

# LANCER DU DISQUE CAP BEP

COMPÉTENCES ATTENDUES		PRINCIPES D'ÉLABORATION DE L'ÉPREUVE											
<p><b>NIVEAU 1</b> Se préparer et réaliser la meilleure performance en communiquant à l'engin la plus grande vitesse d'envol, sous un angle optimal, et avec un placement optimal sur la trajectoire. Construire et utiliser dans l'action des repères extéroceptifs et proprioceptifs aidant à l'ajustement des lancers.</p> <p><b>NIVEAU 2</b> Se préparer et réaliser la meilleure performance avec un nombre limité de tentatives et en exploitant l'augmentation de l'élan, en communiquant à l'engin la plus grande vitesse d'envol, sous un angle d'envol optimal et avec un placement optimal du disque sur la trajectoire.</p>		<p>Chaque élève réalise 5 essais. Les deux meilleurs essais sont retenus pour la notation. Leur moyenne établit la performance support de notation. L1 et L2 = les 2 meilleurs lancers. Chaque élève est noté pour 75% sur la moyenne de L1 et L2</p> <p>L'échauffement (Compétence Méthodologique 1 : s'engager avec lucidité) et la récupération (Compétence Méthodologique : apprécier les effets de l'activité physique) comptent pour 25%.</p> <p>Poids des engins : 1KG pour les filles, 1,5 KG pour les garçons Cas d'essai nul : règlement officiel.</p>											
POINTS À AFFECTER	ÉLÉMENTS À ÉVALUER	NIVEAU 1 EN COURS D'ACQUISITION				DEGRÉ D'ACQUISITION DU NIVEAU 1				DEGRÉ D'ACQUISITION DU NIVEAU 2			
<b>15/20</b>	<p>Moyenne de L1 et L2 (les 2 meilleurs lancers) Exemple fille : L1 = 12.50 ; L2 = 14.50. Moyenne = 13.50 Note / 20 = 11 ou note / 15 = 8.25</p>	Note /20	Note /15	Distances filles	Distances Garçons	Note /20	Note /15	Distances filles	Distances Garçons	Note /20	Note /15	Distances filles	Distances Garçons
		01	0.75	7.00	7.93	10	7.5	12.48	16.12	16	12	17.34	23.84
		02	1.5	7.60	8.84	11	8.25	13.29	17.43	17	12.75	18.28	25.07
		03	2.25	8.21	9.75	12	9	14.10	18.74	18	13.5	19.22	26.31
		04	3	8.82	10.66	13	9.75	14.91	20.05	19	14.25	20.16	27.55
		05	3.75	9.43	11.57	14	10.5	15.72	21.36	20	15	21.10	28.79
		06	4.5	10.04	12.48	15	11.25	16.53	22.60				
		07	5.25	11.65	13.39								
		08	6	11.26	14.30								
		09	6.75	11.87	15.21								
<b>05/20</b>	<b>Échauffement</b>	<p><b>Entre 0 et 1</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Mise en train désordonnée (courses très rapides ou marche)</li> <li>Mobilisations articulaires incomplètes</li> </ul>				<p><b>Entre 1.5 et 3</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Mise en train progressive</li> <li>Mobilisations des articulations et des groupes musculaires prioritairement sollicitées pour l'épreuve</li> </ul>				<p><b>Entre 3.5 et 5</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Mise en train progressive et continue intégrant des lancers d'échauffement.</li> <li>Mobilisations des articulations et des groupes musculaires prioritairement sollicitées pour l'épreuve.</li> </ul>			
	<b>Gestion de la sécurité</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Respecte les consignes de l'autorisation de lancer.</li> <li>Manipule le matériel avec sécurité (transport et récupération de l'engin après le lancer)</li> </ul>				<ul style="list-style-type: none"> <li>Respecte l'espace d'évolution de ses camarades</li> <li>Manipule le matériel avec sécurité (transport et récupération de l'engin après le lancer)</li> <li>Respecte les consignes de l'autorisation de lancer.</li> </ul>				<ul style="list-style-type: none"> <li>Manipule le matériel avec sécurité (transport et récupération de l'engin après le lancer)</li> <li>Respecte les consignes de l'autorisation de lancer.</li> <li>Intervient auprès de ses camarades pour améliorer les conditions de sécurité.</li> </ul>			

