

Etablissement : Lycée Vaclav-Havel Bègles

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

- Hétérogénéité concernant leur niveau de pratique. Peu ou pas de pratique extra-scolaire. Niveau de condition physique moyen, voir médiocre.

Objectifs prioritaire/

- Travail de qualité de pieds, de technique de course, vitesse gestuelle, coordination.
- Capable d'observer, analyser leur performance et échanger pour progresser

Modalités de travail à privilégier/

- Impliquer les élèves dans l'apprentissage et dans l'organisation de la séance.
- Savoir observer le rôle du donneur et du receveur, prendre des marques afin de transmettre en pleine vitesse.
- Se remettre en question pour battre son record

**CA1 : Réaliser sa meilleure performance sur un 50m plat et la reproduire sur un relais (2x50m) en perdant le moins de vitesse possible.**

**AFP1 et 2 :**

- Etre à l'écoute des consignes données pour battre son record et celui du relais.
- Connaître et mobiliser les techniques efficaces pour essayer de maintenir sa vitesse maximum durant la transmission de témoin.

**AFLP3 et 4 :**

- Capable d'observer et échanger sur sa prestation et celle de ses partenaires afin de progresser.
- Assumer des rôles sociaux comme observateur coach et chronométreur

**AFLP5 :**

- Mise en place d'un échauffement approprié pour soi et ses partenaires afin de produire la meilleure performance possible.

**APSA retenue : Vitesse-Relais 2 x 50m**

Temps d'apprentissage : 9 séances de 2 heures

**Compétence de fin de séquence caractérisant les 4 AFLP retenus dans l'APSA**

**Un temps sur 50m et 2 x 50m**

**Terminales MMV :** capable d'analyser sa prestation afin de s'améliorer et assure sa préparation de façon autonome

**Terminales BIT :** Assumer les rôles sociaux de chronométreur et coach et assure sa préparation de façon autonome.

**En quatuor, établir un relais sur 2 x 50m dans un temps optimal avec un camarade qui observe la transmission du témoin et un autre qui chronomètre.**

**Perdre le moins de vitesse possible dans la zone de transmission.**

**Connaître les bases techniques du relais, observer échanger et corriger pour s'améliorer.**

Situation d'évaluation de fin de séquence : 12points

| Positionnement précis dans le degré.   |         | Repères d'évaluation  |   |   |   |   |   |  |      |
|--|---------|---|---|---|---|---|---|--|------|
|  |         | Degré 1   |   | Degré 2   |   | Degré 3   |   | Degré 4  |      |
|  |         | 0.5 pt  | 1 | 1   | 2 | 2   | 3 | 3  | 4pts |
| temps/50m  | Filles  | 9''5.....8''3.....7''1  |   | 9''5.....8''3.....7''1  |   | 9''5.....8''3.....7''1  |   | 9''5.....8''3.....7''1   |      |
|  | Garçons | 8''5.....7''4.....6''3  |   | 8''5.....7''4.....6''3  |   | 8''5.....7''4.....6''3  |   | 8''5.....7''4.....6''3   |      |
| <b>AFLP 1 évalué/7 points</b>  |         |   |   |   |   |   |   |  |      |
| <p><b>4 points</b><br/>Produire et répartir lucidement ses efforts en mobilisant de façon optimale ses ressources pour gagner ou battre un record.</p> |         | <ul style="list-style-type: none"> <li>Peu concerné par l'investissement d'une course en sprint.</li> <li>Faible écoute des consignes techniques</li> </ul> |   | <ul style="list-style-type: none"> <li>S'engage irrégulièrement dans la séance</li> <li>Les efforts personnels d'écoute et d'observation ne sont pas assez soutenus.</li> </ul> |   | <ul style="list-style-type: none"> <li>S'engage sur chaque séance afin de progresser</li> <li>Cherche à mettre en application les consignes techniques</li> </ul> |   | <ul style="list-style-type: none"> <li>Volonté permanente de battre son record</li> <li>Concentration optimale sur chaque prestation.</li> </ul> |      |
| <p><b>3 points</b> de performance à partir d'un barème établissement.</p>  |         | De 1pt à 1,5pt  |   | De 1,5pt à 2pts   |   | De 2pts à 2.5pts  |   | De 2.5pts à 3 pts  |      |
| Perf/2x50m   | Filles  | 18''7 à 18''  |   | 17''9 à 17''1   |   | 17'' à 16''2  |   | 16''1 à 15''5  |      |
|  | Garçons | 16'' à 15''2  |   | 15''1 à 14''3   |   | 14''2 à 13''8   |   | 13''7 à 12''9  |      |

