

CHAMP D'APPRENTISSAGE N°1		CAP – APSA : RELAIS		OUTIL COMMUN DE SUIVI DES ACQUIS DU LYCEEN		
Forme scolaire et modalités de pratique	Réaliser les meilleures performances possibles sur trois courses 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.					
Situation d'évaluation	La performance représente la moyenne des trois meilleures performances dans chaque combinaison. Le degré de compétence de l'AFLP2 est révélé par le nombre de foulées durant laquelle est effectuée la transmission et la zone où cette dernière est réalisée (début, milieu, fin)					
Suivi des acquis de l'élève dans l'activité						
AFL du Champ d'Apprentissage	Déclinaison de l'AFL dans l'activité	Eléments à évaluer	Degré 1	Degré 2	Degré 3	Degré 4
AFLP1 : Produire et répartir intentionnellement ses efforts en mobilisant ses ressources pour gagner ou pour battre son record.	S'engager pour produire une performance maximale en tant que donneur et receveur tout au long de la course.	Moyenne des trois temps réalisés de l'équipe	Je ne suis pas prêt au départ. Je ne cours pas à fond. Je passe la ligne d'arrivée en marchant ou trotinant.	Mes jambes sont peu fléchies au départ. Je cours en accélérant progressivement. Je ralentis en fin de course.	Mes jambes sont semi-fléchies et je suis concentré au départ pour réagir vite. Je cours à fond avec des bras actifs.	Je suis concentré et j'adapte ma position en fonction du commandement ou de l'arrivée de mon partenaire. Je cours à fond et il n'y a aucun moment de décélération.
AFLP2 : 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.	Nombre de foulées durant laquelle est effectuée la transmission Zone de transmission (début, milieu, fin).	Nous transmettons à très faible vitesse voire à l'arrêt. Nous faisons des erreurs techniques (ex : même main, transmission de haut en bas, main du receveur mal placée, ...) Nous transmettons sur plus de 4 foulées souvent en début de zone.	Nous ralentissons lorsque nous transmettons. Nous faisons encore des erreurs techniques (ex : le donneur oublie de dire « hop », le receveur se retourne, nous ne courons pas du bon côté du couloir, ...) Nous transmettons sur 4 foulées souvent en milieu de zone.	Nous maintenons notre vitesse lors de la transmission. Notre technique de transmission est bonne mais nous transmettons sur 3 foulées en milieu ou fin de zone car le donneur dit « hop » trop tôt ou le receveur va chercher le témoin.	Nous gagnons de la vitesse lors de la transmission. Notre technique est efficace. Nous transmettons sur 2 foulées en fin de zone.
AFLP3 : 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.	Nombre de passages effectués durant le cours.	Je ne participe pas à tous les exercices du cours. J'abandonne dès que je me sens fatigué.	Je participe à tous les exercices du cours, mais je fais peu de passages. Après une course je vais souvent m'asseoir ou discuter avec mes amis.	Je participe activement, je fais le nombre de passages demandés par mon professeur.	Je participe et je persévère en repassant tant que je n'ai pas réussi à faire mieux.
AFLP4 : S'impliquer dans des rôles sociaux pour assurer le bon déroulement d'une épreuve de production de performance	Assumer le rôle de coach/observateur	Observation, remplissage de la fiche, correction de ses partenaires pour les aider à faire mieux	Je ne suis pas attentif lorsque mes partenaires courent. La fiche de notre groupe n'est pas remplie complètement.	Je fais des erreurs d'observation. Par exemple, je marque que tout est bon alors que ce n'est pas vrai. Je n'annonce pas toujours à mes partenaires ce que j'ai observé.	J'observe correctement et j'annonce à mes partenaires ce que j'ai observé. Toutefois je ne sais pas ce qu'ils doivent faire pour s'améliorer.	J'observe, je corrige mes partenaires et je les encourage, pour leur permettre de s'améliorer.

<p>AFLP5 :</p> <p>Se préparer à un effort long ou intense pour être efficace dans la production d'une performance une échéance donnée.</p>	<p>Savoir s'échauffer en équipe avant son épreuve de course</p>	<p>Reproduction en autonomie de l'échauffement montré lors des premières leçons</p>	<p>Je réalise un échauffement bâclé ou j'abandonne mes partenaires.</p>	<p>Nous réalisons un échauffement incomplet en copiant sur un autre groupe. Le travail technique est mal effectué.</p>	<p>Nous réalisons un échauffement complet en reprenant les routines de travail technique et en faisant des accélérations à la fin.</p>	<p>Nous réalisons un échauffement complet et progressif, puis nous vérifions nos marques.</p>
<p>AFLP6 :</p> <p>Identifier ses progrès et connaître sa meilleure performance réalisée pour la situer culturellement.</p>	<p>Identifier ses progrès et connaître sa meilleure performance</p>	<p>Connaissance de son niveau de performance et identification des causes des courses ratées.</p>	<p>Je n'ai aucune idée du temps que nous faisons sur 2x30m.</p>	<p>Je sais à peu près en combien je cours, mais je ne sais pas si nos temps sont meilleurs ou moins bons que ceux de la semaine précédente.</p>	<p>Je sais en combien je cours et je sais si j'ai fait un meilleur temps que d'habitude. Toutefois, lorsque je ne suis pas à mon record, je ne sais pas expliquer pourquoi.</p>	<p>Je sais situer ma dernière performance par rapport à mon niveau et je suis capable d'expliquer ce qui n'a pas fonctionné lorsque je ne suis pas au niveau de mon record.</p>