**Enseignement de spécialité – Éducation Physique, Pratiques et Culture Sportives**

**Champ d’apprentissage n° 1 : « Réaliser une performance motrice maximale mesurable à une échéance donnée »**

**Principe d’élaboration des épreuves du champ d’apprentissage**

L’épreuve d’évaluation pour l’APSA est proposée par l’équipe pédagogique de l’établissement de manière à évaluer l’AFL « 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 ».

L’épreuve respecte les principes d’élaboration du référentiel national du champ d’apprentissage.

L’épreuve doit révéler le plus haut niveau de performance et d’efficacité technique de l’élève dans le respect :

* Des principes de la filière énergétique principalement sollicitée au regard de la durée d’effort ;
* De la forme scolaire de pratique retenue ;
* Du parcours de formation de l’élève.

L’épreuve comporte la production d’au moins 2 réalisations maximales mesurées et/ou chronométrées ; elle peut combiner deux activités (Ex : Course et saut ou course et vélo…) ; elle peut être collective (entre candidats ou éventuellement avec l’apport d’élèves « plastrons ») ;

La note cumule la performance réalisée (élément A sur 6 points) et l’efficacité technique (élément B sur 6 points) :

* Élément A : Il correspond à la meilleure performance dans chacune des réalisations (Exemple : performance avec élan réduit ET élan complet, plat ET haies, 1er ET 2ème 50m, 1er ET 2ème WOD…). Les barèmes sont construits par l’équipe en cohérence avec divers éléments tels que :
* Les seuils de performance nationaux du référentiel du CA1 de l’enseignement commun en Bac GT (qui, pour ce référentiel de l’enseignement de spécialité, aident à déterminer le passage du degré 1 au degré 2) ;
* Les niveaux de pratique UNSS (performance de niveau départemental = degré 4 ; performance de niveau district = degré 3) ;
* Le registre d’effort sollicité au regard du milieu (nature du terrain, dénivelé, …) ;
* La nature de l’épreuve (combinée ou unique).
* Élément B : Il correspond à l’indice technique traduit par des données chiffrées. Il révèle la capacité de l’élève à créer et conserver voire transmettre de la vitesse en coordonnant les actions propulsives. Les indicateurs chiffrés sont à construire en équipe d’établissement [[1]](#footnote-1)

**Conditions de passation de l’épreuve**

Le temps total de l’épreuve (échauffement compris) ne peut pas excéder 2 heures.

Les candidats disposent d’un temps d’échauffement maximum de 30 minutes.

Plusieurs élèves peuvent être observés en même temps.

L’observation peut être fractionnée sur différentes périodes.

Lorsque l’épreuve nécessite la mise en place d’équipes, de poules, de tableaux, etc., ceux-ci sont proposés en amont par l’équipe enseignante. Ils peuvent être régulés par les évaluateurs au cours de l’épreuve.

Selon le nombre de candidats, il est possible de faire appel à des élèves plastrons de manière à avoir un effectif suffisant pour la passation de l’épreuve (épreuve collective du type relais par exemple).

**Barème et notation**

L’AFL est noté sur 12 points.

* 6 points pour la performance réalisée
* 6 points pour l’efficacité technique

L’équipe pédagogique de l’établissement définit les barèmes de performance et les outils permettant d’évaluer l’efficacité technique.

**Référentiel APSA**

L’équipe pédagogique de l’établissement spécifie pour l’APSA les repères d’évaluation proposés dans le référentiel national du champ d’apprentissage.

**Repères d’évaluation de l’AFL**

|  |  |
| --- | --- |
| Éléments à évaluer | Repères d’évaluation |
| Degré 1De 0,25 à 1,25 points | Degré 2De 1,5 à 2,75 points | Degré 3De 3 à 4,25 points | Degré 4De 4,5 à 6 points |
| La performance maximaleSur 6 points | Barème Établissement | Barème Établissement | Barème Établissement | Barème Établissement |
| L’efficacité techniqueL’indice technique chiffré révèleSur 6 points | L’absence de coordination des actions propulsives nuit à sa vitesse.[[2]](#footnote-2)L’élève crée peu de vitesse et la conserve/transmet mal peu ou pas.Les actions propulsives sont juxtaposées, non coordonnées. | La discontinuité des actions propulsives nuit à sa vitesse.L’élève crée sa vitesse mais là conserve/transmet peu ;Les actions propulsives sont discontinues et/ou incomplètes. | La continuité des actions propulsives permet un travail à sa vitesse utile/contrôlée. L’élève crée, conserve/transmet sa vitesse utile/contrôlée.Les actions propulsives sont coordonnées et continues. | La continuité des actions propulsives permet un travail à sa vitesse maximale. L’élève crée, conserve/transmet sa vitesse maximale.Les actions propulsives sont coordonnées, complètes et orientées. |

1. Pour exemple : écart entre les temps cumulés et le temps au relais ; écart entre le temps au plat et sur les haies ; le pourcentage de VMA ; nombre de coups de bras : rapport amplitude-fréquence ; nombre de « NoRep » (cross-training) ; nombre et durée des rotations (run&bike). [↑](#footnote-ref-1)
2. 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 efficience. [↑](#footnote-ref-2)