LYCEE D'ENSEIGNEMENT GENERAL ET TECHNOLOGIQUE ANOVA

LYCEE APOLLINAIRE ANOVA

"Sème l'espérance et la joie."

Ecole Catholique en Nouvelle-Calédonie

PROJET D'ENSEIGNEMENT OPTIONNEL D'EPS

ANNEE 2022

1 – Organisation des 3 années de l'option EPS :

Seconde M. NENERT Philippe	APSA 1	Danse - CA 3
	APSA 2	Yoga - CA 5
	Thème d'étude	APSA et santé
Première M. PELISSIER Sébastien	APSA 1	Course en durée – CA 5
	APSA 2	Basket – CA 4
	Thème d'étude	APSA et environnement - APSA et Entraînement
Terminale M. PELISSIER Sébastien	APSA 1	Randonnée sportive « type raid » - CA 2
	APSA 2	Musculation – CA 5
	Thème d'étude	Au choix de l'élève parmi les 3 thèmes abordés en 2nd et 1ère ou éventuellement se porter sur un autre thème non étudié.

Pour information, l'organisation de l'EPS au lycée Anova de 2022 :

	Champs d'apprentissage n°1	Champs d'apprentissage n°2	Champs d'apprentissage n°3	Champs d'apprentissage n°4	Champs d'apprentissage n°5
Seconde Ms CHIBOUB et PELISSIER	Demi-fond	Footgolf	Acrosport Danse	Base-Ball Handball Rugby à Toucher	Musculation
Première Ms CHIBOUB et PELISSIER	Demi-fond Vitesse-relai			Handball Tennis de table	Musculation STEP
Terminale Ms. CHIBOUB et NENERT	Vitesse-relai Lancer du disque			Volley-ball Tennis de table	Musculation STEP
Option EPS Ms. NENERT et PELISSIER		Raid (randonnée sportive)	Danse	Basket 3c3	Yoga Course en durée Musculation CrossFit (en option)

2 – Activités annexes :

Dans l'optique de créer du lien entre les élèves, des activités annexes vont être mises en place au cours de l'année :

- Organisation et gestion du cross par les élèves de la classe d'option 1ère EPS
- Réalisation d'une randonnée de 4h à 5h pour les élèves de Terminales.
- Participation aux activités sport santé pour l'ensemble des élèves de l'option en UNSS.
- Organisation d'une sortie par semestre type randonnée courte (2h)

3 – La classe de Seconde :

Thème : APSA et santé

L'enseignement de l'option EPS en classe de seconde se décompose en deux parties. La première est la partie « pratiquer » qui représente 2h/3h du temps de l'option. Les APSA support pour l'année de seconde sont la danse et le yoga.

La répartition pour les APSA de 2h sera faite de la manière suivante :

- Cycle 1 : Yoga - 13 séances de travail + 1 pour l'évaluation finale.
- Cycle 2 : Danse – 15 séances + 1 pour évaluation APSA + 1 pour la réalisation d'une représentation lors d'une journée récréative en fonction des prestations réalisées durant le cycle.

La deuxième partie est celle « réfléchir » qui représente 1h/3h du temps de l'option. Les élèves réaliseront un support vidéo informatif et pédagogique sur les activités liées au « développement et l'entretient de soi » en lien avec le thème de la santé.

Pour le créneau de 1 h, une programmation sera faite en fonction de l'avancée du projet collectif et des recherches nécessaires mais sur un planning de base de 1 semaine pratique de l'APSA et 1 semaine recherches et cours au CDI.

Nous nous appuierons également sur l'association sportive du lycée pour proposer dans le cadre du sport « santé » l'activité Yoga en découverte.

4 – la classe de Première :

L'enseignement de l'option EPS en classe de première se décompose en deux parties.

La première est la partie « pratiquer » qui représente 2h/3h du temps de l'option. Deux APSA vont être pratiquée à raison de 13 séances.

Les APSA support pour l'année de première sont la course en durée et le basket 3c3. Au niveau de l'évaluation, il y aura 1 évaluation sommative en fin de séquence et 1 évaluation formative toutes les 4 séances qui regroupera le travail et une évaluation intermédiaire des 4 séances.

S1	S2	S3	S4	S5	S6	S7	S8	S9	S10	S11	S12	S13
Evaluation formative 1				Evaluation formative 2				Evaluation formative 3				Evaluation sommative

La deuxième partie est celle « réfléchir » qui représente 1h/3h du temps de l'option. Deux thèmes d'étude vont être abordé durant ce temps :

- APSA et entraînement
- APSA et environnement

Le choix de ces 2 thèmes n'est pas anodin. En effet, le thème de la relation avec l'environnement s'impose par le fait que le lycée Anova est un établissement phare en termes de label développement durable. Le second thème sur l'entrainement est en totale adéquation avec les 2 APSA choisies pour la classe de 1ère. Cela nous permettra de travailler sur différents procédés d'entrainement en fonction de l'APSA choisi.

Les élèves après avoir reçu des apports théoriques devront réaliser une présentation orale appuyée par un dossier support. Cette présentation sera faite devant le groupe classe.

A côté de ce travail de pratique et de réflexion, les élèves de l'option 1ère organiseront le cross santé de l'établissement en juillet 2022 et participeront à 2 sorties « sport santé » organisées pour eux.

5 – la classe de Terminale :

L'enseignement de l'option EPS en classe de terminale se décompose en deux parties.

La première est la partie « pratiquer » qui représente 2h/3h du temps de l'option. Deux APSA vont être pratiquée à raison de 13 séances.

Les APSA support pour l'année de terminale sont la randonnée sportive et la musculation. Comme en première, au niveau de l'évaluation, il y aura 1 évaluation sommative en fin de séquence et 1 évaluation formative toutes les 4 séances qui regroupera le travail et une évaluation intermédiaire des 4 séances.

S1	S2	S3	S4	S5	S6	S7	S8	S9	S10	S11	S12	S13
Evaluation formative 1				Evaluation formative 2				Evaluation formative 3				Evaluation sommative

La deuxième partie est celle « réfléchir » qui représente 1h/3h du temps de l'option.

Les élèves devront réaliser un dossier dans lequel ils présenteront une problématique issue d'une part de leur propre pratique ainsi que d'un thème choisi par lui-même. Les élèves devront ensuite présenter à l'oral seul ou à 2 leur réflexion devant un jury composé de 2 enseignants dont obligatoirement le professeur responsable de l'option Terminale.

EVALUATION ENSEIGNEMENT OPTIONNEL

2 nd GENERAL ET TECHNOLOGIQUE

EDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

<table>
<tr><td>Etablissement</td><td colspan="2">Lycée général et technologique A.ANOVA</td><td rowspan="2">2nd</td><td rowspan="2"></td></tr>
<tr><td>Commune</td><td colspan="2">PAITA</td></tr>
<tr><td colspan="2">Champ d’Apprentissage n°5</td><td colspan="3">Activité Physique Sportive Artistique</td></tr>
<tr><td colspan="2">Réaliser une activité physique pour développer ses ressources et s’entretenir</td><td colspan="3">YOGA</td></tr>
<tr><td>Principes d’évaluation</td><td colspan="4">L'évaluation portera sur la capacité de l'élève à construire, mémoriser et présenter une séquence d’entraînement en lien avec son projet personnel en articulant les paramètres d’entraînement (les ressentis, les effets recherchés) avec le mobile choisi et le thème retenu de la « santé et EPS » L’évaluation portera également sur la réalisation d’un écrit ou d’une présentation à l’oral ou de la mise en place d’une situation d’enseignement mettant en avant les recherches faites sur le mobile choisi dans la pratique du yoga en faisant le lien à la fois avec le thème de la santé, mais aussi avec soi et les ressentis dans l’activité afin d’établir un programme d’entraînement au regard de ses propres ressources et du mobile choisi.</td></tr>
<tr><td rowspan="3">Barème et notation</td><td>AFL1</td><td colspan="2">AFL2</td><td>AFL3</td></tr>
<tr><td>12 pts</td><td colspan="3">8 pts</td></tr>
<tr><td>Evalué le jour de l’épreuve

Produire /6pts

Analyser /6pts</td><td colspan="3">Evalués au fil de la séquence et éventuellement le jour de l’épreuve

Présentation ou réalisation d’un écrit sur la prestation présentée (AFL2).

Rôle de guide ou d'observateur, ou d’aide à l’apprentissage pour faire progresser (AFL3).</td></tr>
<tr><td rowspan="3">Choix possibles pour les élèves</td><td rowspan="3">AFL1</td><td colspan="2">AFL2</td><td>AFL3</td></tr>
<tr><td colspan="3">Répartition des 8 points au choix des élèves : 2, 4 ou 6 points par AFL</td></tr>
<tr><td>Tenue du carnet d’entraînement.</td><td>Rôles lié à la pratique soit en tant que guide, observateur, aide à la progression.</td></tr>
</table>

Principe d'élaboration de l'épreuve du contrôle en cours de formation	YOGA

L'élève s'engage dans la réalisation d'une séquence d'entraînement au regard du mobile choisi, et des effets recherchés qui en découlent. Il jouera sur les paramètres d'entraînement (nombre de postures dans la série, la qualité de réalisation des postures, l'utilisation de l'ensemble des actions sur la colonne vertébrale, les niveaux du corps dans l'espace, les types de respiration etc...) avec le thème retenu de la santé. Il analysera sa réalisation afin d'identifier les régulations possibles au regard du mobile choisi et des effets recherchés .

Repères d'évaluation

AFL1	**S'engager pour obtenir les effets recherchés selon son projet personnel, en faisant des choix de paramètres d'entraînement cohérents avec le thème de la santé.**	**AFL1** décliné dans l'activité	*L'élève s'engage dans la réalisation d'une séquence d'entrainement en mettant en lien le mobile poursuivi et les effets recherchés en faisant des choix de paramètres d'entrainement cohérents avec le thème de la santé et le mobile pousuivi.-*

Eléments à évaluer	Degré 1	Degré 2	Degré 3	Degré 4
produire	-Postures non maîtrisées et ou respiration non maîtrisée/ au postures dynamiques. -Temps de la tenue de la posture non adapté. -Seul un niveau du corps dans l'espace utilisé.	-Dégradation observable des postures -Incohérence de la charge de travail/aux ressources de l'élève et ou implication irrégulière. - Incohérence des paramètres d'entraînements/au thème d'entraînement.	-Postures efficaces sur la série. - Charge de travail adaptée aux ressources et l'effort poursuivi par l'élève. Cohérence du choix des paramètres / au thème d'entraînement	-Nbre de postures, niveau du corps dans l'espace, famille de postures, temps de tenue de la posture, placement de la respiration efficients. -Charge de travail adaptée/aux ressources de l'élève et régulés au cours de l'action -choix individuel au regard du thème d'entrainement et des effets personnes recherchés
Analyser	-Pas d'identification et verbalisation des ressentis. -Régulation absentes ou incohérente.	-Identification partielle et ou ponctuelle des ressentis. -Régulation inadaptée au regard des indicateurs relevés (respiration, temps de tenue de la, ou des postures etc...)	-Identification des ressentis et relevé des données exploitables. -Régulation adaptée avec les ressentis et les données recueillies.	- Identification fine des ressentis au niveau respiratoire ; cardiaque musculaire, articulaire etc…. - Régulation croisée des ressentis sélectionnés et des indicateurs. Régulation différée (bilan/ perspective)

Repères d'évaluation de l'AFL2	YOGA

L'évaluation du carnet d'entraînement se fera tout au long du cycle à chaque séance où le descriptif de la, ou des postures travaillées et recherchées, famille de postures, type de travail sur la colonne vertébrale réalisé (torsion, extension, flexion etc …), type de respiration (claviculaire, thoracique etc..., concentration, ressentis seront des indicateurs pour réguler le travail à envisager.