# LANCER DU JAVELOT CAP BEP

COMPÉTENCES ATTENDUES		PRINCIPES D'ÉLABORATION DE L'ÉPREUVE											
<p><b>NIVEAU 1</b> Se préparer et réaliser la meilleure performance en communiquant à l'engin la plus grande vitesse d'envol, sous un angle optimal, et avec un placement optimal sur la trajectoire. Construire et utiliser dans l'action des repères extéroceptifs et proprioceptifs aidant à l'ajustement des lancers. Se préparer à l'effort avant et pendant l'épreuve, pour limiter au maximum les risques de blessure et exprimer à chaque jet le maximum de ses possibilités.</p> <p><b>NIVEAU 2</b> Se préparer et réaliser la meilleure performance avec un nombre limité de tentatives et en exploitant l'augmentation de l'élan, en communiquant à l'engin la plus grande vitesse d'envol, sous un angle d'envol optimal et avec un placement optimal du javelot sur la trajectoire.</p>		<p>Chaque élève réalise 5 essais. Les deux meilleurs essais sont retenus pour la notation. Leur moyenne établit la performance support de notation. L1 et L2 = les 2 meilleurs lancers. Chaque élève est noté pour 75% sur la moyenne de L1 et L2</p> <p>L'échauffement (Compétence Méthodologique 1 : s'engager avec lucidité) et la récupération (Compétence Méthodologique : apprécier les effets de l'activité physique) comptent pour 25%.</p> <p>Poids des engins : 600 g pour les filles, 700 g pour les garçons. Cas d'essai nul : règlement officiel.</p>											
POINTS À AFFECTER	ÉLÉMENTS À ÉVALUER	NIVEAU A EN COURS D'ACQUISITION				DEGRÉ D'ACQUISITION DU NIVEAU 1				DEGRÉ D'ACQUISITION DU NIVEAU 2			
<b>15/20</b>	<p><b>Moyenne de L1 et L2</b> (les 2 meilleurs lancers) Exemple fille : L1 = 12.50 ; L2 = 14.50. Moyenne = 13.50 Note / 20 = 11 ou note / 15 = 8.25</p>	Note /20	Note /15	Distances filles	Distances Garçons	Note /20	Note /15	Distances filles	Distances Garçons	Note /20	Note /15	Distances filles	Distances Garçons
		01	0.75	5.00	9.00	10	7.5	12.00	19.00	16	12	18.00	28.00
		02	1.5	6.00	10.00	11	8.25	13.00	20.50	17	12.75	19.00	29.50
		03	2.25	7.00	11.00	12	9	14.00	22.00	18	13.5	20.20	31.00
		04	3	7.30	11.50	13	9.75	15.00	23.50	19	14.25	21.30	32.50
		05	3.75	7.70	12.30	14	10.5	16.00	25.00	20	15	22.40	34.50
		06	4.5	8.20	13.30	15	11.25	17.00	26.50				
		07	5.25	9.00	14.70								
		08	6	10.00	16.00								
09	6.75	11.00	17.50										
<b>05/20</b>	<b>Échauffement</b>	<b>Entre 0 et 2</b>				<b>Entre 2.5 et 3.5</b>				<b>Entre 4 et 5</b>			
	<b>Gestion de la sécurité</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mise en train désordonnée (courses très rapides ou marche)</li> <li>• Mobilisation articulaire incomplète</li> </ul>				<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mise en train progressive</li> <li>• Mobilisations des articulations et des groupes musculaires prioritairement sollicitées pour l'épreuve</li> </ul>				<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mise en train progressive et continue intégrant des lancers d'échauffement.</li> <li>• Mobilisations des articulations et des groupes musculaires prioritairement sollicitées pour l'épreuve.</li> </ul>			
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Respecte les consignes de l'autorisation de lancer.</li> <li>• Manipule le matériel avec sécurité (transport et récupération de l'engin après le lancer)</li> <li>•</li> </ul>				<ul style="list-style-type: none"> <li>• Respecte l'espace d'évolution de ses camarades</li> <li>• Manipule le matériel avec sécurité (transport et récupération de l'engin après le lancer)</li> <li>• Respecte les consignes de l'autorisation de lancer.</li> </ul>				<ul style="list-style-type: none"> <li>• Manipule le matériel avec sécurité (transport et récupération de l'engin après le lancer)</li> <li>• Respecte les consignes de l'autorisation de lancer.</li> <li>• Intervient auprès de ses camarades pour améliorer les conditions de sécurité</li> </ul>			

### CAP-BEP : COURSE EN DUREE (CC5)

COMPETENCES ATTENDUES		PRINCIPES D'ELABORATION DE L'EPREUVE		
<p><b>Niveau 1</b> : Moduler l'intensité de ses déplacements en rapport avec une référence personnalisée pour produire des effets immédiats sur l'organisme proche de ceux qui sont attendus</p> <p><b>Niveau 2</b> : Produire sur soi une charge physiologique en relation avec des effets recherchés (à très court terme) par l'intermédiaire de déplacements dont les divers paramètres sont précisément prévus et respectés.</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Après un échauffement autonome l'élève doit réaliser l'un des 3 entraînements proposés par l'enseignant qui sont spécifiés par des indicateurs cardiaques différents : Entraînement n°1 : 110&lt;FC&lt;140 - Entraînement n°2 : 140&lt;FC&lt;170 – Entraînement n°3 : 170&lt;FC&lt;200 Ces entraînements ont une durée de 15 à 20 mn (y compris les temps de récupérations)</li> <li>La récupération ne doit pas excéder trois minutes</li> <li>A l'issue de la séquence d'entraînement l'élève doit pouvoir faire un bilan de celui-ci à partir des séries réalisées (complètement ou partiellement) , des allures respectées( ou non) (en % de VMA) et à partir de ses sensations. une échelle de ressenti peut être proposée pour que l'élève se positionne ;</li> </ul>		
Points à affecter	Eléments à évaluer	NIVEAU 1 EN COURS D'ACQUISITION	DEGRE D'ACQUISITION DE NIVEAU 1	DEGRE D'ACQUISITION DE NIVEAU 2
3 points	<b>CONCEVOIR</b> C'est justifier le choix de son entraînement en fonction d'un mobile personnel	Justifie son entraînement par des manques (ni le 1 <sup>er</sup> , ni le 2 <sup>nd</sup> ) ou par des généralités (parce que j'aime bien ce type de course) <b>1 point</b>	Justifie le choix de son entraînement par un mobile personnel <b>2 points</b>	Justifie le choix de son entraînement par des raisons personnelles ancrées dans un contexte de vie <b>3 points</b>
12 pts	<b>PRODUIRE</b> Respect des caractéristiques de l'entraînement choisi (solicitation d'un registre énergétique particulier)  Centration de l'attention de l'élève  Et  Statut de l'effet corporel	L'élève reproduit partiellement les séries sans respecter précisément les contraintes du contrat (distances, temps de récupération, tout est approximatif). <b>De 0 à 2,5 pts</b> Il ne contrôle pas systématiquement ses allures (en % de sa VMA) après chaque course.  Ces séries sont incomplètes et ne produit que des effets inappropriés à ce que l'entraînement choisi par l'élève recherchait <b>De 0 à 2,5 pts</b>	Les séries sont réalisées même si toutes les récupérations ne sont pas toutes respectées  <b>De 3 à 4,5 pts</b>  Les allures de course sont le plus souvent respectées L'effort de l'élève porte sur la réalisation "mécanique" de sa série (aspect technique),  "De la reproduction de forme à la production d'effets" <b>De 3 à 4 pts</b>	Régule son engagement en fonction de ses sensations et des repères pris sur son pouls Les séries et les récupération sont respectées et quand celles ci sont modifiées, cela est toujours justifié en rapport à un ressenti (par oral ou par écrit)  <b>De 5 à 6 pts</b> Les allures de course sont respectées Utilise et manipule des paramètres en vue de provoquer des effets différents (il peut répondre à des questions du style : "Si je fais ...j'obtiens..."). La production d'effets est visée à partir de charges de travail spécifiques <b>De 5 à 6 pts</b>
5 pts	<b>ANALYSER</b> Analyse et perception des effets.	L'irrégularité des allures dans les séries ne permet pas d'analyse pertinente du travail fourni  De 0 à 1,5 pt	Les effets corporels sont identifiés a l'issue de l'action mais perçus et interprétés de façon exagérée (Loi du « tout ou rien »  <b>De 2 à 3,5 pts</b>	L'élève décrit plus justement les sensations perçues. Les effets corporels sont perçus en cours d'action et commencent à être interprétés seuls à seuls (essoufflement, perte d'amplitude de la foulée, tension ou douleur musculaire ...).  L'élève repère des registres provoquant des états allant du bien être au mal-être-et utilise une terminologie plus adaptée. <b>4.5 ou 5 pts</b>