|  |  |  |  |   |
|--|--|--|--|---|
| <b>AFLP 2 évalué</b><br><br>Connaître et mobiliser les techniques efficaces pour produire la meilleure performance possible<br><br><b>5 points</b> | <b>La motricité est désordonnée.</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Pas à l'écoute des consignes techniques</li> <li>Transmission approximative</li> <li>Ne tient pas compte des marques</li> <li>1/3 de la zone est utilisée</li> </ul> | <b>La motricité est peu efficace.</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Prise de marques correctes mais part trop tôt ou trop tard.</li> <li>Signal "hop" du donneur pas audible</li> <li>Receveur démarre en crabe</li> <li>2/3 de la zone utilisée</li> </ul> | <b>La motricité devient efficace.</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Bonne concentration sur les consignes, transmission en pleine vitesse.</li> <li>Receveur part vite sans se retourner mais parfois trop tôt ou tard.</li> <li>Utilise toute la zone</li> </ul> | <b>La motricité devient efficace (efficace et économe), fluide et intégrée.</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Très bonnes marques, transmission dans le bon timing.</li> <li>Sens tactique suivant les forces et faiblesses du binôme.</li> <li>Utilise toute la zone</li> </ul> |
|  | 0 pt -----1pt  | 1 pt ----- 2 pts   | 2.5 pts ----- 4 pts  | 4 pts ----- 5 pts   |
| <b>Perte de temps entre la perf cible et le temps réalisé du relais</b><br><b>Perf cible= 50m arrêté +50m lancé</b>                                | 1"8.....0"9.....0  | 1"8.....0"9.....0  | 1"8.....0"9.....0  | 1"8.....0"9.....0   |

### Évaluation au fil de la séquence : 8 points

Seuls deux AFLP seront retenus par l'équipe pédagogique pour constituer cette partie de la note sur 8 points.

Les points de chaque AFLP seront répartis sur les 4 degrés de positionnement.

| AFLP 3 évalué  | Repères d'évaluation   |     |   |   |   |     |  |      |
|--|--|-----|---|---|---|-----|--|------|
|  | Degré 1  |     | Degré 2   |   | Degré 3   |     | Degré 4  |      |
| Analyser sa performance pour adapter son projet et progresser. | <ul style="list-style-type: none"> <li>L'élève agit spontanément sans échange avec son binôme pour s'améliorer.</li> <li>Engagement timide sans réflexion technique</li> <li>N'utilise pas sa fiche</li> </ul> |     | <ul style="list-style-type: none"> <li>Observe et attends les consignes du professeur ou de son binôme</li> <li>Engagement irrégulier durant le cycle.</li> <li>fiche incomplète dommageable pour la séance suivante</li> </ul> |   | <ul style="list-style-type: none"> <li>De l'observation et de la réflexion afin de progresser</li> <li>Progrès techniques avec beaucoup d'engagement</li> <li>Utilise son fiche à bon escient.</li> </ul> |     | <ul style="list-style-type: none"> <li>Cherche sans cesse à progresser individuellement et en binôme.</li> <li>Capable d'une bonne analyse pour faire évoluer la transmission.</li> <li>Fiche complète très utile pour aborder chaque séance.</li> </ul> |      |
|  | 0.5  | 1.5 | 1.75  | 3 | 3   | 4.5 | 4.75   | 6pts |
|  | 0.5  | 1   | 1   | 2 | 2   | 3   | 3pts   | 4pts |
|  | 0.25   | 0.5 | 0.5   | 1 | 1   | 1.5 | 1.5pt  | 2pts |