AFL2	*S'entraîner, individuellement ou collectivement, pour développer ses ressources et s'entretenir en fonction des effets recherchés.*	**AFL2** décliné dans l'activité	*Rechercher et s'entraîner individuellement pour développer le potentiel tant physique, qu'émotionnel par une meilleure relation à soi et connaissance de soi au travers de la tenue du carnet d'entraînement mettant en lien ressentis et effets escomptés.*

Eléments à évaluer	Degré 1	Degré 2	Degré 3	Degré 4
Tenir un carnet d'entraînement ou réaliser un écrit sur l'expérience vécue dans l'activité , la gestion de son entraînement et les effets obtenus sur la santé (mentale, physique, psychique) ou Mise en place d'une situation d'enseignement dirigée vers ayant un mobile d'agir différent.	Engagement absent ou intermittent dans les phases de recherche et ou de la tenue du carnet d'entraînement pas ou peu renseigné (incohérences des indicateurs relevés voir dangereux/ effets recherchés). Travail individuel improductif Pas ou peu de répétition de la situation d'enseignement proposée.	Engagement modéré dans les phases de recherche et la tenue du carnet d'entraînement (incohérence des indicateurs relevés/ effets recherchés). Travail individuel irrégulier Répétition de la situation d'enseignement et engagement modéré.	- Engagement impliqué dans la phase de recherche et de tenue précise du carnet d'entraînement (cohérences à partir de paramètres simples/ effets recherchés). - travail individuel régulier Répétition et enrichissement réguliers de la situation d'enseignement envisagée.	-Engagement soutenu -prise en compte à chaque fin de séance du bilan pour réguler le travail à envisager. -Répétitiion de la situation d'enseignement proposée aux autres.
Répartition des points en fonction du choix de l'élève				
AFL noté sur 2pts	0.5 pts	0.75 pts	1.25 pts	2 pts
AFL noté sur 4pts	1 pts	1.75 pts	3 pts	4 pts
AFL noté sur 6pts	1.5 pts	2.5 pts	4 pts	6 pts

Repères d'évaluation de l'AFL3					
L'évaluation du rôle choisi se fera à la demande de l'élève à partir de la 5ème séance du cycle au minimum.					
AFL3	*Coopérer pour faire progresser*		**AFL3** décliné dans l'activité	*L'élève choisi le rôle qu'il veut jouer et être évalué et coopère pour faire progresser un ou des camarades.*	
Eléments à évaluer	**Degré 1**	**Degré 2**		**Degré 3**	**Degré 4**
• Engagement de l'élève dans le ou les rôles choisis • contribution au fonctionnement de la prestation.	-Élève pas ou peu engagé dans le rôle choisi : Guide, observateur - Pas ou peu de participation à faire progresser un ou plusieurs camarades.	- Élève peu engagé dans le rôle choisi - Participation de façon intermittente à la progression d'un ou de plusieurs camarades.		- Élève engagé dans le rôle choisi - participe de façon régulière et efficace à la progression de son ou de ses camarades.	Elève investi qui assure son rôle et aide les autres à assumer le leur de façon systématique. -Apparait comme un élèment moteur dans la progression de ses camarades
Répartition des points en fonction du choix de l'élève					
AFL noté sur 2pts	0.5 pts	0.75 pts		1.25 pts	2 pts
AFL noté sur 4pts	1 pts	1.75 pts		3 pts	4 pts
AFL noté sur 6 pts	1.5 pts	2.5 pts		4 pts	6 pts

EVALUATION ENSEIGNEMENT OPTIONNEL

2 nd GENERAL ET TECHNOLOGIQUE

EDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

<table>
<tr><td>Etablissement</td><td colspan="2">Lycée général et technologique A.ANOVA</td><td rowspan="2">2nd</td><td rowspan="2"></td></tr>
<tr><td>Commune</td><td colspan="2">PAITA</td></tr>
<tr><td colspan="2">Champ d’Apprentissage n°3</td><td colspan="3">Activité Physique Sportive Artistique</td></tr>
<tr><td colspan="2">Réaliser une prestation corporelle destinée à être vue et appréciée.</td><td colspan="3">DANSE</td></tr>
<tr><td>Principes d’évaluation</td><td colspan="4">L’élève présente de façon individuelle ou en groupe (max5) une chorégraphie de 1 à 2 minutes en lien avec l’émotion choisie (fil directeur) pour être interprétée (joie, peur, tritesse, colère), rendant compte des connaissances acquises sur les mouvements corporels et leurs paramètres (espaces, temps, énergie) et des procédés de compositions chorégraphiques. L’élève présentera le travail réalisé sur le cycle par un écrit expliquant la prestatiion réalisée. Il choisira et jouera également le rôle au cours du cycle ou lors de l’épreuve finale soit de spectateur averti et critique, ou celui de chorégraphe voir le rôle d’aide à l’apprentissage de l’un ou des camarades.</td></tr>
<tr><td rowspan="3">Barème et notation</td><td>AFL1</td><td colspan="2">AFL2</td><td>AFL3</td></tr>
<tr><td>12 pts</td><td colspan="3">8 pts</td></tr>
<tr><td>Evalué le jour de l’épreuve
Prestation chorégraphique :
Réaliser et maitriser des formes corporelles
Composer et présenter une prestation à visée esthétique.</td><td colspan="3">Evalués au fil de la séquence et éventuellement le jour de l’épreuve
Présention ou réalisation d’un écrit sur la prestation présentée (AFL2).
Rôle de spectateur critique et ou d’aide à l’apprentissage et ou chorégraphe (AFL3).</td></tr>
<tr><td rowspan="3">Choix possibles pour les élèves</td><td rowspan="2">AFL1</td><td colspan="2">AFL2</td><td>AFL3</td></tr>
<tr><td colspan="3">Répartition des 8 points au choix des élèves : 2, 4 ou 6 points par AFL</td></tr>
<tr><td>Pas de choix</td><td colspan="2">Recherche et recueil de données concernant l’interprétation.</td><td>Chorégraphe ou spectateur averti ou aide à l’apprentissage</td></tr>
</table>

Principe d'élaboration de l'épreuve du contrôle en cours de formation	***DANSE***

L'épreuve engage l'élève à présenter une composition individuelle ou collective (5 max) en lien avec l'émotion choisie (fil conducteur) en utilisant différentes formes de corps.
Le projet de composition (AFL2) est rendu à l'enseignant avant la réalisation chorégraphique et qui doit rendre compte du choix de l'élève sur l'émotion choisie et des procédés chorégraphique utilisés.
L'évaluation de l'AFL3 se fera au cours du cycle pour le rôle de chorégraphe et d'aide à l'apprentissage de ses camarades et le jour de la présentation des chorégraphiques pour le rôle de specteur averti.

Repères d'évaluation

AFL1	S'engager pour composer et réaliser un enchaînement à visée esthétique ou acrobatique destiné à être jugé, en combinant des formes corporelles.	**AFL1** décliné dans l'activité	*L'élève s'engage à présenter une composition individuelle ou collective (5 max) en lien avec l'émotion choisie (fil conducteur) en utilisant différentes formes de corps et différents procédés chorégraphiques.* Le choix du support musical appartient à l'élève.

Eléments à évaluer	Degré 1	Degré 2	Degré 3	Degré 4
Réaliser et maitriser des forrmes corporelles de plus en plus complexes techniquements.	Formes corporelles inadéquates (/émotion choisie) chutes, pas ou peu de maitrise.	Formes corporelles adaptées/ émotion choisie mais manques de contrôle.	Formes corporelles adaptées avec des actions coordonnées, en utilisant l'énergie, l'espace, et le temps adaptée au choix de l'émotion inteprétée.	Formes corporelles optimisées /émotion choisie avec des actions combinées.
Composer et présenter un enchainement à visé esthétique. Interprétation	Prestation morcelée. Attitude déconcentrée. Réalisation brouillonne.	Prestation juxtaposée. Attitude neutre. Réalisation imprécise	Prestation organisée. Attitude concentrée. Réalisation précise.	Prestation rythmée. Attitude engagée. Réalisation fidèle au projet et complexe.

Repères d'évaluation de l'AFL2					*DANSE*
L'évaluation de la conception du projet et de l'engagement de l'élève dans son projet se fera tout au long du cycle et lors du rendu de celui-ci. Le projet de composition (AFL2) est rendu à l'enseignant avant la réalisation chorégraphique pour l'écrit ou présenté en fin de prestation. Projet écrit ou présentation rendant compte d'une recherche et de l'implication de l'élève. Ce projet doit rendre compte également du choix de l'élève sur l'émotion choisie, des formes corporelles et des procédés chorégraphiques utilisés.					
AFL2	- S'engager pour composer une chorégraphie collective selon un projet artistique en mobilisant une motricité expressive et des procédés de composition.		**AFL2** décliné dans l'activité	*L'élève s'engage dans la phase de recherche et de composition chorégraphique tant au niveau des techniques d'expression corporelles que dans les procédés chorégraphiques pour retranscrire l'émotion retenue.*	
Eléments à évaluer	**Degré 1**	**Degré 2**		**Degré 3**	**Degré 4**
Ecrit ou présentation en lien avec le thème et l'émotion choisie	Engagement intermittant ou absent dans les phases de recherche / répétion du projet. Travail individuel improductif.	Engagement modéré dans la phase de recherche et de répétition du projet. Travail individuel irrégulier.		Engagement impliqué dans les phases de recherches et de répétition du projet. Travail individuel qui développe la composition.	Engagement soutenu dans les phases de recherches et de répétition du projet. Travail individuel qui enrichit et valorise les points forts.
Répartition des points en fonction du choix de l'élève					
AFL noté sur 2pts	0.5 pts	0.75 pts		1.25 pts	2 pts
AFL noté sur 4pts	1 pts	1.75 pts		3 pts	4 pts
AFL noté sur 6pts	1.5 pts	2.5 pts		4 pts	6 pts

Repères d'évaluation de l'AFL3

L'évaluation se fera au cours du cycle sur la demande des élèves justifiant de leur implication dans le projet collectif chorégraphique et sur le rôle choisi par l'élève.