## SAUT EN PENTABOND CAP BEP

COMPÉTENCES ATTENDUES		PRINCIPES D'ÉLABORATION DE L'ÉPREUVE											
<p><b>NIVEAU 1</b> Se préparer et réaliser, avec un nombre limité de tentatives, la meilleure performance, en communiquant au corps la plus grande vitesse horizontale, et en conservant lors de la réalisation du saut une part de celle-ci, tout en produisant des composantes de vitesse verticale optimales au regard de l'épreuve.</p> <p><b>NIVEAU B</b> Se préparer et réaliser, avec un nombre limité de tentatives et en exploitant l'augmentation de l'élan, la meilleure performance, en communiquant au corps la plus grande vitesse horizontale, et en conservant lors de la réalisation du saut la plus grande part de celle-ci, tout en produisant des composantes de vitesse verticale optimales au regard de l'épreuve.</p>		<p>Le pentabond est un enchaînement de 5 bonds après une course d'élan. Le premier bond est obligatoirement un cloche-pied. 4 essais sont autorisés La moyenne des 2 meilleurs sauts (S1 et S2) compte pour 75% de la note.</p> <p>L'échauffement (Compétence Méthodologique 1 : s'engager avec lucidité) et la récupération (Compétence Méthodologique : apprécier les effets de l'activité physique) comptent pour 25%.</p> <p>Cas de nullité :</p> <p>1) lorsque le 1<sup>er</sup> bond n'est pas un cloche-pied</p> <p>2) quand le sauteur prend son premier appel au-delà de la limite d'appel et/ou quand il ne retombe pas dans le sable à l'intérieur la zone de réception (qui commence un mètre au delà du bord du sautoir ou début du sable).</p> <p>Mesure des sauts : depuis la limite d'appel choisie par l'élève jusqu'à la marque dans la zone de réception autorisée. Plusieurs « planches » (ou distances comprises entre la limite d'appel et la zone de réception) sont aménagées.</p>											
POINTS À AFFECTER	ÉLÉMENTS À ÉVALUER	NIVEAU A EN COURS D'ACQUISITION				DEGRÉ D'ACQUISITION DU NIVEAU 1				DEGRÉ D'ACQUISITION DU NIVEAU 2			
<b>15/20</b>	<p><b>Moyenne de S1 et S2</b> (barèmes distincts pour les garçons et les filles) Exemple : Un garçon réalise 13 puis 14 m, la moyenne est 13.50. Note / 20 = 14 ou note / 15 = 10.5</p>	Note /20	Note /12	Distances en m Filles	Distances en m Garçons	Note /20	Note /12	Distances en m Filles	Distances en m Garçons	Note /20	Note /12	Distances en m Filles	Distances en m Garçons
		01	0.75	5.80	7.00	10	7.5	9.40	11.50	16	12	11.50	14.10
		02	1.5	6.20	7.50	11	8.25	9.80	11.90	17	12.75	11.90	14.60
		03	2.25	6.60	8.00	12	9	10.20	12.30	18	13.5	12.30	15.10
		04	3	7.00	8.50	13	9.75	10.50	12.70	19	14.25	12.70	15.60
		05	3.75	7.40	9.00	14	10.5	10.80	13.10	20	15	13.20	16.30
		06	4.5	7.80	9.50	15	11.25	11.10	13.60				
		07	5.25	8.20	10.00								
		08	6	8.60	10.50								
09	6.75	9.00	11.00										
<b>05/20</b>	<b>Échauffement et récupération</b>	<p><b>Entre 0 et 2</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mise en train désordonnée (courses rapides ou marche)</li> <li>• Mobilisations articulaires incomplètes</li> </ul>				<p><b>Entre 2.5 et 3.5</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mise en train progressive</li> <li>• Mobilisation des articulations et des groupes musculaires prioritairement sollicités pour l'épreuve</li> <li>• Récupération active immédiatement après l'effort (marche)</li> </ul>				<p><b>Entre 4 et 5</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mise en train progressive et continue intégrant des courses d'élan.</li> <li>• Mobilisation des articulations et des groupes musculaires prioritairement sollicités pour l'épreuve.</li> <li>• Récupération active immédiatement après l'effort.</li> <li>• Etirements en fin de séance</li> </ul>			

