <b>situation de fin de séquence</b>. Ils portent sur 12 points.</li> <li>- Les 2 AFLP retenus par l'équipe pédagogique parmi les AFLP 3, 4, 5 et 6 s'évaluent <b>au fil de la séquence</b> et pourront être finalisés le jour de la situation d'évaluation de fin de séquence. Ils portent sur 8 points.</li> </ul>		
<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 et finalisée le jour de la situation d'évaluation de fin de séquence	
	L'AFLP1 est noté sur 7 points et porte sur <ul style="list-style-type: none"> <li>- la répartition lucide et la mobilisation optimale de ses ressources pour établir sa meilleure performance le jour de l'épreuve (notées sur 4 points)</li> <li>- la performance relative au cumul de points obtenus sur l'épreuve de multi-bonds et celle de javelot (notée sur 4 points).</li> </ul> L'AFLP2 est noté sur 5 points et permet d'évaluer la connaissance et l'utilisation de techniques efficaces pour transmettre des forces.	La notation porte sur 2 AFLP retenus par l'équipe pédagogique parmi les AFLP 3, 4, 5 et 6. Le candidat annonce sa répartition des points sur ces 2 AFLP avant l'évaluation de la fin de séquence et l'enseignant retient le meilleur degré d'acquisition atteint par l'élève.	
<b>Choix possibles pour les élèves</b>	Choix du candidat sur le poids relatif dans l'évaluation des deux AFLP retenus par l'équipe pédagogique <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>		

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

### Principe d'élaboration de l'épreuve

**Epreuve Combinée :  
Multi-bonds / Javelot**

Réaliser les meilleures performances mesurées possibles en multi-bonds et en lancer de javelot. L'élève dispose de 3 essais dans chaque épreuve.  
En multi-bonds, l'élève réalise un pentabond (cloche-pied + 3 foulés bondissantes + ramené dans le sable). En javelot, les garçons lancent du 700g et les filles du 500g.  
La meilleure performance sera retenue pour chaque épreuve et donnera lieu à l'attribution de points.  
La performance finale représente le cumul des points obtenus sur chaque épreuve.  
La répartition des points au sein de l'AFLP1 comprend 3pts de performance (barème établissement) et 4pts sur la production et répartition lucide des efforts en mobilisant les ressources de manière optimale pour réaliser la meilleure performance.  
L'AFLP2 vise à établir la qualité des transmissions des forces dans les deux épreuves.