AFL3	- Se préparer et s'engager, individuellement et collectivement, pour s'exprimer devant un public et susciter des émotions. - Choisir et assumer des rôles au service de la prestation collective	**AFL3** décliné dans l'activité	*S'impliquer dans un ou des rôles au service de la réalisation chorégraphique collective. S'engager et contribuer à la conception et l'enrichissement de la chorégraphie pour susciter des émotions chez le public*

Eléments à évaluer	Degré 1	Degré 2	Degré 3	Degré 4
Engagement de l'élève dans le rôle choisi.	Elève pas engagé dans le rôle choisi. (Ex : spectateur averti : n'a pas repéré les procédés chorégraphiques réalisés, vocabulaires inadaptés….)	Elève peu engagé sur le rôle choisi.	Elève engagé sur le rôle choisi.	Assure le rôle et aide les autres dans leurs rôles.
Contribution au fonctionnement de la prestation.	Pas ou peu de contribution au fonctionnement du collectif.	Participe au fonctionnement du collectif.	Favorise le fonctionnement du collectif.	Est essentiel au fonctionnement du collectif.
Répartition des points en fonction du choix de l'élève				
AFL noté sur 2pts	0.5 pts	0.75 pts	1.25 pts	2 pts
AFL noté sur 4pts	1 pts	1.75 pts	3 pts	4 pts
AFL noté sur 6 pts	1.5 pts	2.5 pts	4 pts	6 pts

EVALUATION ENSEIGNEMENT OPTIONNEL

2 nd GENERAL ET TECHNOLOGIQUE

EDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

AFL option EPS : « mettre en relation un thème avec une ou deux APSA »

L'enseignement de l'option EPS en classe de seconde s'appuie sur deux APSA, la danse et le yoga. Le thème d'étude choisi est les APSA et la santé. Les élèves doivent organiser un projet collectif en relation avec les APSA et le théme d'étude. Le choix du projet s'est donc porté sur la réalisation d'une vidéo informative et pédagogique prenant appuie sur les apports scientifiques en lien avec les APSA et le thème de la santé. Cette vidéo sera réalisée dans le but de sensibiliser l'ensemble des élèves de l'établissement, présentée lors de la journée récréative de fin d'année et mise sur le serveur de l'établissement. Afin de voir si les élèves ont acquis les compétences nécessaires pour réaliser un tel projet, une évaluation sur plusieurs critères va être réalisées tout au long de la construction du projet :

Evaluation collective (12 points) :

- Qualité du reccueil des connaissances entre le thème et l'APSA
- Qualité de la réalisation
- Qualité de l'analyse du projet

Evaluation individuelle (8 points) :

- L'engagement individuel dans le projet
- Capacité à coopérer au sein du collectif

Repères de notation

Eléments à évaluer	Degré 1	Degré 2	Degré 3	Degré 4
Connaissances recueillies en lien avec le thème et l'apsa support du projet (3 points)	0 à 0.5 pt	0.75 à 1.25 pts	1.5 à 2 pts	2.25 à 3 pts
Réalisation du projet (6 points)	0 à 1.5 pts	1.75 à 3 pts	3.25 à 4 pts	4.75 à 6 pts
Analyse du projet (3 points)	0 à 0.5 pts	0.75 à 1.25 pts	1.5 à 2 pts	2.25 à 3 pts
Engagement individuel (4pts)	0 à 1 pt	1.25 à 2 pts	2.25 à 3 pts	3.25 à 4 pts
Capacité à coopérer (4pts)	0 à 1 pt	1.25 à 2 pts	2.25 à 3 pts	3.25 à 4 pts

Déclinaison des AFL par degré d'acquisition et par éléments à évaluer

AFL option EPS : « mettre en relation un thème avec une ou deux APSA »				
Eléments à évaluer	**Degré 1**	**Degré 2**	**Degré 3**	**Degré 4**
Elaboration du projet	Story board réalisé mais sans tenir compte des connaissances recherchées et recueillies.	Story board réalisé en tenant compte des connaissances mais de manières imprécises	Story board réalisé en tenant compte des connaissances reccueillies et en les mettant en oeuvre	Story board réalisé en tenant compte des connaissances et faisant preuve de créativité.
Réalisation du projet	Vidéo réalisée	Vidéo réalisée avec application des consignes	Vidéo réalisé avec application des consignes de manières précises	Vidéo réalisée avec application des consignes et originalité.
Analyse du projet	Pas d'analyse	Peu d'analyse ou analyse inéfficace	Analyse pertinente	Analyse pertinante et en lien avec le bilan de la séance précédente.
Engagement individuel	L'élève ne s'engage pas dans le projet vidéo ou s'engage de manière individuelle.	L'élève s'engage dans le projet de manière minimale et/ou commence à collaborer avec les autres.	L'élève s'engage de manière réelle dans le projet et/ ou collabore avec l'ensemble du groupe.	L'élève s'engage et s'implique systématiquement et totalement dans la réalisation du projet.
Capacité à coopérer	L'élève ne coopère pas ou peu avec les autres	L'élève collabore de manière irrégulière et/ou de manière inadaptée	L'élève est disponible et réactif dans l'instant pour être force de proposition dans l'élaboration ou la régulation du projet collectif.	L'élève collabore et coopère afin d'être force de proposition et de régulation en faisant évoluer les propositions du groupe.

EVALUATION ENSEIGNEMENT OPTIONNEL

PREMIERE GENERAL ET TECHNOLOGIQUE

2022

EDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

Etablissement	**Lycée général et technologique A. ANOVA**	**Première - 2022**
Commune	**PAITA**	

Champ d'Apprentissage n°4	**Activité Physique Sportive Artistique**
Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel pour gagner	**BASKET-BALL – 3c3**

Principes d'évaluation

Match en 3 contre 3, sur 1 /2 terrain réglementaire opposant deux équipes dont le rapport de force est équilibré. Chaque équipe dispute plusieurs rencontres de 10 minutes ou est stoppée si une équipe marque 21 points.
Chaque équipe est composée de 5 joueurs (4 joueurs et 1 entraineur (qui change à chaque rencontre (AFL3))

Lors de chaque rencontre, chaque équipe peut bénéficier d'un « temps-mort » d'1minute pour adapter son organisation en fonction du contexte de jeu et du score. (Demandé et géré par l'entraineur)

Les règles essentielles sont celles du basket-ball (Cf. annexe)

Barème et notation

AFL1	**AFL2**	**AFL3**
12 pts - Evalué en fin de séquence	**8 pts**	
« S'engager pour gagner une rencontre en faisant des choix techniques et tactique pertinent au regard de l'analyse du rapport de force. » Plusieurs matchs, contre différentes équipes adverses : - Technique de jeu : 8 points - Choix stratégiques : 4 points	**AFL 2 : « Se préparer et s'entraîner, individuellement et collectivement, pour conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel. ». Evalué pendant la séquence.** **AFL 3 : « Choisir et assumer les rôles qui permettent un fonctionnement collectif solidaire. ». Evalué pendant et en fin de séquence.**	

Choix possibles pour les élèves

AFL1	**AFL2**	**AFL3**
Choisir son style de jeu	Choix du poids relatif dans l'évaluation. Savoir s'echauffer et s'entraîner	Choix du poids relatif dans l'évaluation. Choix des rôles : Entraineur, arbitre, Parteniare d'entrainement.

Principe d'élaboration de l'épreuve du contrôle en cours de formation	BASKET-BALL – 3c3 – Option 1ère

Match en 3 contre 3, sur 1 /2 terrain réglementaire opposant deux équipes dont le rapport de force est équilibré. Chaque équipe dispute plusieurs rencontres de 10 minutes ou est stoppé si une équipe marque 21 points.
Chaque équipe est composée de 5 joueurs (4 joueurs et 1 entraineur (qui change à chaque rencontre (AFL3))

Lors de chaque rencontre, chaque équipe peut bénéficier d'un « temps-mort » d'1minute pour adapter son organisation en fonction du contexte de jeu et du score. (Demandé et géré par l'entraineur)
Les règles essentielles sont celles du basket-ball (Cf. annexe)

Repères d'évaluation

AFL1	S'engager pour gagner une rencontre en faisant des choix techniques et tactiques pertinents au regard de l'analyse du rapport de force	**AFL1** décliné dans l'activité	Les élèves effectuent plusieurs matchs contre les différentes	
Eléments à évaluer	**Degré 1**	**Degré 2**	**Degré 3**	**Degré 4**
Pertinence des interventions individuelles en attaque et en défense augmentant l'efficacité collective (8 points)	**Maîtrise technique faible** Pb : Aucune prise d'information. Perte de balle fréquente sous pressison adverse. - Dribble : systématique (prise de balle et dribble direct) - Passe : impossible car prise de décision trop lente. - Tir : peu, préfère passer au lieu de tirer quand il est en position. NPb : pas de mouvement, aligné entre le Pb et le défenseur. Défenseur : Problème de placement - Défend face au panier - Laisse son adversaire entre lui et le panier - Souvent en retard - Commet beaucoup de fautes	**Maîtrise technique moyenne** Pb : Peu de prise d'information. Conservation du ballon sans danger pour l'équipe adverse - Dribble : utilisé pour contourner l'arc des 6,25m. Pas de solution franche. - Passe : à un partenaire non démarqué car prise de décision très lente. - Tir : face à un adversaire. Ne se met pas en condition de réussite. Trop d'échecs NPb : en mouvement mais désordonné (court partout). Rarement démarque et souvent proche du défenseur. Défenseur : Amélioration du placement - Défend dos au panier - Quelques oublis de son attaquant - Commet quelques fautes car en retatd.	**Maîtrise technique efficace** Pb : Prise d'information constante. Est capable de conserver la balle sous pression. - Dribble : utilisé pour progresser et créer un danger. Fixe ou déborde son défenseur. - Passe : à un partenaire démarqué car prise de décision efficace ou après avoir fixé un défenseur. - Tir : souvent dans un espace libre. Peu d'échecs. NPb : en mouvement ordonné, cherche à se démarquer, s'éloigne de son défenseur. Défenseur : Placement correct - Focaliser sur son attaquant. - Capable de changer de joueur en fonction de la tactique adverse (sauter l'écran) - Commet peu de faute.	**Maîtrise technique avancée** Pb : Prise d'information constante et rapide. Est capable de conserver la balle sous pression. Amène le danger. - Dribble : utilisé à bon escient en fonction de son adversaire - Passe : précises et dans le timing (partenaires en mouvement dans un espace libre). - Tir : efficaces et pris dans des espaces ouverts. NPb : démarqauge dans les espaces libres. Sait se faire oublier par son défenseur. Défenseur : Placement efficace - Protège son panier - Mise d epression sur l'attaquant - Tente et réussit des interceptions. - Pas ou très peu de faute.
	0 à 2 points	**2 à 4 points**	**4 à 6 points**	**6 à 8 points**
	(L'évaluateur positionne l'élève dans un degré puis ajustent la note en fonction de la proportion des oppositions gagnées.)			
	Gain des matchs ⟷	Gain des matchs ⟷	Gain des matchs ⟷	Gain des matchs ⟷