## COURSE DE DEMI-FOND CAP BEP

COMPÉTENCES ATTENDUES		PRINCIPES D'ÉLABORATION DE L'ÉPREUVE											
<p><b>NIVEAU 1</b> Se préparer pour effectuer une série de 3 courses chronométrées afin de réaliser le meilleur temps possible. Se préparer à l'effort avant et pendant l'épreuve pour limiter au maximum les risques de blessure et exprimer à chaque course le maximum de ses possibilités.</p> <p><b>NIVEAU 2</b> Se préparer pour effectuer une série de courses chronométrées afin de réaliser le meilleur temps sur la distance totale de course, en recherchant parallèlement à respecter un projet conçu et expérimenté lors des séances d'entraînement.</p>		<p>En demi-fond, chaque élève réalise 3 courses de 500m (récupération de 10mn maximum) chronométrées par un enseignant à la seconde. Les élèves courent sans montre ni chronomètre. Le temps cumulé compte pour 75 % de la note.</p> <p>L'échauffement (Compétence Méthodologique 1 : s'engager avec lucidité) et la récupération (Compétence Méthodologique : apprécier les effets de l'activité physique) comptent pour 25%.</p>											
POINTS À AFFECTER	ÉLÉMENTS À ÉVALUER	NIVEAU 1 EN COURS D'ACQUISITION				DEGRÉ D'ACQUISITION DU NIVEAU 1				DEGRÉ D'ACQUISITION DU NIVEAU 2			
		Note / 20	Note / 15	Temps Filles	Temps Garçons	Note /20	Note /15	Temps Filles	Temps Garçons	Note /20	Note /15	Temps Filles	Temps Garçons
15/20	<p><b>Temps cumulé pour les trois 500 m réalisés</b> (barème différencié garçons - filles)</p> <p>Exemple : une fille réalise 7mn01 Sa note est 13 / 20 (ou 9.75 / 15)</p>												
		01	0.75	12.00	8.50	10	7.5	7.56	6.00	16	12	6.17	4.59
		02	1.5	11.25	8.20	11	8.25	7.38	5.49	17	12.75	6.03	4.50
		03	2.25	10.50	7.50	12	9	7.20	5.38	18	13.5	5.55	4.42
		04	3	10.20	7.20	13	9.75	7.03	5.27	19	14.25	5.47	4.35
		05	3.75	9.50	6.50	14	10.5	6.47	5.17	20	15	5.41	4.30
		06	4.5	9.24	6.40	15	11.25	6.31	5.08				
		07	5.25	8.59	6.30								
		08	6	8.37	6.20								
		09	6.75	8.15	6.10								
05/20	Échauffement et récupération	<p style="text-align: center;"><b>Entre 0 et 2</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Mise en train désordonnée (courses rapides ou marche)</li> <li>Mobilisations articulaires incomplètes</li> </ul>				<p style="text-align: center;"><b>Entre 2.5 et 3.5</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Dans son 1er échauffement, Intègre des allures de son 500 m</li> <li>Mise en train progressive</li> <li>Mobilisation des articulations et des groupes musculaires prioritairement sollicités pour l'épreuve</li> <li>Récupération active immédiatement après l'effort (marche)</li> </ul>				<p style="text-align: center;"><b>Entre 4 et 5</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Vérification de l'allure sur plusieurs dizaines de m avant le 1<sup>er</sup> départ</li> <li>Mise en train progressive et continue.</li> <li>Mobilisation des articulations et des groupes musculaires prioritairement sollicités pour l'épreuve.</li> <li>Récupération intégrant une mise en activité pour le 2<sup>nd</sup> et 3<sup>ème</sup> 500m</li> </ul>			

