

Etablissement : Victor Louis

Éléments de contexte et choix réalisés par l'équipe pédagogique :

Troisième course sans projet pour que l'élève puisse aller chercher la performance maximale sans être pénalisé par une contrainte.

CA1 : Réaliser une performance motrice maximale mesurable une échéance donnée

AFL1 : 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.

AFL2 : S'entraîner, individuellement et collectivement, pour réaliser une performance.

AFL3 : Choisir et assumer les rôles qui permettent un fonctionnement collectif solidaire

Principes d'élaboration de l'épreuve du champ d'apprentissage 1

Epreuve :

3x500m avec 10min à 12 min de récup.

Projet de temps avant 1ère course.

Annonce régulation avant la 2ème course : +vite, -vite, = (2 secondes en plus ou en moins d'erreur possible). La 3ème course est sans projet.

Éléments à évaluer

Repères d'évaluation AFL1 /12

	Degré 1				Degré 2			Degré 3			Degré 4		
Performance maximale (meilleur 500)													
filles	00:03:40	00:03:26	00:03:13	00:03:00	00:02:46	00:02:33	00:02:20	00:02:13	00:02:06	00:02:00	00:01:57	00:01:53	00:01:50
note sur 4	0	0,5	0,75	1	1,25	1,5	2	2,5	2,75	3	3,5	3,75	4
garçons	00:02:40	00:02:30	00:02:20	00:02:10	00:02:04	00:01:58	00:01:52	00:01:44	00:01:37	00:01:30	00:01:28	00:01:26	00:01:24
Efficacité technique (3x500)													
filles	00:11:00	00:10:18	00:09:39	00:09:00	00:08:18	00:07:39	00:07:00	00:06:39	00:06:18	00:06:00	00:05:51	00:05:39	00:05:30
note sur 8	0	0,5	1	2	3	3,5	4	4,5	5	6	7	7,5	8
garçons	00:08:00	00:07:30	00:07:00	00:06:30	00:06:12	00:05:54	00:05:36	00:05:12	00:04:51	00:04:30	00:04:24	00:04:18	00:04:12

Repères d'évaluation de l'AFL2 : « s'entraîner, individuellement et collectivement pour réaliser une performance ».			
Degré 1	Degré 2	Degré 3	Degré 4
Pas ou peu d'échauffement. Récupération passive	Echauffement général partiel. Récupération passive ou marche "lente"	Echauffement complet mais non individualisé. Récupération avec marche rapide sur + de 6min	Echauffement complet, adapté et individualisé. Récupération optimisée (hydratation, récup active et préparation à course suiv
Erreur projet supérieure à ±10 secondes Régulation fausse	Erreur projet inférieure à ±10 secondes et Régulation juste Erreur projet inférieur à ±6 secondes et régulation fausse	Erreur projet inférieure à ±6 secondes Régulation juste	Erreur projet inférieure à ±3 secondes Régulation juste

Repères d'évaluation de l'AFL3 : « choisir et assumer les rôles qui permettent un fonctionnement collectif solidaire ».			
Degré 1	Degré 2	Degré 3	Degré 4
Travaille (ou pas) en solo. Ne s'occupe pas des autres.	S'échauffe et travaille en groupe mais en se laissant porter.	Le travail, le contrôle et la régulation se font collectivement lors des entraînements. Soutient et encourage pendant les courses. Participe aux rôles sociaux.	Elève référent pendant les entraînements et lors des courses. Coache , chronomètre , organise avec efficacité.
APSA retenue :	Liste nationale : <input type="checkbox"/> Liste académique : <input type="checkbox"/> Activité établissement : <input type="checkbox"/>		Temps d'apprentissage :

Correspondance entre degrés et points pour AFL2 et AFL3

POINTS AFL2 OU AFL3	Degré 1	Degré 2	Degré 3	Degré 4
2 POINTS	0.5	1	1.5	2
4 POINTS	1	2	3	4
6 POINTS	1.5	2.5	4.5	6

Validation (réservée aux IA-IPR)	Motivation et/ou commentaire :
<input type="checkbox"/> Validée <input type="checkbox"/> Non validée le : jj/mm/aaaa par : nom IA-IPR	...