Faire des choix au regard de l'analyse du rapport de force (4 points)	**Adaptation aléatoire** - Attaque : aucune adaptation. Les attaques sont similaires et entrainent très souvent des pertes de balles. - Défense : aucune adaptation par rapport aux attaques adverses. La défense concède des points sans aucune réction.	**Quelques adaptations** - Attaque : Apparition de quelques adaptations en fonction des défenses adverses mais de manière lentce qui entraine souvent une perte du temps d'avance sur les défenseurs - Défense : Apparition d'adaptation encore trop lente qui n'empéche la prise de point rapide.	**Adaptations régulières** - Attaque : Les adaptations sont régulières et permettent de garder le temps d'avance sur les défenseurs pour se trouver en situation de marquer. Les choix sont cohérents. - Défense : Adaptation réelle. Apparition de l'entraide entre défenseurs en fonction de l'attaque proposée. Les choix permettent d'éviter d'être pris de vitesse par l'attaque.	**Adaptations permanentes** - Attaque : Les adaptations sont permanentes et permettent de créer un ascendant sur la défense pour se retrouver en situationd e marquer à chaque fois. Il y a une multitude choix pour le Pb. - Défense : Adaptation permanente et systématique. L'attaque n'a que peu de choix tant l'ajustement défensif est présent. L'entraide entre défenseurs est constante et les choix de défense sont fait avec efficience.
	0 à 1 point	**1 à 2 points**	**2 à 3 points**	**3 à 4 points**

Repères d'évaluation de l'AFL2			BASKET-BALL – 3c3 – Option 1ère
L'AFL 2 **« Se préparer et s'entraîner, individuellement et collectivement, pour conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel. »** est évalué pendant la séquence. Le choix de la répartition des points entre l'AFL2 et l'AFL3 pourra se faire jsuqu'au jour de l'évaluation sommative. Cependant, l'évaluation se faisant durant la séquence, le début de l'évaluation de l'AFL 2 se fera à partir de la 4ème séance de la séquence.			
AFL2	Se préparer et s'entraîner, individuellement ou collectivement, pour conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel.	**AFL2** décliné dans l'activité	L'élève a en sa possession une fiche d'auto-évaluation dans laquelle il pourra noter comment faire un échauffement, son engagement dans son entrainement. Il y notera également ses points forts et ses points à travailler pour progresser.

Eléments à évaluer	Degré 1	Degré 2	Degré 3	Degré 4
Réalisation d'un échauffement **Engagement dans l'activité**	**Entrainement inadapté** - Echauffement : aléatoire. L'élève n'a pas mémorisé l'échauffement général et spécifique - Engagement dans l'activté : manque de travail. L'élève abandonne rapidement. Beaucoup d'absences. L'analyse est inexistante et aucune rémédiation n'apparait dans le carnet.	**Entrainement partiellement adapté** - Echauffement : Convenable. L'élève a mémorisé l'echauffement générale et spécifique mais l'excécution motrice n'est pas optimale. - Engagement dans l'activté : Travail quantitafif. L'engagement est régulier mais l'élève a besoin d'être guidé. Apparition d'analyse mais manque encore les rémédiations pour progresser.	**Entrainement adapté** - Echauffement : Complet. L'élève réalise un échauffement général et spécifique avec une bonne exécution motrice. - Engagement dans l'activté : Travail quantitatif et qualitatif. L'élève a un engagement régulier dans tous les exercices. L'élève apporte une analyse pour lui et son équipe et est capable de mettre en place els exercices pour s'améliorer. Les remédiations sont présentes.	**Entrainement optimisé** - Echauffement : Parfait. L'élève réalise un échauffement général et spécifique complet adapté à soi avec une exécution motrice optimale. - Engagement dans l'activté : Travail quantitatif et qualitatif et individualisé. L'élève a un engagement régulier dans tous les exercices. L'élève identifie plusieurs axes d'amélioration pour lui et son équipe et apporte les rémédiations efficaces pour améliorer ces axes.
Répartition des points en fonction du choix de l'élève				
AFL noté sur 2pts	**0.5 pts**	**0.75 pts**	**1.25 pts**	**2 pts**
AFL noté sur 4pts	**1 pts**	**1.75 pts**	**3 pts**	**4 pts**
AFL noté sur 6pts	**1.5 pts**	**2.5 pts**	**4 pts**	**6 pts**

Repères d'évaluation de l'AFL3			*BASKET*-BALL – *3c3 – Option 1ère*
L'AFL 3 **« Choisir et assumer les rôles qui permettent un fonctionnement collectif solidaire. »** est évalué au fil de la séquence et lors de l'évaluation sommative. Lors de la séance 3, les élèves devront choisr 2 rôles parmi les 3 proposés pour être évalués. L'évaluation commencera à la 4ème séance pour se terminer le jour le l'évaluation sommative. Le choix de la répartition des points entre l'AFL2 et l'AFL3 pourra se faire jusqu'au jour de l'évaluation sommative			
AFL3	Choisir et assumer les rôles qui permettent un fonctionnement collectif solidaire	**AFL3** décliné dans l'activité	- **Arbitre :** connaitre et faire appliquer les régles essentielles du basket - **Entraineur :** Conseiller ses partenaires pour améliorer le jeu de l'équipe - **Partenaire d'entrainement :** Adapter son jeu aux capacités de ses partenaires pour les faire progresser.

Eléments à évaluer	Degré 1	Degré 2	Degré 3	Degré 4
Partenaire d'entrainement	Aucune implication dans ce rôle. L'élève joue pour lui sans permettre à ses partenaires de réaliser les exercices correctement tout au long de la séquence. L'élève respecte peu les consignes.	De l'implication mais l'élève ne s'adapte pas à son partenaire. Il permet la réalisation des exercices en respectant les consignes sans tenir compte de son partenaire.	Implication correcte. L'élève s'engage dans son rôle de partenaire et permet le progrès de partenaires privilégiés tout en ne négligeant pas son progrès personnel.	Implication efficiente. L'élève est un élément indispensable au progrès de son équipe. Il s'adapte pour faire travailler avec tous les élèves sans négliger ses propres progrès.
Arbitre	Mauvaise connaissance des règles du jeu. Arbitre statique qui ne suit pas le jeu. Peu d'implication dans le jeu. Gestion moyenne du score mais pas de gestion de temps. Peu de connaissance des gestes d'arbitrage.	Connaissance partielle des règles du jeu. Arbitre en mouvement mais qui ne s'occupe que du Pb. Pas de vision périphérique. Implication moyenne dans le jeu. Gestion moyenne du score et du temps. Connaissance des gestes principaux de l'arbitre.	Connaissance satisfaisante des règles du jeu. Arbitre en mouvement. Apparition de la vision périhérique. Bonne implication dans le jeu. Bonne gestion du temps et du score. Connaissance des gestes de l'arbitre.	Très bonne connaissance des règles du jeu. Arbitre en mouvement qui gère le match dans son ensemble et à chaque instant. Implication parfaite dans le jeu. Excelente gestion du score, des fautes et du temps. Connaissance de l'ensemble des gestes de l'arbitre.
Entraineur	Ne demande pas de temps morts. N'apporte pas d'informations pour faire progresser son équipe. N'applique pas et n'utilise pas les conseils de l'enseignant pour la gestion des informations à donner à l'équipe.	Demande un temps mort. Apporte des informations parfois erronés car analyse du match moyenne. Utilise et applique quelques critères donnés par l'enseignant.	Demande un temps mort au bon moment. Apporte des informations exactes mais de manière irrègulière. Utilise et applique les critères donnés par l'enseignant mais de manière irrégulière et pas à l'ensemble de l'équipe.	Prise de temps morts au meilleur moment. Apporte des informations exactes et au bon moment pour amener l'équipe à s'améliorer. Utilise et applique l'ensemble des critères donnés par l'enseignant de manière efficiente et pour l'ensemble de l'équipe.

Répartition des points en fonction du choix de l'élève				
AFL noté sur 2pts	**0.5 pts**	**0.75 pts**	**1.25 pts**	**2 pts**
AFL noté sur 4pts	**1 pts**	**1.75 pts**	**3 pts**	**4 pts**
AFL noté sur 6pts	**1.5 pts**	**2.5 pts**	**4 pts**	**6 pts**

ANNEXES

REGLES DU 3C3 :

L'organisation d'un match de 3x3

- **Les équipes :** Elles sont composées de 4 joueurs (3 joueurs sur le terrain et 1 remplaçant).

- **La durée du match :** le match dure 10 minutes ou la 1ère équipe à 21 points. Le chronomètre est arrêté sur les arrêts de jeu. En cas d'égalité à la fin des 10 minutes, la prolongation démarre après 1 minute de pause. La 1ère équipe a marqué 2 points gagnera la rencontre sur prolongation.

- **Démarrage du match :** la procession de balle se fait par tirage au sort. Le gagnant démarre avec la balle. Le jeu peut commencer après un « check-ball » (le défenseur reçoit la balle et redonner à l'attaquant pour démarrer).

- **Possession alternée :** après chaque panier marqué, la balle est à l'adversaire. Cela commence par une remise en jeu dans la zone de non-charge. Pour pouvoir attaquer l'équipe adverse doit ressortir la balle des 6,75 mètres (avoir 2 pieds en dehors).

Le règlement du 3x3 en attaque.

Comptage des points : 1 point pour les paniers à l'intérieur de l'arc de cercle des 6,75 mètres ou sur lancer franc. 2 points pour les paniers à l'extérieur des 6,75 mètres.

Temps d'attaque : pour éviter un jeu passif, le temps de possession est de 12 secondes. C'est-à-dire que chaque équipe a 12 secondes pour tenter un tir. Si les 12 secondes sont atteintes, c'est une violation. La balle sera pour la défense.

Le règlement basket 3x3 en défense.

Faute : les fautes ne sont pas comptées individuellement. Un joueur peut être éliminé s'il effectue 2 fautes antisportives. Les fautes sont les mêmes que le basket 5x5.

Deux lancers francs sont donnés automatiquement après la 6ème faute d'équipe. Après la 9ème faute d'équipe, les attaquants ont 2 lancer francs et la possession de la balle.

Les autres règles applicables sont celles du basket 5C5 (marché, reprise de dribble..)