**CAP BEP GYMNASTIQUE AUX AGRES Barres ( asymétriques , parallèles , fixe )**

COMPETENCES ATTENDUES		PRINCIPES D'ELABORATION DE L'EPREUVE		
<p>NIVEAU 1 Construire , réaliser et juger un enchaînement gymnique qui articulent les dimensions acrobatique et esthétique dans le respect du code de référence</p> <p>NIVEAU 2 Concevoir , construire , réaliser devant un public et juger un enchaînement gymnique composé d'au moins 6 éléments , qui intègre les dimensions acrobatiques et esthétiques dans le respect du code de référence</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Réalisation libre présentée sur une fiche type qui comporte son scénario ( figurines , chronologie et niveau de difficultés )</li> <li>- La variété des familles doit être représentée</li> <li>- Nombre d'éléments et niveau de difficulté identifiés</li> <li>- Passage devant un jury</li> </ul> <p><b>Commentaires :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- La cotation des difficultés est référée au code de Gymnastique UNSS 1998</li> <li>- Difficultés A=0,60 B=0,80 C=1,0 D=1,2</li> </ul>		
Points	Eléments à évaluer	NIVEAU 1 EN COURS D'ACQUISITION	DEGRE D'ACQUISITION DU NIVEAU 1	DEGRE D'ACQUISITION DU NIVEAU 2
15/20	Difficulté et réalisation de la construction de la prestation	<ul style="list-style-type: none"> <li>- La somme des difficultés doit être au moins égale à 3,6 points ( 6A= 3,6 pts )</li> <li>- L'enchaînement gymnique intègre au minimum un appui , une suspension et un changement de face .</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-La somme des difficultés doit être au moins égale à 4 points ( au moins 2 difficultés B )</li> <li>-L'enchaînement gymnique intègre un appui , une suspension , un changement de face et une rotation ou un maintien</li> <li>- Si un éléments est réalisé 2 fois , sa valeur n'est prise en compte qu'une fois</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- La somme des difficultés doit être supérieure à 4 points ( au moins 3 difficultés B )</li> <li>- 6 éléments sont pris en compte pour l'attribution des points de difficultés</li> <li>- Tous les autres éléments sont considérés comme des éléments de liaison</li> <li>Si un éléments est réalisé 2 fois , sa valeur n'est prise en compte qu'une fois</li> <li>Exigences de composition :</li> <li><u>Aux barres asymétriques</u> : 2 rotations/ 1 appui sur chaque barre dont un changement de face / 2 suspensions</li> <li><u>Aux barres parallèles</u> : 1 passage à l'appui brachial ( groupe 2 et 3 ) / 1 passage à la suspension ( groupe 5 et 6 ) / 1 maintien ( groupe 7 ) / 1 changement de face ( groupe 8 )</li> <li><u>A la barre fixe</u> : un travail de l'appui à la suspension ou inversement / un changement de face / une rotation / un changement de prise sans changement de face</li> </ul>
	EXECUTION = 9 points	<p>Le gymnaste obtient au plus 4,6 pts sur 9 en exécution</p> <p><b>La difficulté de l'enchaînement ne doit pas être privilégiée au détriment d'une parfaite exécution</b></p> <p>3types de fautes :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- fautes de tenue ( liées à la tenue , à la présentation et au maintien ) = petites fautes = 0,2 pt</li> <li>- fautes de rythme ( fluidité , alternance de temps forts et de temps faibles , rupture de l'enchaînement ) = fautes moyennes = 0,4 pt</li> <li>- fautes techniques ( liées à la réalisation technique des éléments ( gainage , amplitude , placements segmentaires , ) = grosses fautes = 0,6 pt</li> </ul> <p><b>Fautes particulières aux barres ne concernant que le Niveau 2</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Elan intermédiaire ( -0,4 ) / Arrêt ( -0,4 ) / Touche de l'agrès ( -0,4 ) / S'accrocher à l'agrès pour éviter la chute ( -0,6 ) / Chute ( -0,8 ) / Absence de sortie (0,6)</li> <li>- Tout élément non réalisé , réalisé avec aide ou non maîtrisé entraîne la suppression de sa valeur</li> </ul>	<p>Le gymnaste obtient entre 4,8 et 7 points en exécution</p>	<p>Le gymnaste obtient entre 7,2 et 9 points en exécution</p>
02/20	<b>Construction</b>	<p>00 pt 1pt Présence d'un appui , d'une suspension et d'un changement de face ( en termes binaires oui =1pt / non = 00pt )</p>	<p align="right">1,5pt</p> <p>Présence d'un appui , d'une suspension et d'un changement de face ( en termes binaires oui =1pt / non = 00pt )</p> <p>Présence d'un maintien ou d'une rotation = + 0,5pt</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Adéquation entre les réalisations et les ressources de l'élève</li> <li>- Juxtaposition d'éléments</li> </ul>	<p align="right">2pts</p> <p>Présence des 4 familles ( en termes binaires oui = 2pts si non voir N1 ou N-1</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Choix des éléments en adéquation avec les ressources des élèves</li> <li>- Les éléments s'enchaînent de façon continue</li> </ul>
03/20	<b>Juger</b>	<p>00pt 01pt L'élève juge repère tous les éléments de difficultés = 1pt si non =00pt</p>	<p align="right">1,5 2pts</p> <p>L'élève juge repère tous les éléments de difficultés = 1pt</p> <p>L'élève juge repère toutes les familles de la composition = 0,5 pt si non =00pt</p> <p>L'écart de notation sur la note d'exécution avec le professeur est inférieur à 1,5 pt = 0,5 pt</p>	<p align="right">2,5pts 3pts</p> <p>L'élève juge repère tous les éléments de difficultés = 1pt</p> <p>L'élève juge repère toutes les exigences de composition = 1pt</p> <p>L'écart de notation sur la note d'exécution avec le professeur est inférieur à 1,5 pt = 0,5 pt / inférieur à 1pt = 1pt</p>

