


Établissement	Nom :	Commune :		
Contexte de l'établissement et choix réalisés par l'équipe pédagogique :				
Champ d'Apprentissage (CA)	Attendus de Fin de Lycée (AFL)			
CA1	AFL1	AFL2	AFL3	
« 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. »	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.	S'entraîner, individuellement et collectivement, pour réaliser une performance.	Choisir et assumer les rôles qui permettent un fonctionnement collectif solidaire.	
Activité Physique Sportive Artistique (APSA)	Compétence de fin de séquence caractérisant les Attendus de Fin de Lycée (AFL) dans l'APSA			
Nationale : <input type="checkbox"/> Natation vitesse Académique : Grenoble Établissement : <input type="checkbox"/> à préciser ici : Lycée Français du Caire	<p style="color: red;">rouge AFL1, bleu AFL2, vert AFL3</p> <p style="color: red;">... « 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. »</p> <p style="color: green;">« S'entraîner, individuellement et collectivement, pour réaliser une performance. »</p> <p style="color: blue;">« Choisir et assumer les rôles qui permettent un fonctionnement collectif solidaire. »</p>			
Principes d'évaluation				
L'équipe pédagogique spécifie l'épreuve d'évaluation du CCF et les repères nationaux dans l'APSA support; elle définit les barèmes de performance de part et d'autre de la référence nationale dans les différentes spécialités retenues.				
	AFL1	AFL2		AFL3
Temporalité	Évalué le jour de l'épreuve		Évalués au fil de la séquence et éventuellement le jour de l'épreuve	
Points	12 points selon barème défini par l'équipe		8 points selon la répartition choisie par l'élève parmi 3 choix possibles	
Précisions	Répartition équilibrée sur 12 points cadrée par un nomogramme entre « Performance maximale » (qui différencie obligatoirement filles & garçons) et « Efficacité technique » (choix justifié du fait de la notion de performance portée par ce champ d'apprentissage).		Choix	Choix
		Degré 1	Degré 2	Degré 3
		Degré 4	Degré 1	Degré 2
		Degré 3	Degré 4	Degré 3
		Degré 4	Degré 1	Degré 4
	a) 2 pts	0 à 0,5	0,75 à 1	1,25 à 1,5
	b) 4 pts	0 à 0,75	1 à 2	2,25 à 3
	c) 6 pts	0 à 1,25	1,5 à 3	3,25 à 4,5
				Degré 4
				Degré 1
				Degré 2
				Degré 3
				Degré 4
				Degré 1
				Degré 2
				Degré 3
				Degré 4

Principes d'élaboration de l'épreuve du contrôle en cours de formation (CCF)

Description de l'épreuve, qui peut combiner deux activités, en cohérence avec le référentiels national CA1

... L'épreuve porte sur la **production de 3 réalisations maximales mesurées et/ou chronométrées.**

Elle doit permettre à tous les élèves de travailler et de récupérer de manière cohérente avec la filière énergétique prioritairement sollicitée.

Elle combine deux nages :

Le candidat nage trois 50 m chronométrés par le jury, entrecoupés d'environ 10 minutes de récupération active dans le bassin.

1/ la 1ère performance est un 50m 2 nages à choisir parmi le papillon, le dos ou la brasse.

2/ la deuxième performance est un 50m 2 nages dont une nage différente de la 1ère production.

3/ La 3ème performance est un 50m nages libres.

Pour les deux 50m, la prestation est considérée comme réglementaire si les nages choisies sont effectuées comme suit :

Crawl : action alternée et retour aérien des bras vers l'avant, action alternée des jambes de type « battements ».

Brasse : action simultanée et retour aquatique des bras vers l'avant, action simultanée des jambes de type « ciseaux ».

Dos : action des bras et des jambes en position dorsale.

Papillon : action simultanée et retour aérien des bras vers l'avant, action simultanée des jambes « battements dauphin ».

Élément 1 : correspond à la meilleure performance dans chacune des 3 réalisations.

La moyenne des 3 temps correspondra à la performance maximale.

Élément 2 : Il correspond à l'indice technique traduit par des données chiffrées : le nombre de coup de bras sur 50 m.

Le jury compte le nombre de coup de bras effectué par le candidat sur le 50 m crawl ainsi que les temps effectués sur chacune des prestations.

L'indice technique révèle la capacité de l'élève à créer, conserver, transmettre de la vitesse, en coordonnant les actions propulsives.

La note de l'AFL1 est établie au croisement du niveau de performance et de celui de l'efficacité technique. Coordination des Actions propulsives (CAP) ; trajets moteurs, surfaces motrices, appuis, continuité, synchronisation des différentes actions corporelles propulsives.