EVALUATION ENSEIGNEMENT OPTIONNEL

1ère GENERAL ET TECHNOLOGIQUE

EDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

Etablissement	**Lycée général et technologique A. ANOVA**	**1ère - 2022**
Commune	**PAITA**	

Champ d'Apprentissage n°5	**Activité Physique Sportive Artistique**
Réaliser une activité physique pour développer ses ressources et s'entretenir	**Course en durée**

Principes d'évaluation

Le candidat doit choisir un thème d'entrainement parmi les trois qui lui sont proposés. Il justifie son choix par l'expression d'un *mobile personnel* correspondant le mieux **aux effets différés** qu'il souhaite obtenir sur son organisme :

Thèmes d'entrainement :

- chercher à produire un effort intense et proche de son maximum en développant *sa puissance aérobie*
- chercher à maintenir un effort soutenu en développant *sa capacité aérobie*
- chercher à s'engager dans un effort modéré mais prolongé en développant son *endurance fondamentale*

Lors de l'épreuve certificative, à partir des éléments de son carnet d'entraînement, le candidat présente par écrit ou oral le plan détaillé de sa séance. Celui-ci Comprend l'échauffement et plusieurs séquences de course d'allures différentes (2 minimum) pour une durée de 30 à 45 minutes incluant le type et le temps de Récupération éventuelle ainsi que les justifications des propositions.

Pour contrôler ses allures, l'élève ne bénéficie que d'une seule information sonore : un coup de sifflet toutes les minutes.

A partir des sensations éprouvées en course, des retards et des avances à la balise de référence relevés par son camarade (sous le contrôle de l'enseignant), des connaissances acquises sur l'entraînement, il apporte un commentaire écrit ou oral sur la qualité de sa séance. Il explique éventuellement les écarts entre projet et réalisation. Il envisage les perspectives de transformation de sa charge d'entraînement à court et moyen terme.

L'épreuve peut se réaliser au sein d'un dispositif permettant à chacun de courir en aller-retour à partir d'une balise de référence, à des vitesses relatives à leur vma et/ou leur fréquence cardiaque d'effort. D'autres balises seront installées pour matérialiser ces vitesses, y compris pour la récupération active. La zone de passage s'étalera de 3 à 5 m en fonction des vitesses des élèves.

Barème et notation

AFL1	**AFL2**	**AFL3**
12 pts	**8 pts**	
Réaliser une Course de durée de 30 à 45mn comprennant l'échauffement, les séries de travail et les pauses en fonction d'un objectif chosi. Evalué le jour de l'épreuve **Production de la séance : 8 points** **Analyse la séance : 4 points**	**S'entraîner, individuellement ou collectivement, pour développer ses ressources et s'entretenir en fonction des effets recherchés. (AFL2)** Evalué pendannt le cycle **Coopérer pour faire progresser. (AFL 3)** Evalué le jour de l'épreuve ou pendannt le cycle Répartition des points entre les AFL2 et AFL3 au choix de l'élève	

Choix possibles notation pour les élèves

AFL1	**AFL2**	**AFL3**
Possibilités de choisir parmi 4 parcours de niveau différents	Répartition des 8 points au choix des élèves : 2, 4 ou 6 points par AFL	

Repères d'évaluation de l'AFL 1	Course en durée

L'épreuve engage le candidat dans la mise en œuvre d'un thème d'entrainement motivé par le choix d'un projet personnel.
- Cette mise en œuvre fait référence à un carnet de suivi qui identifie et organise des connaissances et des données individualisées. Elle est préparée en amont et/ou le jour de l'épreuve. Elle peut être régulée en cours de réalisation par l'élève selon des ressentis d'effort attendus et/ou de fatigue.
- Les paramètres liés à la charge de travail (volume, durée, intensité, complexité, récupération, etc.) sont clairement identifiés dans une alternance temps de travail, temps de récupération et temps d'analyse.
- L'évaluation de l'AFL1 est favorisée par l'organisation et la durée de la séquence d'évaluation.

Repères d'évaluation

AFL1 (12 points)	S'engager dans la mise en œuvre d'une séance d'entrainement motivé par le choix d'un objectif personnel choisi parmi 3 objectifs différents.	**AFL1** décliné dans l'activité	L'élève s'engage dans une séance d'entrainement de 30 à 45mn incluant l'échauffement, les temps de course, les temps de pause répondant à l'objectif de travail choisi par l'élève.

Eléments à évaluer	Degré 1	Degré 2	Degré 3	Degré 4
Echauffement (2 points)	Pas d'échauffement **0.5 point**	Echauffement standard. **1 point**	Échauffement Standard et strucuturé. **1.5 points**	Echauffement complet, continu, progressif, Personnalisé. **2 points**
Course (6 points)	**Plus de 10 passages** « hors zone ». Allures (accélérations ou décélérations) non maîtrisées. Temps de récupération non respectés Arrêt prématuré de la séance ou pas d'adaptation Pas d'application des consignes techniques. **0 à 1.5 points**	**7 à 10 passages** « hors zone ». Allures (accélérations ou décélérations) mal maîtrisées. Temps de récupération passive trop important Adaptations éventuelles mais hésitantes. Consignes techniques partiellement appliquées. **1.75 à 3 points**	**3 à 6 passages** « hors zone ». Allures (accélérations ou décélérations) maîtrisées. Temps de récupération maitrisé avec de la récupération active. Adaptations éventuelles réalisées. Consignes techniques appliquées mais pas de manière permanente. **3.25 à 4.5 points**	**Moins de 3 passages «** hors zone ». Allures (accélérations ou décélérations) maîtrisées avec régulation si besoin. Temps de récupération réduits à leur minimum en fonction de la forme de travail retenue. Adaptations éventuelles rapides et pertinentes. Effort d'application constante des consignes d'efficacité. **4.75 à 6 points**
Analyse de la séance (4 points)	Non identification et non nomination des ressentis. Régulations absentes ou incohérentes **0 à 1 point**	Identification partielle et/ou ponctuelle des ressentis Régulations inadaptées au regard des indicateurs relevés **1.25 à 2 points**	Identification des ressentis Relevé de données chiffrées exploitables. Régulations des paramètres grâce à des ressentis ou des données chiffrées. **2.25 à 3 points**	Identification fine des ressentis reliée à l'activité. Régulations pertinentes à partir du croisement d'indicateurs chiffrés et de ressentis-sélectionnés Régulation différée (l'analyse est source de conception future) **3.25 à 4 points**

Repères d'évaluation de l'AFL2				Course en durée
L'élève aura un carnet d'entrainement sur lequel il devra rendre compte de ses entrainements. Il devra analyser ses prestations, amener à réguler ses actions en fonction de son analyse. L'évaluation se fera au cours du cycle.				
AFL2	S'entraîner, individuellement ou collectivement, pour développer ses ressources et s'entretenir en fonction des effets recherchés	**AFL2** décliné dans l'activité	*L'élève a en sa possession un carnet d'entrainement dans lequel seront notées ses courses avec la conception, la production et l'analyse de sa course et des points forts et des points faibles en amenant des régulations pour la séance d'après.*	

Eléments à évaluer	Degré 1	Degré 2	Degré 3	Degré 4
Carnet d'entrainement	**Entrainement inadapté** Choix de l'élève non référencés et potentiellement dangereux L'élève conçoit/copie une séquence de travail inadaptée à ses ressources et/ou au thème d'entrainement choisi	**Entrainement partiellement adapté** Mise en relation incohérente des indicateurs relevés et des effets recherchés L'élève reproduit de manière stéréotypée et avec quelques incohérences un projet d'entrainement	**Entrainement adapté** Construction de séquences de travail cohérentes à partir de paramètres simples L'élève conçoit de manière pertinente son projet d'entrainement	**Entrainement optimisé** Personnalisation et régulations adaptées des paramètres de la séquence de travail. L'élève conçoit, régule et justifie son projet d'entrainement
Répartition des points en fonction du choix de l'élève				
AFL noté sur 2pts	**0.5 pts**	**0.75 pts**	**1.25 pts**	**2 pts**
AFL noté sur 4pts	**1 pts**	**1.75 pts**	**3 pts**	**4 pts**
AFL noté sur 6pts	**1.5 pts**	**2.5 pts**	**4 pts**	**6 pts**

Repères d'évaluation de l'AFL3					Course en durée
L'évaluation se fera au cours du cycle ou le jour de l'évaluation sur la demande des élèves justifiant de leur implication dans la course et sur le rôle choisi par l'élève.					
AFL3	Coopérer pour faire progresser	**AFL3** décliné dans l'activité	*S'impliquer dans un ou des rôles au service des autres pour faire progresser son partenaire.* *S'engager et contribuer à la conception d'une séquence d'entrainement pour soi et se camarades.*		
Eléments à évaluer	**Degré 1**	**Degré 2**	**Degré 3**	**Degré 4**	
Engagement de l'élève dans la collaboration avec les autres afin de les faire progresser.	L'élève agit seul et pour lui-même et/ou interagit dangereusement avec ses partenaires	L'élève collabore au niveau organisationnel avec son partenaire ponctuellement et/ou de manière inadaptée	L'élève est disponible et réactif dans l'instant pour observer et aider son partenaire à partir d'indicateurs simples et exploitables	L'élève est capable de conseiller un partenaire à partir d'indicateurs précis et pertinents (mise en relation des données et de ce qui est observé)	
Répartition des points en fonction du choix de l'élève					
AFL noté sur 2pts	**0.5 pts**	**0.75 pts**	**1.25 pts**	**2 pts**	
AFL noté sur 4pts	**1 pts**	**1.75 pts**	**3 pts**	**4 pts**	
AFL noté sur 6 pts	**1.5 pts**	**2.5 pts**	**4 pts**	**6 pts**	

EVALUATION ENSEIGNEMENT OPTIONNEL

Première GENERAL ET TECHNOLOGIQUE

2022

EDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

REFLECHIR : AFL option EPS 1ère : « Enrichir et mettre en œuvre les liens entre un thème et une ou des APSA »

Les élèves vont devoir enrichir leurs connaissances grâce a l'étude de 2 thèmes, l'environement et l'entrainement. A l'issu des apports thèoriques, les élèves pourront de manière individuelle ou collective présenter à l'oral devant le groupe classe une restitution des connaissances en intégrant une réflexion centrée sur leurs pratiques.
Afin de voir si les élèves ont acquis les compétences nécessaires à la préparation de leur présentaton, une évaluation sur plusieurs critères va être réalisée.

