****Champ d’Apprentissage 1 : « Réaliser sa performance motrice maximale, mesurable à une échéance donnée »

**Repères d’évaluation de l’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 ».

|  |
| --- |
| Principe d’élaboration des épreuves du champ d’apprentissage |
| **L’épreuve** :  |
| Éléments à évaluer | Repères d’évaluation |
| **Degré 1** | **Degré 2** | **Degré 3** | **Degré 4** |
| **La performance maximale****/6** | Filles**Femme** | Barème Établissement | Barème Établissement | **Seuil**  | Barème Établissement | Barème Établissement |
|  | **0** | **0,25** | **0,5** | **0,75** | **1** | **1,25** | **1,5** | **1,75** | **2** | **2,25** | **2,5** | **2,75** | **3** | **3,25** | **3,5** | **3,75** | **4** | **4,25** | **4,5** | **4,75** | **5** | **5,25** | **5,5** | **5,75** | **6** |
| GarçonsHomme | Barème Établissement | Barème Établissement | **Seuil**  | Barème Établissement | Barème Établissement |
| AFL1 sur 12 |  |
| **L’efficacité technique** (Traduite par des indicateurs chiffrés) **/6** | **Le manque de vitesse nuit à la coordination des actions propulsives** | **La vitesse nuit à la continuité des actions propulsives** | **La vitesse utile contrôlée, sert la coordination des actions propulsives** | **La vitesse maximale utile sert la continuité des actions propulsives** |
| **0** |  | **1,25** | **1,5** |  | **2,75** | **3** |  | **4,25** | **4,5** |  | **6** |

**Repères d’évaluation de l’AFL2 :** S’entraîner, individuellement et collectivement, pour réaliser une performance.

A l’aide d’un carnet d’entrainement ou d’un recueil de données.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Degré 1** | **Degré 2** | **Degré 3** | **Degré 4** |
| **Entraînement inadapté :** | **Entraînement partiellement adapté :** | **Entraînement adapté :** | **Entraînement optimisé :** |

**Repères d’évaluation de l’AFL3 :** Choisir et assumer les rôles qui permettent un fonctionnement collectif solidaire

L’élève est évalué dans au moins un rôle qu'il a choisi parmi au minimum deux propositions faites par l’équipe EPS.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Degré 1** | **Degré 2** | **Degré 3** | **Degré 4** |
| **Engagement subi :** | **Engagement aléatoire :** | **Engagement fonctionnel :** | **Engagement solidaire :** |

**Les seuils de performance fixés au niveau national**

Pour les épreuves/APSA non disponibles dans cette annexe (biathlon, cross-training, combiné athlétique…), la construction des éléments de notation demeure sous la responsabilité des équipes d’établissements et des commissions académiques en cohérence avec :

* Les seuils de performance présentés dans le tableau ci-dessous ;
* Les niveaux de pratique UNSS ;
* Le registre d’effort sollicité au regard du milieu (nature du terrain, dénivelé, …) ;
* La nature de l’épreuve (combinée, enchainée ou unique) ;
* Le parcours de formation.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Seuil de performance **national** médian : Passage du degré 2 au degré 3   | Garçons | Vitesse | Filles | Vitesse |
| Familles | Exemples d’épreuves |  | Perf  |  | Perf  |  |
|  | 500m |  | 1’52 | 16,07 | 2’20 | 12,86 |
| 1/2 fond  | 750m |  | 2’55 | 15,43 | 3’40 | 12,27 |
| 800m |  | 3’08 | 15,32 | 3’56 | 12,20 |
| 1000m |  | 4’00 | 15,00 | 4’59 | 12,04 |
| 1200m |  | 4’55 | 14,64 | 6’04 | 11,87 |
| 1500m |  | 6’25 | 14,03 | 7’50 | 11,49 |
| 1’30 |  | 425m | 17,00 | 325m | 13,00 |
| 3’ |  | 770m | 15,40 | 630m | 12,60 |
| 4’30 |  | 1100m | 14,67 | 915m | 12,20 |
| Haies longues/basses | 200m haies  | Garçons : 76cm et filles 65cm | 35’’4 |  | 42’’5 |  |
| Haies courtes/hautes | 50m haies  | Garçons : 84 cm et filles 76cm | 9’’8 |  | 11’’1 |  |
| Sprint long  | 200m |  | 29’’2 |  | 35’’ |  |
| Sprint court  | 50m  |  | 7’’4 |  | 8’’5 |  |
| Relais court | 4x50m  |  | 29’’2 |  | 34’’7 |  |
| Lancers | Disque  | Garçons 1,5kg et filles 1kg | 18,5m |  | 12,5m |  |
| Javelot | Garçons 700g et filles 500g | 20,45 |  | 13m |  |
| Poids  | Garçons 5kg et filles 3kg | 7,1m |  | 6m |  |
| Sauts | Hauteur  |  | 1,39m |  | 1,14m |  |
| Perche |  | 2,10m |  | 1,6m |  |
| Multi-bond | Penta-bond | 12,5m |  | 10,1m |  |
| Multi-bond | Triple saut | 9,4m |  | 7,6m |  |
| Longueur  |  | 3,9m |  | 2,9m |  |
| Natation de vitesse  | 50m crawl  |  | 40'' |  | 53'' |  |
| 50m multi-nages ou autres nages |  | 46'' |  | 57''5 |  |