### Repères d'évaluation

AFLP évalué	AFLP décliné dans l'APSA	Degré 1		Degré 2			Degré 3			Degré 4			
		0,5 pt	1	1,5	2	2,5	3	3,5	4pts				
<b>AFLP 1 sur 7 points</b>	Produire une performance maximale en mobilisant efficacement ses ressources sur deux épreuves athlétiques pour performer et battre son record.	<b>La création de vitesse est inadaptée à la recherche de performances dans les deux épreuves.</b> - L'élève sauteur arrive trop vite sur la planche. - L'élève lanceur effectue une longue course d'élan décélérée.		<b>La création de vitesse est faible pour conserver une réalisation motrice correcte dans chacune des épreuves.</b> - L'élève sauteur réalise une meilleure performance avec un élan réduit de 4 à 6 foulées. - L'élève lanceur réalise une meilleure performance sans élan.			<b>La création de vitesse est maîtrisée dans chacune des épreuves pour réaliser des performances.</b> - L'élève sauteur réussit à conserver la qualité de ses bonds sur un élan de 8 à 10 foulées. - L'élève lanceur maîtrise un élan de 2 pas croisés lui permettant d'avoir un gain de performance par rapport au sans élan.			<b>La création de vitesse est optimisée pour permettre la production d'une performance maximale dans les deux épreuves.</b> - L'élève sauteur maîtrise et réalise une course d'élan étalonnée optimale entre 10 et 12 foulées. - L'élève lanceur réalise une course d'élan progressivement accélérée et construite avec 3 pas croisés.			
<b>Barème établissement</b> <i>(3 points de performance à partir d'un barème établissement)</i>		1pt	3pts	5pts	8pts	11pts	14pts	16pts	18pts	21pts	24pts	27pts	30pts
		0.25	0.5	0.75	1	1.25	1.5	1.75	2	2.25	2.5	2.75	3
<b>AFLP 2 sur 5 points</b>	Connaître et adopter les techniques adaptées en saut et en lancer pour transmettre efficacement les forces.	<b>L'élève a des difficultés pour maîtriser les techniques en saut et en lancer (appuis, coordination, posture). La transmission des forces est inefficace.</b> - L'élève conserve des appuis de coureur durant le saut. - L'élève lance seulement avec le bras. Les prises d'avance des appuis sont inexistantes.		<b>L'élève commence à intégrer les attitudes et postures du sauteur et du lanceur. La transmission des forces est limitée.</b> - L'élève sauteur oriente ses poussées vers l'avant et commence à avoir un temps de suspension dans ses bonds. - L'élève lanceur coordonne ses actions de jambes puis de bras.			<b>L'élève adopte des techniques en saut et en lancer lui permettant de transmettre des forces.</b> - L'élève sauteur prolonge ses poussées vers l'avant et effectue des bonds équilibrés. - L'élève lanceur réussit à créer une petite prise d'avance des appuis et à retarder l'action du bras lanceur.			<b>L'élève a bien intégré les techniques en saut et en lancer pour transmettre avec une grande efficacité les forces.</b> - L'élève sauteur réalise un saut équilibré avec des bonds d'une grande amplitude. - L'élève lanceur crée une prise d'avance des appuis plus efficace et une dissociation nette des actions des jambes et du bras lanceur.			
		<b>0pt</b>	<b>0,5pt</b>	<b>1pt</b>	<b>2pts</b>	<b>2,5pts</b>	<b>4pts</b>	<b>4,5pts</b>	<b>5pts</b>				

## 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 deux AFLP retenus par l'équipe pédagogique.  
La moyenne se situe au début du degré 3. La répartition des points est choisie par l'élève avant l'évaluation de fin de séquence (4-4 / 6-2 / 2-6).

**Epreuve Combinée :  
Multi-bonds / Javelot**

### Situation d'évaluation :

Elle porte sur l'évaluation de 2 AFLP retenus par l'équipe pédagogique 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.