Evaluation du dossier servant de support à la présentation orale (04 points) :

- Qualité de l'élaboration : 2 points
- Qualité de la réalisation : 2 points

Evaluation de la présentation à l'oral (16 points) :

- Présence et engagement de l'élève : 4 points
- Posture de l'élève : 3 points
- Elocution de l'élève : 3 points
- Registre utilisé par l'élève : 3 points
- Interaction avec e groupe classe : 3 points

Repères de notation				
Eléments à évaluer	**Degré 1**	**Degré 2**	**Degré 3**	**Degré 4**
LE DOSSIER SUPPORT (4 points)				
Qualité de l'élaboration (2 points)	0.5 point	1 point	1.5 points	2 points
Qualité de la réalisation (2points)	0.5 point	1 point	1.5 points	2 points
PRESENTATION DEVANT LE GROUPE CLASSE (16 points)				
Présence et engagement (4 points)	1 point	2 points	3 points	4 points
Posture (3 points)	1 point	1.5 points	2 points	3 points
Elocution (3 points)	1 point	1.5 points	2 points	3 points
Registre (3 points)	1 point	1.5 points	2 points	3 points
Interaction avec les évaluateurs (3 points)	1 point	1.5 points	2 points	3 points

Déclinaison des AFL par dégré d'acquisition et par éléments à évaluer pour le dossier

***REFLECHIR :* AFL option EPS *1ère* : « *Enrichir et mettre en œuvre les liens entre un thème et une ou des APSA* »**

Eléments à évaluer	Degré 1	Degré 2	Degré 3	Degré 4
Qualité de l'élaboration	Dossier sans suite logique dans la mise en page et qui ne respecte pas le cadre	Dossier avec un essai de mise en page logique qui respecte le cadre	Dossier avec un mise en page logique qui repsecte le cadre	Dossier avec un mise en page logique et jusitifiée sans erreur.
Qualité de la réalisation	Dossier réalisé mais baclé (beaucoup d'erreurs et peu de soin apporté)	Dossier réalisé avec des erreurs et avec soin	Dossier réalisé avec peu d'erreurs, avec soin et paginé	Dossier réalisé sans erreur, avec soin et paginé

Déclinaison des AFL par dégré d'acquisition et par éléments à évaluer pour l'oral

***REFLECHIR :* AFL option EPS *1ère* : « *Enrichir et mettre en œuvre les liens entre un thème et une ou des APSA* »**

Eléments à évaluer	Degré 1	Degré 2	Degré 3	Degré 4
Présence et engagement	L'élève ne connait que trop peu son dossier, cherche ses mots.	L'élève connait son dossier mais a du mal à faire des liens avec d'autres idées. Présentation irrégulière.	L'élève connait son dossier, sait répondre aux questions posées. Suit un fil logique de progression.	L'élève maitrise son sujet, n'hésite pas à intervenir pour préciser ses dées. Présentation claire, fluide avec variations de la voix pour capter l'attention des auditeurs.
Posture	L'élève est en retrait (ne regarde pas le groupe classe). Refermé sur lui-même.	L'élève est présent mais se met en retrait dés qu'il est interrogé de peur de se tromper.	L'élève est droit, capable de regarder de soutenir le regard de la salle, s'affirme.	L'élève assume ses idées, est à l'aise dans les échanges avec le groupe classe.
Elocution	L'élève a du mal à s'exprimer, bafouille, voix faible pour l'auditoire.	L'élève s'exprime de manière convenable mais de manière peu audible.	L'élève s'exprime clairement avec un peu d'hésitation par moment. La voix est audible.	L'élève s'exprime clairement, distinctement sans hésitation avec assurance et neteté de la voix.
Registre	L'élève emploi du vocabulaire peu approprié. Langage trop familier. Un registre faible.	L'élève emploi quelques mots de vocabulaires appropriés par rapport au thème. Utilise du langage courant mais le registre reste limité.	L'élève emploi un registre plus en lien avec le thème. Utilise le langage courant avec début de langage soutenu. Peu de redite, trouve des synonymes.	L'élève emploi un langage qui est toujours en relation avec son thème. Utilise un maximum unlangage soutenu, pas de rédite.
Interaction avec le groupe classe	L'élève a du mal à répondre aux questions posées. Ne veux pas répondre.	L'élève repond aux questions mais pas toujours de manière pertinente. Reponse donnée à la va vite.	L'éléve est capable de répondre aux questions posées. Réponses justes mais peu développées.	L'élève répond à l'ensemble des questions sans hésitations. Les réponses sont claires, précises et étayées.

EVALUATION ENSEIGNEMENT OPTIONNEL

TERMINALE GENERALE ET TECHNOLOGIQUE

EDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

Etablissement	**Lycée général et technologique A. ANOVA**	**Terminale - 2022**
Commune	**PAITA**	

Champ d'Apprentissage n°2	**Activité Physique Sportive Artistique**
Adapter son déplacement à des environnements variés ou incertains	**La randonnée Sportive (raid)**

Principes d'évaluation

Les randonneurs, par équipe de 2 ou 3, doivent effectuer un parcours de randonnée en mode aller+retour parmi les 4 proposés allant de 0 à 10km. Le groupe réalise le circuit de leur choix pour témoigner de leur capacité à s'engager de façon efficace **(AFL 1)** et à faire des choix en gérant leur temps de course et leur allure. En se préparant et se mettant en projet dès le début de l'épreuve (**AFL 2**). Ils doivent mettre tout en place pour assurer une randonnée en toute sécurité et en se souciant du groupe (AFL3)

La durée de l'épreuve est de 1h30 à 2h00 maximun en fonction du parcours choisi. Chaque groupe annonce son parcours au départ de la randonnée et la vitesse moyenne de déplacement ce qui déterminera le temps total de la randonnée. Le goupe ne doit pas se séparer durant la totalité de l'épreuve.

Avant le départ, un briefing de sécurité devra être fait et chaque randonneur devra porter des chaussures adéquates, de l'eau, un sac à dos par groupe et un téléphone.

Barème et notation

AFL1	**AFL2**	**AFL3**
12 pts	**8 pts**	
<u>Réaliser une randonnée sportive</u> Evaluée le jour de l'épreuve **Effectuer un parcours de 10km maximun.** **Prise en compte de la distance** **Prise en compte du ratio Distance/temps.**	**S'entraîner individuellement et collectivement, pour se déplacer de manière efficiente et en toute sécurité. (AFL2)** Evalué pendant le cycle **Coopérer pour réaliser un projet de déplacement, en toute sécurité. (AFL 3)** Evalué le jour de l'épreuve ou pendannt le cycle	

Choix possibles notation pour les élèves

AFL1	**AFL2**	**AFL3**
Possibilités de choisir parmi 4 parcours de niveau différents	Répartition des 8 points au choix des élèves : 2, 4 ou 6 points par AFL	

Repères d'évaluation de l'AFL 1	La randonnée Sportive (raid)

L'élève doit réaliser une randonnée sportive dont la distance est comprise entre 4km et 10km. L'élève choisi son parcours et son coefficient de difficulté (vitesse moyenne pour réaliser son parcours) qui détermineront son temps de course et témoignera de sa capacité à s'engager de façon efficace et à faire des choix en courant, à gérer son temps de course.
L'épreuve met en place une évaluation qui tient compte temps mis à réaliser son parcours en fonction de la distance annoncée. Le parcours pourra être ajusté en fonction des ressentis de l'élève pendant l'épreuve.

Repères d'évaluation

AFL1 (12 points)	S'engager à l'aide d'une motricité spécifique pour réaliser en sécurité et à son meilleur niveau, un itinéraire dans un contexte incertain.	**AFL1** décliné dans l'activité	L'élève s'engage dans une randonnée selon un parcours préétabli qu'il pourra modifier en route en fonction de ses ressentis. Il est tenu compte de la distance du parcours et du temps mis à éffectuer le parcours en fonction de son coefficient de difficulté.

Eléments à évaluer	**Degré 1 (4km)**				**Degré 2 (6km)**			**Degré 3 (8km)**		**Degré 4 (10km)**	
Gestion du temps	***Points***				***Points***			***Points***		***Points***	
Temps imparti (+ ou moins 5mn)	**2.5**	**3**	**3.5**	**4**	**6.5**	7	7.5	**9**	10	**11**	12
Avance ou Retard < ou = 5''	**2**	2.5	3	3.5	**6**	6.5	7	**8.5**	9.5	**10.5**	11.5
Avance ou Retard < ou =10'	**1.5**	2	2.5	3	**5.5**	6	6.5	**8**	9	**10**	11
Avance ou Retard < ou = 15'	**1**	1.5	2	2.5	**5**	5.5	6	**7.5**	**8.5**	**9.5**	10.5
Avance ou Retard < ou = 20'	**0.5**	**1**	**1.5**	**2**	**4.5**	**5**	**5.5**	**7**	**8**	**9**	**10**
Coefficient de difficulté Coeff. 1 : vitesse moy. : 3km/h Coeff. 2 : Vitesse moy. : 4km/h Coeff. 3 : vitesse moy. : 5km/h Coeff.4 : vitesse moy. : 6km/h	**Coeff. 1**	**Coeff. 2**	**Coeff. 3**	**Coeff. 4**	**Coeff. 2**	**Coeff. 3**	**Coeff. 4**	**Coeff. 3**	**Coeff. 4**	**Coeff. 3**	**Coeff. 4**

Repères d'évaluation de l'AFL2				La randonnée Sportive (raid)
L'élève aura un carnet d'entrainement sur lequel il devra rendre compte de ses entrainements. Il devra analyser ses prestations, amener à réguler ses actions en fonction de son analyse. L'évaluation se fera au cours du cycle.				
AFL2	S'entraîner individuellement et collectivement, pour se déplacer de manière efficiente et en toute sécurité.	**AFL2** décliné dans l'activité	*L'élève a en sa possession un carnet d'entrainement dans lequel seront notées ses entrainements avec la conception, la production et l'analyse de sa course et des points forts et des points faibles.*	
Eléments à évaluer	**Degré 1**	**Degré 2**	**Degré 3**	**Degré 4**
Carnet d'entrainement	**Entrainement inadapté** Ne fournit pas les efforts adaptés pour progresser. Peu d'analyse de ses entrainements. Peu ou pas de rémédiations pour progresser.	**Entrainement partiellement adapté** Fournit des efforts mais peu appropriés par rapport à l'obectif fixé. L'élève est capable d'identifier des éléments de son entrainement mais ne sait pas comment apporter des remédiations pour progresser	**Entrainement adapté** Fournit des efforts appropriés par rapport à l'objectif fixé. L'élève est capable d'identifier les éléments de son entrainement, de celui de son groupe et d'apporter quelques remédiations pour progresser.	**Entrainement optimisé** Fournit les efforts appropriés par rapport à l'objectif fixé et capable de réguler ses efforts sur l'ensemble de l'entrainement. L'élève est capapble d'identifier les éléments de son entrainement, de son groupe et de fixer des rémédiations concrètes pour faire progresser lui et son groupe.
Répartition des points en fonction du choix de l'élève				
AFL noté sur 2pts	**0.5 pts**	**0.75 pts**	**1.25 pts**	**2 pts**
AFL noté sur 4pts	**1 pts**	**1.75 pts**	**3 pts**	**4 pts**
AFL noté sur 6pts	**1.5 pts**	**2.5 pts**	**4 pts**	**6 pts**