|                      |                             |
|----------------------|-----------------------------|
| <b>AFLP 4 évalué</b> | <b>Repères d'évaluation</b> |
|----------------------|-----------------------------|

| Assumer des rôles sociaux pour organiser une épreuve de production de performance, un concours. | Degré 1   |     | Degré 2 |   | Degré 3 |  | Degré 4 |  |
|---|---|-----|---------|---|---------|--|---------|--|
|   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peu d'investissement sur le déroulement de la séance.</li> <li>• Intervient comme chronométrateur ou observateur coach qu'a la demande de l'enseignant.</li> </ul> |     |         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Chronométrage approximatif par manque de concentration</li> <li>• Observe les relais sans pouvoir apporter une analyse constructive</li> </ul> |         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Concentré sur le chronométrage mais temps souvent éloigné de celui du professeur.</li> <li>• Observe les relais en donnant une vision juste de la prestation du donneur et receveur.</li> </ul> |         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Chronométrage efficace proche de celui du professeur</li> <li>• Observe chaque relais , échange et donne des solutions afin d'améliorer leurs temps.</li> </ul> |
|   | 0.75  | 1.5 | 1.75    | 3   | 3       | 4.5  | 4.75    | 6pts   |
|   | 0.5   | 1   | 1       | 2   | 2       | 3  | 3pts    | 4pts   |
|   | 0.25  | 0.5 | 0.5     | 1   | 1       | 1.5  | 1.5pt   | 2pts   |

| AFLP 5 évalué   | Repères d'évaluation  |     |         |  |         |   |         |   |
|---|---|-----|---------|--|---------|---|---------|---|
| Assurer la prise en charge de sa préparation et de celle d'un groupe, de façon autonome pour produire la meilleure performance possible | Degré 1   |     | Degré 2 |  | Degré 3 |   | Degré 4 |   |
|   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peu d'investissement dans les gammes classiques données d'échauffement</li> <li>• Ne cherche pas à s'imprégner des éducatifs collectifs spécifiques relais.</li> </ul> |     |         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Echauffement correct mais en copiant sur ses camarades, pas d'initiative personnelle.</li> <li>• Engagement irrégulier dans les éducatifs spécifiques relais</li> </ul> |         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Autonome dans un échauffement approprié.</li> <li>• Capable de donner au groupe son avis sur les éducatifs spécifiques dans le but de progresser.</li> </ul> |         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• L'élève personnalise son échauffement crescendo .</li> <li>• En répétant avec sérieux les éducatifs spécifiques, il acquière des automatisme.</li> </ul> |
|   | 0.75  | 1.5 | 1.75    | 3  | 3       | 4.5   | 4.75    | 6pts  |
|   | 0.5   | 1   | 1       | 2  | 2       | 3   | 3pts    | 4pts  |
|   | 0.25  | 0.5 | 0.5     | 1  | 1       | 1.5   | 1.5pt   | 2pts  |

AFL 1 sur 7 points

AFL 2 sur 5 points

AFL 3 et 5 pour les terminales MMV/ 8 points :

AFL 4 et 5 pour les terminales BIT/8 points :

| choix | AFL X | AFL Y |
|-------|-------|-------|
| 1     | 6pts  | 2pts  |
| 2     | 4pts  | 4pts  |
| 3     | 2pts  | 6pts  |

Validation (réservée aux IA-IPR)

Motivation et/ou commentaire :

Validée  Non validée

le : jj/mm/aaaa

par : nom IA-IPR