COMPETENCES ATTENDUES BASKET BALL		CAP – BEP EVALUATION DE LA PRESTATION : la situation, le déroulement, les règles				
<p><b>Niveau 1</b> : Rechercher le gain d'une rencontre en utilisant prioritairement la contre attaque face à une défense qui cherche à la récupérer par interception le plus rapidement possible, dans le respect de l'autre et des règles</p> <p><b>Niveau 2</b> : rechercher le gain d'une rencontre par la mise en place d'une attaque fondée sur l'occupation permanente de l'espace de jeu (écartement et étagement) face à une défense organisée pour récupérer la balle et défendre la cible. Etre capable de recueillir des informations pour élaborer un projet collectif.</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Match à 4 contre 4 sur un terrain réglementaire, opposant des équipes dont le rapport de force est équilibré a priori</li> <li>• Chaque équipe dispute au moins 2 rencontres de 8 minutes minimum</li> <li>• Les règles essentielles sont celles du basket, la 3<sup>ème</sup> faute personnelle est sanctionnée par une exclusion temporaire de 1'30</li> </ul> <p>Remarque : Dans des situations de forte hétérogénéité (mixité ou de niveau), ne permettant pas au candidat d'exprimer tout son potentiel, une variation de plus ou moins un point permet de distinguer la contribution du candidat dans certains rôles ou de compenser une situation qui lui serait défavorable.</p>				
Points à affecter	Eléments à évaluer	Niveau 1 en cours d'acquisition		Niveau 1 atteint	Niveau 2 atteint	
6 pts	<b>Efficacité collective</b> <b>Organisation collective</b>  Sur 4 points	La balle progresse par le PB	La balle progresse vers l'avant par l'action de partenaires (au moins à 2)	La balle progresse par une organisation collective repérable	La défense s'organise autour d'une consigne collective	
		Les actions individuelles prédominent Le contre ou la récupération de la balle donne l'occasion d'aller au panier. Défense perméable Entraide à proximité	Les balles arrivent dans l'espace de marque <b>Des temps d'arrêts caractérisent encore la progression de la balle</b> <b>Défense qui gêne la progression de la balle</b> Les rôles s'organisent en fonction du statut porteur / non porteur Exploitation de l'espace de jeu en profondeur	Réorganisation possible entre deux mi-temps L'équipe trouve des positions favorables de tir. La défense récupère des balles <b>Répartition des joueurs sur le terrain en fonction des ressources et des rôles à tenir (positions clés)</b> <b>Les actions sont en continuité (Organisation à 2 ou 3, passe et va ...)</b>	<b>Gain des rencontres</b> Sur 2 points	<b>0 point</b>
6 pts	<b>Efficacité du joueur attaquant</b>  <b>Porteur de balle</b>  <b>Non porteur de balle</b>	Perd la balle <b>Regard centré sur la balle lors du dribble</b> Réagit quand il est bloqué Passe de manière non adaptée et n'enchaîne rien Tire sans prendre en compte les adversaires et sa position par rapport à la cible  <b>Statique</b> Orienté par rapport au porteur et non par rapport à la cible Déplacement sans rupture de rythme, suit le jeu	Ne perd pas la balle <b>Prend des infos quand il a la balle et regarde l'espace de jeu</b> Progresse en dribble si l'espace est dégagé Passes et tirs réalistes : distances de passe et de tir adaptées  <b>Disponible par rapport au partenaire</b> Se rend disponible en avant du porteur avec une orientation partagée porteur de balle/cible Est à distance de passe, en dehors de l'alignement porteur/défenseur Appel de balle dans de bonnes conditions de démarquage	Accélère le jeu - Crée le danger Progresse en dribble en protégeant sa balle Transmet et reçoit des passes dans la course d'élan Utilise une situation favorable de tir Utilise 1 ou 2 techniques de tir selon la situation  <b>Enchaîne démarquage, remplacement</b> Se rend disponible pour aider le porteur en appui , en soutien, porte un écran Utilise les couloirs latéraux Se stabilise à la périphérie en position de tir favorable ou s'infiltré dans un espace libre Jeu aérien : claquette et rebond		
3 pts	<b>Efficacité du joueur défenseur</b>	<b>Passif ou explosif</b> Défend seulement sur le ballon Beaucoup de fautes et de violations A contre sens du jeu Rebond non exploité	<b>Gêne et ralentit</b> Ferme l'accès au panier Gêne le porteur en se plaçant entre la cible et le porteur Rebond aléatoire	<b>Gêne et récupère</b> Intercepte Presse le porteur, dissuade le non porteur Articule ses actions avec ses partenaires Jeu aérien : contre et rebond		
5 pts	<b>Engagement du joueur</b>  En référence aux compétences de la composante méthodologique prioritairement sollicitées : CM1 : s'engager lucidement et CM4 : Se confronter aux règles de vie collectives	<b>Joueur non engagé</b> Respecte l'intégrité physique* des autres joueurs mais : Conteste le règlement Attribue systématiquement les erreurs aux autres * Si mise en danger de l'intégrité physique = 0 point	<b>Joueur lucide</b> Respecte le non contact Accepte les décisions de l'arbitre Maîtrise ses réactions émotionnelles Maîtrise son engagement physique Prend en compte les capacités physiques et techniques de ses partenaires	<b>Joueur « engagé »</b> Respect de l'organisation collective déterminée à l'avance S'engage avec combativité mais loyalement Capable de tenir certains rôles spécifiques (arbitre, capitaine, coach ) Utilise des informations sur une séquence de jeu pour se réorganiser Impose des alternatives de jeu		