Repères d'évaluation de l'AFL3					*La randonnée Sportive (raid)*
L'évaluation se fera au cours du cycle ou le jour de l'évaluation sur la demande des élèves justifiant de leur implication dans la course et sur le rôle choisi par l'élève.					
AFL3	Coopérer pour réaliser un projet de déplacement, en toute sécurité.	**AFL3** décliné dans l'activité	*S'impliquer dans un ou des rôles au service de la réalisation de la randonnée. S'engager et contribuer à la conception du parcours.*		
Eléments à évaluer	**Degré 1**	**Degré 2**	**Degré 3**	**Degré 4**	
Engagement de l'élève dans le rôle choisi. L'élève et le groupe	Approximation dans la mise en œuvre des consignes et des rôles essentiels liés à la sécurisation individuelle et collective de la pratique L'élève est centré sur sa propre pratique. Ne s'occupe pas des autres.	Application des consignes et tenue des rôles essentiels liés à la sécurisation individuelle et collective de la pratique, mais la mise en œuvre peut manquer de réactivité ou d'assurance. L'élève adhère aux conditions d'organisation et les applique avec son groupe.	Maitrise des éléments et tenue efficace des rôles nécessaires à la sécurité individuelle et collective, dans des situations variées. L'élève coopère et s'implique dans les analyses et prises de décisions collectives afin d'aider les autres du groupe.	Maitrise des éléments, des rôles et conditions nécessaires à la sécurité individuelle et collective. Aide aux apprentissages des autres élèves L'élève apprécie et s'adapte aux ressources des partenaires dans les analyses et prises de décision collectives. Il sait s'adpater à son groupe.	
Répartition des points en fonction du choix de l'élève					
AFL noté sur 2pts	**0.5 pts**	**0.75 pts**	**1.25 pts**	**2 pts**	
AFL noté sur 4pts	**1 pts**	**1.75 pts**	**3 pts**	**4 pts**	
AFL noté sur 6 pts	**1.5 pts**	**2.5 pts**	**4 pts**	**6 pts**	

EVALUATION ENSEIGNEMENT OPTIONNEL

TERMINALE GENERAL ET TECHNOLOGIQUE

EDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

Etablissement	LYCEE A. ANOVA - PAITA	2022	Classe de TERMINALE

Champ d'Apprentissage n°5	Activité Physique Sportive Artistique
Réaliser et orienter son activité physique pour développer ses ressources et s'entretenir	**MUSCULATION**

Principes d'évaluation

L'épreuve engage le candidat dans la mise en œuvre d'un thème d'entraînement motivé par le choix d'un projet personnel.
Cette mise en œuvre fait référence à un carnet de suivi qui identifie et organise des connaissances et données individualisées.
L'épreuve est préparée en amont et/ou le jour de l'épreuve. Elle peut être régulée en cours de réalisation par l'élève selon ses ressentis d'effort attendus et/ou de fatigue. Les paramètres liés à la charge de travail (volume, durée, intensité, complexité, récupération, etc.) sont clairement identifiés dans une alternance temps de travail, temps de récupération et temps d'analyse. L'évaluation de l'AFL 1 est favorisée par l'organisation et la durée de la séquence d'évaluation. L'élève doit choisir un thème d'entraînement parmi les 2 qui lui sont proposés. Il justifie son choix par l'expression d'un objectif personnel et doit démontrer qu'il sait s'entraîner pour atteindre les effets qu'il souhaite obtenir sur son organisme.
Thèmes d'entraînement :
1. Rechercher un gain de puissance et/ou d'explosivité musculaire - Type Sportif
2. Rechercher un gain de tonification, de renforcement musculaire, d'endurance de force – Type entretien de soi
Le candidat présente dans son carnet la séance prévue. Le travail concerne au minimum 3 groupes musculaires. Pour chacun d'eux, 2 à 3 exercices sont présentés. L'élève intègre différentes méthodes d'entraînement (à charge constante, stato-dynamique, super-série…) Une alternance judicieuse des exercices entre eux permet de maintenir un équilibre global. Le juge valide les répétitions réalisées.

Barème et notation

AFL1	AFL2	AFL3
12 pts	**8 pts**	
Développer une motricité spécifique pour réaliser une séquence de travail dans le respect de son intégrité physique, en adéquation avec le thème d'entraînement choisi et ses ressources. **Définir un projet d'entraînement** en s'appuyant sur des connaissances anatomiques et physiologiques, sur les paramètres d'entraînement et sur ses ressentis. **Savoir s'échauffer spécifiquement, récupérer, répéter et persévérer** pour améliorer l'efficacité de ses actions. *(Evalué le jour de l'épreuve)*	**AFL 2 : Utiliser un carnet d'entraînement** afin de suivre et réguler son plan de travail. **Connaître et exploiter les différents paramètres d'entraînement** pour **construire une séquence d'évaluation cohérente**. *(Evalué tout au long de la séquence d'enseignement et éventuellement le jour de l'épreuve)* **AFL 3** : **Assumer différents rôles sociaux** (aide, parade, coach, observateur) liés à la pratique.	

Choix possibles pour les élèves

AFL 1	AFL 2	AFL 3
Choix du projet d'entraînement et des paramètres d'entraînement.	Choix du projet et des paramètres d'entraînement.	Choix des modalités d'aide de son partenaire.
	Répartition des 8 points au choix des élèves : 2, 4 ou 6 points par AFL	

Principe d'élaboration de l'épreuve du contrôle en cours de formation

MUSCULATION

L'épreuve engage le candidat dans la mise en œuvre d'un thème d'entraînement motivé par le choix d'un projet personnel.
Cette mise en œuvre fait référence à un carnet de suivi qui identifie et organise des connaissances et données individualisées.
L'épreuve est préparée en amont et/ou le jour de l'épreuve. Elle peut être régulée en cours de réalisation par l'élève selon ses ressentis d'effort attendus et/ou de fatigue. Les paramètres liés à la charge de travail (volume, durée, intensité, complexité, récupération, etc.) sont clairement identifiés dans une alternance temps de travail, temps de récupération et temps d'analyse. L'évaluation de l'AFL 1 est favorisée par l'organisation et la durée de la séquence d'évaluation. L'élève doit choisir un thème d'entraînement parmi les 2 qui lui sont proposés. Il justifie son choix par l'expression d'un objectif personnel et doit démontrer qu'il sait s'entraîner pour atteindre les effets qu'il souhaite obtenir sur son organisme.

Thèmes d'entraînement :

1. Rechercher un gain de puissance et/ou d'explosivité musculaire - Type Sportif

2. Rechercher un gain de tonification, de renforcement musculaire, d'endurance de force – Type entretien de soi

Le candidat présente dans son carnet la séance prévue. Le travail concerne au minimum 3 groupes musculaires. Pour chacun d'eux, 2 à 3 exercices sont présentés. L'élève intègre différentes méthodes d'entraînement (à charge constante, stato-dynamique, super-série…) Une alternance judicieuse des exercices entre eux permet de maintenir un équilibre global. Le juge valide les répétitions réalisées.

Repères d'évaluation

AFL1	« S'engager pour obtenir les effets recherchés selon son projet personnel, en faisant des choix de paramètres d'entraînement cohérents avec le thème retenu. »	**AFL1** Décliné dans l'activité	**Développer une motricité spécifique pour réaliser une séquence de travail** dans le respect de son intégrité physique, en adéquation avec le thème d'entraînement choisi et ses ressources. **Définir un projet d'entraînement** en s'appuyant sur des connaissances anatomiques et physiologiques, sur les paramètres d'entraînement et sur ses ressentis. **Savoir s'échauffer spécifiquement, récupérer, répéter et persévérer** pour améliorer l'efficacité de ses actions.

Eléments à évaluer	Degré 1	Degré 2	Degré 3	Degré 4
Produire **(8 points)**	**Gestuelles non maîtrisées** - Butée articulaire - Respiration absente (apnée...) - Pourcentage de répétitions validées/répétitions prévues : entre 25 et 50% - Ne parvient pas à maîtriser les postures de sécurité dans l'effort. **Utilisation inadaptée du matériel** - Les charges sont mal installées et/ou non sécurisées.	**Gestuelles maîtrisées mais encore des erreurs** - Amplitude limitée - Respiration présente mais non intégrée - De nombreuses postures compensatoires au cours de la série (- de 30%) **Incohérence du choix des paramètres au thème d'entraînement** - Pourcentage de répétitions validées/répétitions prévues : entre 50 et 75%	**Gestuelles efficaces** - Amplitude correcte - Respiration partiellement intégrée ou inversée - Quelques postures compensatoires (entre 10 et 20%) **Cohérence du choix des paramètres au thème d'entraînement** - Pourcentage de répétitions validées/répétitions prévues : entre 75 et 90%	**Gestuelle spécifiques et efficiente.** - Amplitude optimale - Respiration efficace (expire sur le temps d'effort) - Pas de posture compensatoire **Choix individualisé au regard du thème d'entraînement et des effets personnels recherchés** - Pourcentage de répétitions validées/répétitions prévues : + de 90%
	0 à 2 points	**2,5 à 4 points**	**4,5 à 6 points**	**6,5 à 8 points**
Analyser **(4 points)**	**Pas de ressentis et pas de régulation** - Charge mettant en jeu l'intégrité physique de l'élève ou charge insignifiante - Pas d'analyse - N'exploite ni les observations ni le ressenti ou exclusivement le psychologique	**Peu de ressentis et Régulation inadaptée** - Charge trop lourde, trop légère, non personnalisée - Analyse incomplète Exploite un type de ressenti (souvent psychologique) et partiellement les observations.	**Identification des ressentis Régulation des paramètres grâce à des ressentis ou des données chiffrées.** - Charge adaptée mais non affinée en fonction des ressentis - Analyse binaire (garde ou modifie un ou plusieurs paramètres) Exploite au moins deux types de ressentis différents et les observations.	**Identification fine des ressentis reliée à l'activité. Régulations pertinentes et différées (l'analyse est sources de conception future)** - Charge, adaptée et régulée en fonction des ressentis - L'analyse est fine - Exploite tous les types de ressentis et les associe aux observations pour réguler le bon paramètre
	0 à 1 point	**1,5 à 2 points**	**2,5 à 3 points**	**3,5 à 4 points**

Repères d'évaluation de l'AFL2				*MUSCULATION*
L'élève doit remplir son carnet d'entraînement tout au long du cycle et exploiter les informations de ce dernier. Il doit également, construire se séquence d'évaluation de façon cohérente.				
AFL2	« S'entraîner, individuellement ou collectivement, pour développer ses ressources et s'entretenir en fonction des effets recherchés. »	**AFL2** décliné dans l'activité	**Utiliser un carnet d'entraînement** afin de suivre et réguler son plan de travail. **Connaître et exploiter les différents paramètres d'entraînement** pour **construire une séquence d'évaluation cohérente**.	

