**CARACTERISATION DES ATTENDUS EN** **DEMI-FOND CA1 N2**  **/ EVALUATION DES ACQUIS DE L’ELEVE**

|  |
| --- |
| **COMPETENCE GLOBALE VISEE :**  |
| Réaliser la meilleure performance possible sur un temps de course total de 18min fractionné en 3 périodes de 9' puis 6' et 3' séparées de 3min de récupération, en maîtrisant différents allures choisies et liées aux temps de course et en utilisant principalement des repères sur soi et quelques repères extérieurs. Etablir un projet de performance et le réussir à 0,5 km/h près - Coacher |
| **TACHE FINALE :** |
| Réaliser, en autonomie complète et en co évaluation, un plan de course de 3 séquences pour courir la plus longue distance sur 18min au total plus ou moins proches de sa VMA selon le temps de course. Annoncer et respecter son contrat de course. S'échauffer de manière autonome. Coacher les courses de son camarade. |
| **OBJECTIFS** **DE L’ELEVE** | **Objectifs d’apprentissage****non atteints N1** | **Objectifs d’apprentissage****partiellement atteints N2** | **Objectifs d’apprentissage****Atteints N3** | **Objectifs d’apprentissage****Dépassés N4** |
| **DOMAINE 1 : LES LANGAGES POUR PENSER ET COMMUNIQUER - S’EXPRIMER PAR DES APSA**  |
| **PERFORMER** **sur une épreuve combinée**  | Je peux réaliser 2 séquences en courant sans marcher | Je suis capable de courir les 3 séquencesà au moins 2 allures différentes | Je suis capable de courir les 3 séquences à 3 allures différentes | Je suis capable de courirles 3 séquences à des allures proches et + que ma VMA |
| Positionnement élève | Positionnement prof |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **DOMAINE 2 : LES METHODES ET OUTILS POUR APPRENDRE - SE LES APPROPRIER PAR LA PRATIQUE** |
| **Adapter et gérer** **son PROJET d’entraînement** | Je manque de repères proprioceptifs et de motivation pour réaliser un projet de course sur les séquences | Je suis capable de respecter mon projet de coursesur 2 séquences à 1kmh près | Je suis capable de respecter mon projet de course sur 3 séquences à 1km/h près | Je suis capable de respectermon projet de course sur 3 séquences à 0,5 km/h près |
| Positionnement élève | Positionnement prof |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **DOMAINE 3 : LA FORMATION DE LA PERSONNE ET DU CITOYEN - PARTAGER DES REGLES, ASSUMER DES RÔLES ET DES RESPONSABILITES** |
| **COACHER** | Je manque d’intérêt concernant la pratique de mon binôme | Je chronomètre et comptabilise correctement son travail effectué | Je chronomètre et donne des indications sur ses temps de passage | Je montre un intérêt à la réussite de mon partenaire notamment en fixant des objectifs |
| Positionnement élève | Positionnement prof |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **DOMAINE 4 : LES SYSTEMES NATURELS ET LES SYSTEMES TECHNIQUES - APPRENDRE A ENTRETENIR SA SANTE PAR UNE ACTIVITE PHYSIQUE REGULIERE** |
| **S'ECHAUFFER et S’ENGAGER dans un programme d'entraînement** **pour développer ses ressources** | Je ne réalise pasle travail demandé dans sa totalité par manque de motivation | Je tente de réaliser le travail demandésans grand enthousiasme ni grande ambition | Je m'engage avec enthousiasme et je fais preuve de sérieux pour réaliser mon programme choisi | Je m'engage avec dynamismeet courage pour progresser et faire progresser mes camarades. Je suis autonome et responsable. |
| Positionnement élève | Positionnement prof |  |  |  |  |  |  |  |  |

