

**Épreuve de fin de séquence (AFLP 1 et 2) sur 12 points :** Chaque élève réalise deux courses de 50m en début d'épreuve (3 essais possibles, les deux meilleurs temps sont retenus). Les équipes de relais, déjà constituées de 2 élèves pendant le cycle, sont non-mixtes, avec un temps relativement proche ou identique. Chaque équipe effectue deux courses de 2x50m. Les zones de transmission et d'élan sont les zones conventionnelles fédérales (30 m). Lorsque le témoin ne franchit pas la ligne d'arrivée ou est transmis hors zone, un essai supplémentaire est accordé. Une pénalité de -1 point est cependant attribuée par essai supplémentaire sur la notation de l'efficacité technique(AFLP2).

**La performance** prise en compte est pour 2/3 l'addition des temps réalisés sur les deux courses de relais et pour 1/3 l'addition des deux 50m plat du coureur.

**AFL3 à 6 : en fin de formation, le candidat choisit de répartir les 8 points entre les deux AFLP retenus par l'enseignant** (avec un minimum de 2 pts pour un AFLP). Trois choix sont possibles : 4-4 / 6-2 / 2-6. La répartition choisie doit être annoncée par l'élève avant la fin de la séquence d'enseignement.

AFLP 1et 2 (12pts) :	Degré 1				Degré 2				Degré 3				Degré 4			
Positionnement degré de l'élève =>	-		+		-		+		-		+		-		+	
<b>AFLP1 / 7pts</b> <b>Produire et répartir intentionnellement ses efforts en mobilisant ses ressources pour gagner ou pour battre un record</b>	- Il mobilise ses ressources bien en deçà de ses capacités. - répartition des efforts de manière aléatoire				- Il mobilise modérément et/ou ponctuellement ses ressources. - répartition des efforts de manière inadaptée				- Il mobilise ses ressources de manière conséquente pour produire ses performances. - répartition lucide des efforts sur l'ensemble des épreuves				- Il mobilise pleinement ses ressources - répartition stratégique des efforts sur l'ensemble des épreuves			
<b>Note sur 7 pts</b>	<b>0</b>		<b>1</b>		<b>1,5</b>	<b>2</b>	<b>2,5</b>	<b>3</b>	<b>3,5</b>	<b>4</b>	<b>4,5</b>	<b>5</b>	<b>5,5</b>	<b>6</b>	<b>6,5</b>	<b>7</b>
<b>Barème Filles</b>	62''	61''	60'	59''	58''2	57''2	56''4	55''6	54''8	54''	53''2	52''4	51''6	50''8	50''2	49''6
<b>Performance</b>	0	0,4	0,8	1,2	1,5	2	2,5	3	3,5	4	4,5	5	5,5	6	6,5	7
<b>Barèmes Garçons</b>	53''	52''	51'	50''	49''4	48''8	48''	47''2	46''4	45''6	44''8	44''	43''4	42''8	42''2	41''8
<b>AFLP2 / 5 pts</b> <b>Connaître et utiliser des techniques efficaces pour produire la meilleure performance possible.</b>	- Il crée peu de vitesse. - le départ est tardif, la fin de course est ralenti. - la transmission du témoin fait perdre du temps à l'équipe, fort ralentissement, prise du témoin inefficace.				- Il crée de la vitesse mais sur une courte durée. - départ immédiat et fin de course sans ralentissement. - la transmission du témoin se fait en milieu de zone mais pas à pleine vitesse.				- départ immédiat et maintien de la vitesse jusqu'à la fin. - transmission du témoin en fin de zone et avec de la vitesse.				- départ immédiat et course à pleine vitesse - transmission du témoin à pleine vitesse. - le départ du relayeur est choisi en fonction de la vitesse du donneur.			
<b>Note sur 5 pts</b>	<b>0</b>		<b>0,5</b>		<b>1</b>		<b>2</b>		<b>2,5</b>		<b>4</b>		<b>4,5</b>		<b>5</b>	

## Évaluation au fil de la séquence : 8 points

Seuls deux AFLP sont retenus par l'enseignant pour constituer cette partie de la note. L'élève choisit de répartir les 8 points entre deux AFLP.

AFLP3	Repères			
	Degré 1	Degré 2	Degré 3	Degré 4
<b>S'engager et persévérer seul ou à plusieurs dans des efforts répétés pour progresser dans une activité de performance.</b>	Il s'engage trop superficiellement ou trop ponctuellement, se décourage facilement, se concentre peu.	Il s'engage dans les phases d'effort modéré mais abandonne face à un début de difficulté.	Il maintient l'effort jusqu'au terme de l'épreuve et accepte régulièrement la répétition pour progresser notamment lorsqu'il perçoit des signes de réussite.	Il maintient et prolonge l'effort. Il accepte systématiquement la répétition pour progresser.

AFLP4	Repères d'évaluation			
	Degré 1	Degré 2	Degré 3	Degré 4
<b>S'impliquer dans des rôles sociaux pour assurer le bon fonctionnement d'une épreuve de production de performance.</b>	Il est peu ou pas concerné par son rôle de receveur, donneur, chronométreur ou observateur	Il assure provisoirement ou partiellement son ou ses rôles.	Il assure son ou ses rôles en suivant les recommandations de l'enseignant.	Il assure son ou ses rôles en prenant parfois des initiatives.

AFLP5	Repères d'évaluation			
	Degré 1	Degré 2	Degré 3	Degré 4
<b>Se préparer à un effort long ou intense pour être efficace dans la production d'une performance à une échéance donnée.</b>	Il ébauche un échauffement sans effet réel.	Il produit un échauffement global et rapide ou a besoin d'un guidage régulier de l'enseignant.	Il structure sa préparation en différentes étapes avec un guidage ponctuel de l'enseignant.	Il structure sa préparation en différentes étapes suffisamment longues et efficaces sans guidage de l'enseignant.

AFLP6	Repères d'évaluation			
	Degré 1	Degré 2	Degré 3	Degré 4
<b>Identifier ses progrès et connaître sa meilleure performance réalisée pour la situer culturellement.</b>	Il identifie difficilement ses progrès. L'annonce des performances est très décalée de la réalité.	Il a une connaissance approximative de ses progrès et de ses performances.	Il identifie ses progrès et connaît ses meilleures performances. Il sait les situer dans le monde sportif.	Il relativise sa performance au regard du monde sportif et perçoit les facteurs de progression.

**Répartition des points en fonction du choix de l'élève**

<b>NIVEAU</b>	<b>Degré 1</b>	<b>Degré 2</b>	<b>Degré 3</b>	<b>Degré 4</b>
<b>AFLP noté sur 2pts</b>	<b>0,5pt</b>	<b>1pt</b>	<b>1,5pt</b>	<b>2pts</b>
<b>AFLP noté sur 4pts</b>	<b>1pt</b>	<b>2pts</b>	<b>4,5pts</b>	<b>4pts</b>
<b>AFLP noté sur 6pts</b>	<b>1,5pt</b>	<b>3pts</b>	<b>5,5pts</b>	<b>6pts</b>