### Repères d'évaluation

AFLP évalué	AFLP décliné dans l'APSA	Degré 1	Degré 2	Degré 3	Degré 4
<b>AFLP 3</b> Analyser sa performance pour adapter son projet et progresser	Se connaître en tant que sauteur et lanceur pour améliorer ses performances.	L'élève ne s'intéresse peu voire pas à ses performances. Il a des difficultés pour les expliquer dans les deux épreuves.	L'élève s'intéresse à ses performances seulement quand il a réussi à être meilleur qu'un camarade. Il désigne des éléments externes l'ayant mis en difficulté pour réussir quand ses performances sont peu élevées dans l'une ou l'autre des épreuves.	L'élève souhaite régulièrement connaître son niveau de performance en saut et en lancer pour se situer dans sa progression. Il cherche des explications individuelles ou extérieures pour justifier ses performances.	L'élève analyse ses performances de façon pertinente dans les deux épreuves et cherche des axes d'amélioration pour être plus performant.
<b>AFLP 4</b> Assumer des rôles sociaux pour organiser une épreuve de production de performance, un concours	Assumer le rôle de secrétaire et mesureur pour aider à l'organisation d'une épreuve combinée.	L'élève secrétaire est hésitant et a des difficultés à appeler les concurrents. Le concours est long et lent. Il fait des erreurs quand il note les performances et dans l'attribution des points.  L'élève mesureur connaît partiellement les règles, il manque d'attention et a des difficultés pour lire la performance.	L'élève secrétaire sait appeler dans l'ordre les concurrents mais met du temps dans l'enchaînement. Le concours est peu rythmé.  L'élève mesureur connaît le règlement mais il hésite dans le choix de la marque et a besoin d'aide pour confirmer son jugement.	L'élève secrétaire appelle les concurrents avec une voix claire et audible. Il donne le rythme au concours.  L'élève mesureur maîtrise, applique et fait respecter le règlement. Sa lecture de performance est juste mais un peu lente.	L'élève secrétaire gère le concours avec assurance et rigueur. Il s'affirme dans son rôle et se fait respecter.  L'élève mesureur s'affirme en tant que juge et se fait respecter. Il est efficace et perd peu de temps.
<b>AFLP 5</b> Assurer la prise en charge de sa préparation et de celle d'un groupe, de façon autonome pour produire la meilleure performance possible	Savoir s'échauffer individuellement et collectivement pour une épreuve combinée	L'élève réalise un échauffement individuel réduit sans partie générale, directement sur le sautoir ou avec l'engin.  L'élève a des difficultés à capter l'attention et l'adhésion de ses camarades.	L'élève réalise un échauffement individuel incomplet et accordant une partie courte à l'épreuve qu'il aime le moins.  L'élève propose un échauffement incomplet au groupe. Il capte leur attention mais éprouve des difficultés pour engager l'ensemble du groupe.	L'élève réalise un échauffement individuel complet en effectuant une partie générale suivie d'une partie spécifique à chaque épreuve.  L'élève s'adresse avec aisance à un groupe. Il capte leur attention et les engage dans un échauffement construit.	L'élève réalise un échauffement individuel complet et progressif dans les deux épreuves et se remobilise entre les deux épreuves.  L'élève mène avec facilité et dynamisme l'échauffement collectif et propose des régulations sur leurs réalisations de ses camarades si nécessaire.

<b>AFLP 6</b> Connaître son niveau pour établir un projet de performance située culturellement	Connaître ses points forts et ses points faibles pour annoncer un projet de performance individuel cohérents sur les deux épreuves	L'élève a peu de connaissances de ses performances en saut et en lancer et a des difficultés à exprimer un projet de performance en termes de points pour chaque épreuve.	Lors de sa mise en projet, l'élève sous-estime ou surestime le nombre de points obtenus en fonction de son épreuve forte et de son épreuve faible.	L'élève identifie son épreuve forte entre le saut et le lancer. Il propose un projet raisonnable et accessible au regard de ses qualités.	L'élève sait combien de points lui rapporte chaque épreuve. Il vise un projet ambitieux et réfléchi qu'il peut adapter aux sensations du jour.
---	--	---	--	---	--

Possibilités de répartition des 8 points				
	Degré 1	Degré 2	Degré 3	Degré 4
<b>AFLP noté sur 2 pts</b>	0.5pts	1pts	1.5pts	2pts
<b>AFLP noté sur 4 pts</b>	0.5pts	1.5pts	2.5pts	4pts
<b>AFLP noté sur 6 pts</b>	0.5pts	2pts	4pts	6pts

### Annexes

#### Proposition de barème établissement (à tester) :

Performances Garçons Javelot	Performances Garçons Multi-bonds	Points	Performances Filles Multi-bonds	Performances Filles Javelot
35m	15m	15	12m	20m
33m	14m50	14	11m50	18m50
31m	14m	13	11m	17m
29m	13m50	12	10m70	15m50
27m	13m	11	10m40	14m
25m	12m50	10	10m10	12m50
23m	12m	9	9m80	11m50
21m	11m50	8	9m50	10m50
19m50	11m	7	9m20	9m50
18m	10m50	6	8m90	9m
16m50	10m	5	8m60	8m50
15m	9m50	4	8m30	8m
13m50	9m	3	8m	7m
11m	8m50	2	7m70	6m
10m	8m	1	7m40	5m