**CARACTERISATION DES ATTENDUS EN** **DEMI-FOND CA1 N2**  **/ EVALUATION DES ACQUIS DE L’ELEVE**

|  |
| --- |
| **COMPETENCE GLOBALE VISEE :**  |
| Réaliser la meilleure performance possible sur un temps de course total de 18min fractionné en 3 périodes de 9' puis 6' et 3' séparées de 3min de récupération, en maîtrisant différents allures choisies et liées aux temps de course et en utilisant principalement des repères sur soi et quelques repères extérieurs. Etablir un projet de performance et le réussir à 0,5 km/h près - Coacher |
| **TACHE FINALE :** |
| Réaliser, en autonomie complète et en co évaluation, un plan de course de 3 séquences pour courir la plus longue distance sur 18min au total plus ou moins proches de sa VMA selon le temps de course. Annoncer et respecter son contrat de course. S'échauffer de manière autonome. Observer les courses de son camarade. |
| **DEFINITION ET EVALUATION DES ATTENDUS DE FIN DE CYCLE :**  |
| **Eléments Signifiants****Descripteurs priorisés** | **Attendus** **Fin de Cycle** | **Caractérisation des ES et des AFC** | **Objectifs d’apprentissage****non atteints** | **Objectifs d’apprentissage****partiellement atteints** | **Objectifs d’apprentissage****atteints** | **Objectifs d’apprentissage****dépassés** |
| **DOMAINE 1 : LES LANGAGES POUR PENSER ET COMMUNIQUER - S’EXPRIMER PAR DES APSA**  |
| Pratiquer des APSA | Planifier et réaliser une épreuve combinée | **PERFORMER** **sur une épreuve combinée**  | Je peux réaliser 2 séquences en courant sans marcher | Je suis capable de courir les 3 séquencesà au moins 2 allures différentes | Je suis capable de courir les 3 séquences à 3 allures différentes | Je suis capable de courirles 3 séquences à des allures proches et + que ma VMA |
| **DOMAINE 2 : LES METHODES ET OUTILS POUR APPRENDRE - SE LES APPROPRIER PAR LA PRATIQUE** |
| Se constituer des outils de travail personnel et mettre en place des stratégies pr apprendre et comprendre | Planifier et réaliser une épreuve combinée | **Adapter et gérer** **son PROJET d’entraînement** | Je manque de repères proprioceptifs et de motivation pour réaliser un projet de course sur les séquences | Je suis capable de respecter mon projet de coursesur 2 séquences à 1kmh près | Je suis capable de respecter mon projet de course sur 3 séquences à 1km/h près | Je suis capable de respectermon projet de course sur 3 séquences à 0,5 km/h près |
| **DOMAINE 3 : LA FORMATION DE LA PERSONNE ET DU CITOYEN - PARTAGER DES REGLES, ASSUMER DES RÔLES ET DES RESPONSABILITES** |
| Faire preuve de responsabilité.Respecter les règles de vie collective.S’engager et prendre des initiatives. | S’engager dans un programme de préparation individuel ou collectif | **COACHER** | Je manque d’intérêt concernant la pratique de mon binôme | Je chronomètre et comptabilise correctement son travail effectué | Je chronomètre et donne des indications sur ses temps de passage | Je montre un intérêt à la réussite de mon partenaire notamment en fixant des objectifs |
| **DOMAINE 4 : LES SYSTEMES NATURELS ET LES SYSTEMES TECHNIQUES - APPRENDRE A ENTRETENIR SA SANTE PAR UNE ACTIVITE PHYSIQUE REGULIERE** |
| Identifier des règles et des principes de responsabilité individuelle et collective dans les domaines de la santé, sécurité et de l’environnement | S’échauffer avant un effortS’engager dans un programme de préparation individuel ou collectif | **S'ECHAUFFER et S’ENGAGER dans un programme d'entraînement** **pour développer ses ressources** | Je ne réalise pasle travail demandédans sa totalitépar manque de motivation | Je tente de réaliser le travail demandésans grand enthousiasme ni grande ambition | Je m'engage avec enthousiasme et je fais preuve de sérieux pour réaliser mon programme choisi | Je m'engage avec dynamismeet courage pour progresser et faire progresser mes camarades. Je suis autonome et responsable. |