COMPETENCES ATTENDUES		CAP – BEP HAND BALL - PRINCIPES D'ÉLABORATION DE L'ÉPREUVE			
<p><b>Niveau 1</b> : Rechercher le gain d'une rencontre en utilisant prioritairement la montée rapide de la balle face à une défense qui cherche à la récupérer le plus rapidement possible, dans le respect de l'autre et des règles</p> <p><b>Niveau 2</b> : rechercher le gain d'une rencontre par la mise en place d'une attaque fondée sur l'occupation permanente de l'espace de jeu (écartement et étagement) face à une défense qui s'organise prioritairement pour récupérer la balle et défendre la cible. Etre capable de recueillir des informations pour élaborer un projet collectif.</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Match à 6 contre 6 (5 joueurs de champ et un gardien), opposant des équipes dont le rapport de force est équilibré a priori</li> <li>Chaque équipe réalise au moins 2 rencontres (comportant 2 mi-temps) de 10 minutes minimum (1 temps mort de 30" par équipe peut être demandé au cours du match)</li> <li>Les règles essentielles sont appliquées. L'engagement est réalisé par le gardien depuis sa surface.</li> </ul> <p>Remarque : Dans des situations de forte hétérogénéité (mixité ou de niveau), ne permettant pas au candidat d'exprimer tout son potentiel, une variation de plus ou moins un point permet de distinguer la contribution du candidat dans certains rôles ou de compenser une situation qui lui serait défavorable.</p>			
Pts à affecter	Eléments à évaluer	Niveau 1 en cours d'acquisition		Degré d'acquisition niveau 1	Degré d'acquisition niveau 2
6 pts	<b>Efficacité collective</b>  <b>Organisation collective</b> / 4 points	La balle progresse principalement par le porteur de balle	Pertes de balles fréquentes Défense perméable Actions individuelles prédominent	La balle progresse vers l'avant par l'action de partenaires (au moins à 2)	La balle progresse par une organisation collective repérable La défense s'organise autour d'une consigne collective. <b>Réorganisation possible entre deux mi-temps</b> L'équipe trouve des positions favorables de tir. La défense récupère des balles <b>Les actions sont en continuité</b> <b>Le temps de conservation de la balle augmente</b> <b>Répartition des joueurs sur le terrain en fonction des ressources et des rôles à tenir (positions clés)</b>
		0,5 pts	1,5 pts	2 pts	3 pts
Gain des rencontres / 2 points		<b>0 point</b> en fonction du nombre de matchs joués et donc gagnés ou perdus (+ éventuellement les buts encaissés/ buts marqués) <b>2 pts</b>			
6 pts	<b>Efficacité du joueur en attaque</b>	<b>Porteur de balle</b>  Perd la balle fréquemment Ne prend en compte ses partenaires que si il est bloqué Bute sur les défenseurs Passes imprécises Ne tire pas même en condition favorable ou au contraire tire dans des conditions irréalistes.	<b>Non porteur de balle</b>  <b>Statique</b> Placement et déplacements se font / au ballon Suit jeu en parallèle, ou en retard, parfois à contre sens du jeu. Propose de "fausses solutions": distance inadéquate ou dans alignement porteur de balle / défenseur	Ne perd pas la balle <b>En réussite quand la pression défensive est modérée</b> Progresse en dribble si l'espace est dégagé Passes efficaces et tirs réalistes : distance de passe, tir . . . Capable de transmettre balle dans la course de son partenaire Repère et utilise situations favorables de tir Tirs placés ou puissants (un seul registre )	Accélère le jeu -Crée le danger Passe et reçoit la balle en mouvement Possède dribble de contre attaque, passe longue et tir en suspension Exploite des intervalles et se met en position favorable de tir, met en danger le gardien Touche beaucoup de ballons
		<b>Inefficace</b> Défend seulement sur le ballon (pas / cible ) Beaucoup de fautes de contact et de violations Parfois à contre sens du jeu	<b>Gène et ralentit</b> Ferme l'accès au but Gène le porteur en se plaçant entre la cible et le porteur Arrêt de tirs "faciles"	<b>Gène et récupère</b> Presse le porteur, dissuade sur le non porteur, intercepte, gêne le tir Articule ses actions avec ses partenaires	
3 pts	<b>Efficacité du joueur en défense</b>				
5 pts	<b>Engagement du joueur</b>  En référence aux compétences de la composante méthodologique prioritairement sollicitées : CM1 : s'engager lucidement et CM4 : Se confronter aux règles de vie collectives	<b>Joueur non engagé</b> Respecte l'intégrité physique* des autres joueurs mais : Conteste le règlement Attribue systématiquement les erreurs aux autres	<b>Joueur lucide</b> Intègre les règles liées au contact corporel Accepte les décisions de l'arbitre Maîtrise ses réactions émotionnelles et son engagement physique Prend en compte les capacités physiques et techniques de ses partenaires Capable de recueil de données sur le jeu (observation ou feuille de match)	<b>Joueur « engagé »</b> Respecte l'organisation collective déterminée à l'avance par l'équipe S'engage avec combativité mais loyalement Capable d'utiliser des données recueillies sur le jeu pour réorganiser la stratégie mise en place Capable de tenir certains rôles spécifiques (arbitre, capitaine, coach )	
		* Si mise en danger de l'intégrité physique = 0 point			