Vitesse utile : vitesse individuelle maîtrisée du déplacement qui ne dégrade pas les autres facteurs de l'efficacité (respiration, équilibration, coordination des actions propulsives, contrôles corporels, ressources physiques etc.), permettant de favoriser leur efficacité.

CA1 AFL1 - Repères d'évaluation

Intitulé	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.											Déclinaison dans l'APSA		Rappeler la déclinaison de l'AFL1 dans l'APSA (partie rouge de la compétence) ...														
	Option pour l'élève																											
Éléments à évaluer																												
Degré 1						Degré 2						Degré 3						Degré 4										
Performance Maximale	<i>Meilleure performance dans chacune des réalisations (deux au minimum)</i>	Barème	Moyenne des 3 temps																									
			FILLES	69	68		67	66	65	64	63	62	61	60	59	58	57	56	55	54	53	52	51	50	49	48	47	46
			GARCONS	60	59		58	57	56	55	54	53	52	51	50	49	48	47	46	45	44	43.5	43	42.5	42	41.5	41	40.5
			Notes	0.5	1		1.5	2	2.5	3	3.5	4	4.5	5	5.5	6	6.5	7	7.5	8	8.5	9	9.5	10	10.5	11	11.5	12
			Nombre de coup de bras effectué sur le premier 50 m crawl																									
			69	68	67	66	65	64	63	62	61	60	59	58	57	56	55	54	53	52	51	50	49	48	47	46	45	
Efficacité technique	<i>Indices techniques traduits par des données chiffrées à construire en équipe</i>	B	0																									
			<i>Répartition équilibrée des données chiffrées selon le degré</i>																									
Indicateurs			<i>Indicateurs</i>						<i>Indicateurs</i>						<i>Indicateurs</i>						<i>Indicateurs</i>						12	
			<p>... L'élève crée peu de vitesse et la conserve mal ; la transmet peu ou pas.</p> <p>Actions propulsives juxtaposées, non coordonnées ; elles ralentissent.</p> <p>Nombre de coup de bras très élevé. Action propulsive des bras inefficace : trajet des bras réduit. Action des jambes inexistante ou faible.</p> <p>Prise de respiration importante sur la totalité du 50 m.</p> <p>Corps peu gainé : tangage, roulis, position oblique, voire assise en dos.</p>						<p>... L'élève crée de la vitesse mais la conserve peu, la transmet peu.</p> <p>Actions propulsives étriquées et incomplètes.</p> <p>Le nombre de coup de bras reste élevé</p> <p>Action propulsive des bras inefficace : trajet des bras réduit.</p> <p>Action des jambes parfois inexistante ou faible</p> <p>Prise de respiration reste importante</p> <p>Corps pas toujours gainé : quelques déséquilibres. Position moins oblique, recherche l'horizontalité.</p>						<p>... L'élève crée sa vitesse utile et la conserve/transmet. Les actions propulsives sont coordonnées et continues.</p> <p>Le nombre de coup de bras est moyen</p> <p>L'action propulsive des bras est efficace : trajet des bras plus grand</p> <p>L'action des jambes est propulsive</p> <p>La prise de respiration est une fois sur deux ou sur 3, très brève.</p> <p>Horizontalité du corps</p>						<p>... L'élève crée, conserve/transmet sa vitesse maximale utile. Les actions propulsives sont coordonnées, complètes et orientées.</p> <p>Le nombre de coup de bras est faible</p> <p>L'action propulsive des bras est efficace : trajet des bras important.</p> <p>L'action des jambes est propulsive.</p> <p>La prise de respiration est faible : autour de 5 fois</p> <p>Horizontalité du corps</p>							

Note sur 12
(A et B croisés)

La note globale de l'AFL1 est établie au croisement du niveau de performance et de celui de l'efficacité technique.
Elle s'échelonne entre 0 à 12 pts

PERF G	PERF F	NOTE / 12	Nombre de Coup de bras	DEGRES
40''5	45	12	45	4
41	46	11.5	46	
41''5	47	11	47	
42	48	10.5	48	
42 ''5	49	10	49	
43	50	9.5	50	
43 ''5	51	9	51	
44	52	8.5	52	3
44''5	53	8	53	
45	54	7.5	54	
45''5	55	7	55	
46	56	6.5	56	
47	57	6	57	
48	57''5	5.5	58	
50	59	5	59	2
51	60	4.5	60	
52	61	4	61	
53	62	3.5	62	
54	63	3	63	
55	64	2.5	64	
56	65	2	65	
57	66	1.5	66	1
58	67	1	67	
59	68	0.5	68	
60	69	0	69	
60	69	0	69	

