

CADRE DE DÉCLINAISON DES RÉFÉRENTIELS CERTIFICATIFS en BAC PROFESSIONNEL

Champ d'Apprentissage 1 :

APSA : Lancer de Disque

Principe d'évaluation :

Deux moments d'évaluations sont prévus :

- Les AFLP 1 et 2 sont évalués sur une situation **en fin de séquence sur 12 points**
- Les deux AFLP évalués au titre des AFLP 3 et 4 sont retenus par l'enseignant parmi les 4 possibles selon le champ d'apprentissage. Ils sont évalués **au fil de la séquence sur 8 points**

Modalités :

AFLP 3 retenus par l'enseignant : analyser sa performance pour adapter son projet et progresser

AFLP 4 retenus par l'enseignant : assurer la prise en charge de sa préparation, de façon autonome pour produire la meilleure performance possible

En fin de formation, le candidat choisit de répartir les 8 points entre les deux AFLP retenus avant la situation d'évaluation (avec un minimum de 2 points pour un AFLP).

Trois choix sont possibles : 4-4 / 6-2 / 2-6. La répartition choisie doit être annoncée par l'élève au cours des premières séances de la séquence, avant la situation d'évaluation.

DESCRIPTIF DE L'ÉPREUVE

Chaque candidat dispose de 5 essais au maximum, avec élan (déplacement des appuis et rotation)

Après son échauffement et avant le début du concours, le candidat indique sur une fiche sa prévision concernant la moyenne de ses deux meilleurs essais.

La performance sera évaluée en fonction de la moyenne des deux meilleurs essais.

Poids des engins : 1kg pour les filles, 1.5kg pour les garçons

Cas d'essai nul : règlement officiel

Le projet est évalué dans le cadre de l'AFLP 3 au fil des séquences.

Un barème détaillé des performances est disponible sur une annexe.

AFLP évalués	Repères d'évaluation			
	Degré 1 0.5 pt 1pt	Degré 2 1.5 pt 2 pts	Degré 3 2.5 pts 3 pts	Degré 4 3.5 pts 4 pts
<p><u>AFLP1 :</u></p> <p>Produire et répartir lucidement ses efforts en mobilisant de façon optimale ses ressources pour gagner ou battre un record.</p> <p>3 points de performance à partir d'un barème établissement.</p> <p>Note sur 7 points (4 pts + 3pts)</p>	<p>L'élève produit des efforts qui ne lui permettent pas d'atteindre sa meilleure performance (mauvaise préparation physique, distraction durant le concours, aucuns repères sur sa performance...)</p>	<p>L'élève mobilise ses ressources de façon irrégulière et/ou inappropriée (la MEA n'est pas la plus adaptée aux lancers, peu ou pas d'essais durant la phase de préparation au concours, peu ou pas d'entretien de la MEA durant le concours...)</p>	<p>L'élève répartit régulièrement l'intensité de ses efforts pour optimiser sa performance (la préparation physique est relativement complète et progressive, l'élève reste concentré sans perturber le concours de ses camarades, il entretient la MEA sur le côté...)</p>	<p>L'élève optimise la répartition de ses efforts sur l'ensemble de l'épreuve pour être le plus performant à l'instant T (préparation physique complète et début de préparation mentale, l'élève effectue des lancers à vide et avec engin, concentration durant le concours et sollicitations diverses avant l'essai suivant...)</p>
	<p>0pt.....0.5.....1.....2.....3pts</p> <p>Filles : < 8m.....8 à 10.....11 à 12.....13 à 16.....>18m</p> <p>Garçons : < 10m.....10 à 13.....14 à 18.....19 à 26.....>27m</p>			
<p><u>AFLP2 :</u></p> <p>Connaître et mobiliser les techniques efficaces pour produire la meilleure performance possible.</p> <p>Note sur 5 points</p>	<p>Disque mal positionné, mal tenu. La rotation n'est pas maîtrisée. La vitesse du déplacement est faible ou mal gérée. Le disque n'est pas lâché sur une bonne trajectoire (hauteur, angle) Dernier contact du Disque avec l'auriculaire.</p>	<p>Disque bien positionné au départ, mal tenu en mouvement. La rotation n'est pas suffisamment maîtrisée. La vitesse du déplacement reste faible ou mal gérée. Le disque n'est pas lâché sur une bonne trajectoire (hauteur, angle) Dernier contact du Disque aléatoire.</p>	<p>Disque bien positionné au début et à la fin mais pas durant le trajet. La rotation devient efficace même si les jambes sont encore tendues. La trajectoire du Disque devient intéressante au niveau de la hauteur mais le geste est encore forcé. Le Disque quitte parfois la main par l'index.</p>	<p>Le Disque est bien positionné durant toute la rotation et une « vague » apparaît. Les appuis se déplacent vers l'avant et permettent d'imprimer de la vitesse au Disque. Le Disque est lâché sur une bonne trajectoire (angle et hauteur) Le Disque quitte systématiquement la main par l'index.</p>
	<p>0 pt.....0.5 pt</p>	<p>1 pt.....2 pts</p>	<p>2.5 pts.....4 pts</p>	<p>4.5 pts.....5 pts</p>

2 AFLP retenus par l'enseignant :

2 AFLP retenus par l'enseignant :				
<p align="center"><u>AFLP 3 :</u></p> <p>Analyser sa performance pour adapter son projet et progresser.</p>	Repères d'évaluation			
	Degré 1	Degré 2	Degré 3	Degré 4
	<p>L'élève agit spontanément sans référence à une expérience précédente.</p> <p>Écart PROJET/Concours $\geq 1,5$ (Moyenne des 2 meilleurs lancers)</p>	<p>L'élève reste confus et peu lucide sur les paramètres à utiliser pour améliorer sa performance. Il adapte son projet, mais pas toujours de façon pertinente.</p> <p>Écart PROJET/Concours entre 1m et 1.49m</p>	<p>L'élève prélève les indices signifiants sur ses prestations antérieures pour modifier ses actions futures. Il adapte régulièrement son projet à bon escient.</p> <p>Écart PROJET/Concours entre 0.5m et 0.99m</p>	<p>L'élève analyse ses prestations antérieures et envisage plusieurs alternatives d'actions pour progresser. Il est capable d'adapter son projet en cours d'action/d'épreuve pour progresser.</p> <p>Écart PROJET/Concours $\leq 0.49m$</p>
<p align="center"><u>AFLP 4 :</u></p> <p>Assurer la prise en charge de sa préparation, de façon autonome pour produire la meilleure performance possible.</p>	Repères d'évaluation			
	Degré 1	Degré 2	Degré 3	Degré 4
	<p>L'élève assure difficilement sa propre préparation qui reste globale et rapide. Il est très centré sur lui-même.</p>	<p>L'élève hésite ou se perd dans la réalisation de la préparation qui reste approximative. Il assure sans aide réelle son rôle de guide et/ou partenaire d'entraînement.</p>	<p>L'élève organise sa préparation en différentes étapes suffisamment longues et efficaces. Il sait guider un groupe réduit et être un partenaire d'entraînement actif.</p>	<p>L'élève personnalise son échauffement en respectant les principes d'efficacité. Il motive et corrige si besoin les réalisations d'un petit groupe et/ou d'un partenaire.</p>

<p>Points AFLP 3 et 4 en fonction du choix des élèves</p>	/2 pts	0 – 0.5	1	1.5	2
	/4 pts	0 – 0.5	1.5	2.5	4
	/6 pts	0 – 0.5	2	4	6