Eléments à évaluer	Degré 1	Degré 2	Degré 3	Degré 4
- **Construire sa séquence** d'évaluation de façon cohérente - **Remplir et exploiter** les informations de son carnet d'entraînement	**Entrainement inadapté** - Connaissances liées aux muscles absentes ou erronées - Méconnaît les paramètres liés au thème et ne les exploite pas - L'équilibre dans le développement n'est pas recherché - Aucune méthode **L'élève ne présente pas son carnet d'entraînement**	**Entrainement partiellement adapté** - Connaissances liées aux muscles parcellaires - Méconnaît partiellement les paramètres liés au thème et ne les exploite pas à bon escient - L'équilibre dans le développement est recherché mais non maîtrisé - Une seule méthode utilisée (souvent constante en concentrique) **L'élève présente son carnet d'entraînement mais partiellement rempli**	**Entrainement adapté** - Muscles situés - Connaît tous les paramètres liés au thème mais ne les exploite pas à bon escient - L'équilibre dans le développement est visé (tronc-membres ou agonistes-antagonistes) - Différentes formes de contraction utilisées mais pas toujours cohérente par rapport au thème **L'élève présente son carnet d'entraînement avec des informations recueillies régulièrement**	**Entrainement optimisé** - Muscles situés et différenciés - Connaît tous les paramètres liés au thème et exploite le bon - L'équilibre dans le développement est visé (tronc-membres et agonistes-antagonistes) - Formes de contraction utilisées de façon cohérente par rapport au thème (Isométrique, concentrique, excentrique) **L'élève présente son carnet d'entraînement avec des informations recueillies régulièrement et exploitées**
Répartition des points en fonction du choix de l'élève				
AFL noté sur 2 points	De 0,25 à 0,5 point	De 0,75 à 1 point	De 1,25 à 1,5 points	De 1,75 à 2 points
AFL noté sur 4 points	De 0,25 à 1 point	De 1,25 à 2 points	De 2,25 à 3 points	De 3,25 à 4 points
AFL noté sur 6 points	De 0,25 à 1,5 points	De 1,75 à 3 points	De 3,25 à 4,5 points	De 4,75 à 6 points

Repères d'évaluation de l'AFL3

L'évaluation se fera au cours de la séquence.

AFL3	*« Coopérer pour faire progresser. »*	**AFL3** décliné dans l'activité	***Assumer différents rôles sociaux*** *(aide, parade, coach, observateur) liés à la pratique.*

Eléments à évaluer	Degré 1	Degré 2	Degré 3	Degré 4
Rôle d'**observateur** et de **parade**	**L'élève agit seul et pour lui-même et/ou interagit dangereusement avec ses partenaires** - Ne parvient pas à indiquer un nombre de répétitions fiable - N'identifie pas ou très peu le non-respect de l'amplitude du trajet moteur ou le non-respect des postures sécuritaires	**L'élève collabore au niveau organisationnel avec son partenaire ponctuellement et/ou de manière inadaptée** - Indique de manière approximative le nombre de répétitions - Identifie de manière partielle soit le non-respect de l'amplitude du trajet moteur soit le non-respect des postures sécuritaires	**L'élève est disponible et réactif dans l'instant pour observer et aider son partenaire à partir d'indicateurs simples et exploitables** - Indique le nombre de répétitions - Identifie précisément soit le non-respect de l'amplitude du trajet moteur soit le non-respect des postures sécuritaires	**L'élève est capable de conseiller un partenaire de manière volontaire et à partir d'indicateurs précis et pertinents (mise en relation des données et de ce qui est observé)** - Indique le nombre de répétitions - Identifie constamment le non-respect de l'amplitude du trajet moteur et le non-respect des postures sécuritaires
Rôle de **coach**	**L'élève agit seul et pour lui-même et/ou interagit dangereusement avec ses partenaires** - Peu ou pas attentif dans l'observation (amplitude, respiration, rythme, postures sécuritaires) et l'analyse des ressentis (ex : discute, assis) - N'apporte pas de conseil	**L'élève collabore au niveau organisationnel avec son partenaire ponctuellement et/ou de manière inadaptée** - Partiellement attentif dans l'observation ou l'analyse des ressentis - Apporte des conseils essentiellement de l'ordre de l'encouragement (ex : « c'est bien », « continue », « encore x répétitions »)	**L'élève est disponible et réactif dans l'instant pour observer et aider son partenaire à partir d'indicateurs simples et exploitables** - Attentif et impliqué dans l'observation OU l'analyse des ressentis - Apporte des conseils justes mais génériques (ex : « tends tes bras », « touche la poitrine avec la barre »)	**L'élève est capable de conseiller un partenaire de manière volontaire et à partir d'indicateurs précis et pertinents (mise en relation des données et de ce qui est observé)** - Attentif et impliqué dans l'observation ET l'analyse des ressentis - Apporte des conseils pertinents et ciblés par rapport aux actions de son partenaire.
Répartition des points en fonction du choix de l'élève				
AFL noté sur 2pts	De 0,25 à 0,5 point	De 0,75 à 1 point	De 1,25 à 1,5 points	De 1,75 à 2 points
AFL noté sur 4pts	De 0,25 à 1 point	De 1,25 à 2 points	De 2,25 à 3 points	De 3,25 à 4 points
AFL noté sur 6 pts	De 0,25 à 1,5 points	De 1,75 à 3 points	De 3,25 à 4,5 points	De 4,75 à 6 points

Annexes

EVALUATION ENSEIGNEMENT OPTIONNEL

TERMINALE GENERAL ET TECHNOLOGIQUE

2022

EDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

AFL option EPS Terminale : « Présenter à l'oral une problématique issue d'une réflexion étayée sur sa propre pratique, en lien avec une thématqiue choisie par l'élève »

L'enseignement de l'option EPS en classe de terminale s'appuie sur deux APSA, la randonnée sportive (raid) CA2 et la musculation CA5. Les élèves doivent préparer un dossier qui s'appuie obligatoirement sur une APSA, pratiquée ou non. Ce dossier leur servira de soutenance pour un oral d'une durée de 15mn (dont 5mn d'exposé)ou de 2àmn si la présentation est en binôme. Le dossier devra répondre à une ou plusieurs questions en relation avec sa propre pratique et en lien avec l'un des thèmes étudiés durant les classes de 2nd et 1ère ou éventuellement un autre théme (7 choix de thèmes possibles).
Les élèves peuvent travailler seul ou à 2. Dans le cas où les élèves travaillent à 2, le temps de parole devra être égal.
Afin de voir si les élèves ont acquis les compétences nécessaires à la préparation du dossier et à l'oral, une évaluation sur plusieurs critères va être réalisée.

Evaluation du dossier (06 points) :

- Qualité de l'élaboration : 2 points
- Qualité de la réalisation : 2 points
- Qualité des réponses apportées à la problématique posée : 2 points

Evaluation de l'oral (14 points) :

- Présence et engagement de l'élève : 2 points
- Posture de l'élève : 2 points
- Elocution de l'élève : 2 points
- Registre utilisé par l'élève : 2 points
- Interaction avec les évaluateurs : 6 points

Repères de notation				
Eléments à évaluer	**Degré 1**	**Degré 2**	**Degré 3**	**Degré 4**
LE DOSSIER (6 points)				
Qualité de l'élaboration (2 points)	0.5 point	1 point	1.5 points	2 points
Qualité de la réalisation (2points)	0.5 point	1 point	1.5 points	2 points
Qualité des réponses (2 points)	0.5 point	1 point	1.5 points	2 points
L'ORAL (14 points)				
Présence et engagement (2 points)	0.5 point	1 point	1.5 points	2 points
Posture (2 points)	0.5 point	1 point	1.5 points	2 points
Elocution (2 points)	0.5 point	1 point	1.5 points	2 points
Registre (2points)	0.5 point	1 point	1.5 points	2 points
Interaction avec les évaluateurs (6 points)	0 à 1.5 points	1.75 à 3 points	3.25 à 4.5 points	4.75 à 6 points

Déclinaison des AFL par dégré d'acquisition et par éléments à évaluer pour le dossier

AFL option EPS *Terminale* : « *Présenter à l'oral une problématique issue d'une réflexion étayée sur sa propre pratique, en lien avec une thématqiue choisie par l'élève* »

Eléments à évaluer	Degré 1	Degré 2	Degré 3	Degré 4
Qualité de l'élaboration	Dossier sans suite logique dans la mise en page	Dossier avec un essai de mise en page logique	Dossier avec un mise en page logique	Dossier avec un mise en page logique et jusitifiée
Qualité de la réalisation	Dossier réalisé mais baclé (beaucoup d'erreurs et peu de soin apporté)	Dossier réalisé avec des erreurs et avec soin	Dossier réalisé avec peu d'erreurs, avec soin et paginé	Dossier réalisé sans erreur, avec soin et paginé
Qualité des réponses	Ne répond pas à la question du départ	Répond à la question du départ mais de façon incomplète	Répond à la question du départ de façon complète	Répond à la question du départ de façon complète et affinée.

Déclinaison des AFL par dégré d'acquisition et par éléments à évaluer pour l'oral

AFL option EPS *Terminale* : « *Présenter à l'oral une problématique issue d'une réflexion étayée sur sa propre pratique, en lien avec une thématqiue choisie par l'élève* »

Eléments à évaluer	Degré 1	Degré 2	Degré 3	Degré 4
Présence et engagement	L'élève ne connait que trop peu son dossier	L'élève connait son dossier mais a du mal à faire des liens avec d'autres idées	L'élève connait son dossier, sait répondre aux questions posées.	L'élève maitrise son sujet, n'hésite pas à intervenir pour préciser ses dées.
Posture	L'élève est en retrait (ne regarde pas les évaluateurs)	L'élève est présent mais se met en retrait dés qu'il est interrogé	L'élève est droit, capable de regarder les 2 évaluateurs à tour de rôle.	L'élève assume ses idées, est à l'aise dans les échanges avec les évaluateurs.
Elocution	L'élève a du mal à s'exprimer	L'élève s'exprime de manière convenable mais de manière peu audible	L'élève s'exprime clairement avec un peu d'hésitation par moment.	L'élève s'exprime clairement, distinctement sans hésitation
Registre	L'élève emploi du vocabulaire peu approprié. Langage trop familier	L'élève emploi quelques mots de vocabulaires appropriés par rapport au thème. Utilise du langage courant	L'élève emploi un registre plus en lien avec le thème. Utilise le langage courant avec début de langage soutenu	L'élève emploi un langage qui est toujours en relation avec son thème. Utilise un maximum unlangage soutenu
Interaction avec les évaluateurs	L'élève a du mal à répondre aux questions posées. N'arrive pas à faire de comparaison ou mettre des liens à ses réponses en fonction de son thème d'étude.	L'élève repond aux questions mais pas toujours de manière pertinente. Les allers-retours avec l'évaluateurs sont peu suivis par manque de connaissance de son thème.	L'éléve est capable de répondre aux questions posées. Il connait son thème d'étude et est capable de tenir des échanges avec les évaluateurs.	L'élève répond à l'ensemble des questions sans hésitations. Il connait son thème et sait faire des liens. Il est capable de tenir les échanges avec les évaluateurs et de'aller jusqu'au bout de la réflexion.