CA1 AFL2 - Repères d'évaluation

Intitulé	S'entraîner, individuellement et collectivement, pour réaliser une performance.		Déclinaison dans l'APSA	<i>Rappeler la déclinaison de l'AFL2 dans l'APSA (partie bleue de la compétence)</i> ... « S'entraîner, individuellement et collectivement, pour réaliser une performance. » À l'aide d'un carnet d'entraînement ou d'un recueil de données	
Option pour l'élève	Répartition du nombre de points entre AFL2 et AFL3.				
Éléments à évaluer	Degré 1	Degré 2	Degré 3	Degré 4	
Indicateurs	... Entraînement inadapté : Performances stables sur 1/4 des tentatives. Choix, analyses et régulations inexistantes. Préparation et récupération aléatoires. Élève isolé.	... Entraînement partiellement adapté : Performances stables sur 1/3 des tentatives Choix, analyses et régulations à l'aide de repères externes simples. Préparation et récupération stéréotypées. Élève suiveur.	... Entraînement adapté : Performances stables sur 2/3 des tentatives Choix, analyses et régulations en adéquation avec ses ressources. Préparation et récupération adaptées à l'effort. Élève acteur.	... Entraînement optimisé : Performances stables sur 3/4 des tentatives Choix, analyses et régulations ciblées pour soi et pour les autres. Préparation et récupération adaptées à l'effort et à soi. Élève moteur/leader.	
Note sur 2, 4 ou 6	La note de l'AFL2 dépend du choix effectué par l'élève dans la répartition des points entre AFL2 et AFL3 et du degré d'acquisition atteint. (cf. grille de répartition en page 1)				

CA1 AFL3 - Repères d'évaluation

Intitulé	Choisir et assumer les rôles qui permettent un fonctionnement collectif solidaire.	Déclinaison dans l'APSA	<i>Rappeler la déclinaison de l'AFL3 dans l'APSA (partie verte de la compétence)</i> ... « Choisir et assumer les rôles qui permettent un fonctionnement collectif solidaire. »	
Option pour l'élève	Répartition du nombre de points entre AFL2 et AFL3. Rôle (starter, chronométreur, ...), les partenaires (d'entraînement).			
Éléments à évaluer	Degré 1	Degré 2	Degré 3	Degré 4
Indicateurs	<p align="center">... Rôles subis</p> <p>Rôle partenaire d'entraînement, coach :</p> <p>Peu d'échange, renseigne vaguement son partenaire sur les chronos, nombre de coup de bras, attitude du corps lors de son entrée dans l'eau, sa coulée</p> <p>Juge : Chronomètre rarement. Connaît partiellement le règlement et l'applique mal.</p> <p>Observateur :</p> <p>Les informations sont prélevées et transmises de façon aléatoire.</p>	<p align="center">... Rôles aléatoires</p> <p>Rôle partenaire d'entraînement, coach :</p> <p>Renseigne sur les critères de nage : temps, nombre de coup de bras, position du corps.</p> <p>Juge : Chronomètre régulièrement mais non précisément ; (déclenche tard ou arrête tard). Manque de concentration. Connaît le règlement et l'applique mais ne le fait pas toujours respecter.</p> <p>Observateur :</p> <p>Les informations sont prélevées mais partiellement transmises.</p>	<p align="center">... Rôles préférentiels</p> <p>Rôle partenaire d'entraînement, coach :</p> <p>Permet à son partenaire de connaître le « profil de sa nage » : action de ses bras, de ses jambes, ses temps de respiration.</p> <p>Juge : Chronomètre sérieusement et reste concentré mais avec une petite marge d'erreur parfois. Connaît le règlement, l'applique et le fait respecter dans son rôle.</p> <p>Observateur :</p> <p>Les informations sont prélevées et transmises tel quel.</p>	<p align="center">... Rôles au service du collectif</p> <p>Rôle partenaire d'entraînement : coach :</p> <p>Conseille sur la technique de nage à améliorer : propulsion des bras et des jambes, respiration, équilibration du corps.</p> <p>Juge : Chronomètre sérieusement et reste très concentré. Les temps donnés sont d'une grande précision. Connaît le règlement, l'applique, le fait respecter et aide les autres à jouer leurs rôles.</p> <p>Observateur :</p> <p>Les informations sont prélevées, sélectionnées et transmises, avec parfois un commentaire utile au nageur.</p>
Note sur 6, 4 ou 2	La note de l'AFL3 dépend du choix effectué par l'élève dans la répartition des points entre AFL2 et AFL3 et du degré d'acquisition atteint (cf. grille de répartition en page 1)			
Validation (réservé aux IA-IPR)		Motivation et/ou commentaire :		
<input type="checkbox"/> Validée <input type="checkbox"/> Non validée le : jj/mm/aaaa par : nom IA-IPR		...		