COMPETENCES ATTENDUES		CAP BEP GYMNASTIQUE à la Poutre - PRINCIPES D'ELABORATION DE L'EPREUVE		
<p>NIVEAU 1 Construire , réaliser et juger un enchaînement gymnique qui articulent les dimensions acrobatique et esthétique dans le respect du code de référence</p> <p>NIVEAU 2 Concevoir , construire , réaliser devant un public et juger un enchaînement gymnique composé d'au moins 6 éléments , qui intègre les dimensions acrobatiques et esthétiques dans le respect du code de référence</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Réalisation libre présentée sur une fiche type qui comporte son scénario ( figurines , chronologie et niveau de difficultés )</li> <li>- La variété des familles doit être représentée</li> <li>- Le nombre d'éléments et le niveau de difficulté identifiés</li> <li>- Prestation réalisée sous forme d'un aller et un retour ( deux longueurs de poutre au minimum )</li> <li>- Possibilité de limiter en temps la prestation pour le Niveau 2</li> </ul> <p><b>Commentaires :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- La cotation des difficultés est référée au code de Gymnastique UNSS 1998</li> <li>- Difficultés A=0,60 B=0,80 C=1,0 D=1,2</li> </ul>		
Points	Eléments à évaluer	NIVEAU 1 EN COURS D'ACQUISITION	DEGRE D'ACQUISITION DU NIVEAU 1	DEGRE D'ACQUISITION DU NIVEAU 2
15/20	<p>Difficulté et réalisation de la construction de la prestation</p> <p style="text-align: center;">DIFFICULTE = 6 points</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- La somme des difficultés doit être au moins égale à 3,6 points ( 6A= 3,6 pts )</li> <li>- L'enchaînement gymnique intègre au minimum un éléments de maintien , une série gymnique de 2 éléments dont un saut , un élément acrobatique en entrée ou en sortie</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-La somme des difficultés doit être au moins égale à 4 points ( au moins 2 difficultés B )</li> <li>-L'enchaînement gymnique intègre un élément de maintien , une série gymnique de 2 éléments dont un saut et deux éléments acrobatiques dont un réalisé hors entrée ou sortie</li> <li>- Si un éléments est réalisé 2 fois , sa valeur n'est prise en compte qu'une fois</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- La somme des difficultés doit être supérieure à 4 points ( au moins 3 difficultés B )</li> <li>- 6 éléments sont pris en compte pour l'attribution des points de difficultés</li> <li>- Tous les autres éléments sont considérés comme des éléments de liaison</li> <li>- Si un éléments est réalisé 2 fois , sa valeur n'est prise en compte qu'une fois</li> </ul> <p>Exigences de composition :</p> <p>Une entrée en appui / 2 éléments acrobatiques / 2 éléments chorégraphiques / une sortie en rotation / 2 longueurs de poutre minimum</p>
		<p>Le gymnaste obtient au plus 4,6 pts sur 9 en exécution</p>	<p>Le gymnaste obtient entre 4,8 et 7 points en exécution</p>	<p>Le gymnaste obtient entre 7,2 et 9 points en exécution</p>
	<p>EXECUTION = 9 points</p>	<p><b>La difficulté de l'enchaînement ne doit pas être privilégiée au détriment d'une parfaite exécution</b></p> <p>3types de fautes :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- fautes de tenue ( liées à la tenue , à la présentation et au maintien ) = petites fautes = 0,2 pt</li> <li>- fautes de rythme ( fluidité , alternance de temps forts et de temps faibles , rupture de l'enchaînement ) = fautes moyennes = 0,4 pt</li> <li>- fautes techniques ( liées à la réalisation technique des éléments ( gainage , amplitude , placements segmentaires , ) = grosses fautes = 0,6 pt</li> </ul> <p><b>Fautes particulières à la poutre ne concernant que le Niveau 2</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Arrêt (-0,4 ) / Touche de l'agrès (-0,4 ) / S'accrocher à l'agrès pour éviter la chute ( -0,6 ) / Chute ( -0,8 ) / Absence de sortie ( -0,6 ) / marche sur pieds à plat ( 0,6 )</li> <li>- Tout élément non réalisé , réalisé avec aide ou non maîtrisé entraîne la suppression de sa valeur</li> </ul>		
02/20	<p><b>Construction</b></p>	<p>00 pt 1pt Présence d'un élément de maintien , d'une série gymnique de 2 éléments dont un saut et d'un élément acrobatique en entrée ou en sortie ( en termes binaires oui =1pt / non = 00pt )</p>	<p style="text-align: right;">1,5pt</p> <p>Présence d'un élément de maintien , d'une série gymnique de 2 éléments dont un saut et d'un élément acrobatique en entrée ou en sortie ( en termes binaires oui =1pt / non = 00pt ) Présence d'un élément acrobatique hors entrée ou sortie = 0,5 pt si non = 00pt - Adéquation entre les réalisations et les ressources de l'élève - Juxtaposition d'éléments</p>	<p style="text-align: right;">2pts</p> <p>Présence de toutes les exigences de composition ( en termes binaires oui = 2pts si non voir N1 ou N-1 )</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Choix des éléments en adéquation avec les ressources des élèves</li> <li>- Les éléments s'enchaînent de façon continue</li> </ul>
03/20	<p><b>Juger</b></p>	<p>00pt 01pt L'élève juge repère tous les éléments de difficultés = 1pt si non =00pt</p>	<p style="text-align: right;">1,5 2pts</p> <p>L'élève juge repère tous les éléments de difficultés = 1pt L'élève juge repère toutes les familles de la composition = 0,5 pt si non =00pt L'écart de notation sur la note d'exécution avec le professeur est inférieur à 1,5 pt = 0,5 pt si non = 00pt</p>	<p style="text-align: right;">2,5pts 3pts</p> <p>L'élève juge repère tous les éléments de difficultés = 1pt L'élève juge repère toutes les exigences de composition = 1pt L'écart de notation sur la note d'exécution avec le professeur est inférieur à 1,5 pt = 0,5 pt / inférieur à 1pt = 1pt</p>

**CAP BEP SAUVETAGE SPORTIF**

<b>COMPETENCES ATTENDUES</b>		<b>PRINCIPES D'ELABORATION DE L'EPREUVE</b>		
<p><b>Niveau 1</b> : nager une distance longue en un temps imparti exigeant le franchissement en immersion d'obstacles disposés en surface. Au terme d'un effort prolongé, nager vite pour remonter un objet immergé.</p> <p><b>Niveau 2</b> : Nager longtemps et vite tout en franchissant, en immersion, une série d'obstacles variés et disposés régulièrement sur un parcours choisi. Au terme d'un effort intense, remorquer en surface, un objet préalablement immergé, sur un aller-retour, dont la distance est déterminée par le nageur</p>		<p><b>Epreuve comportant deux parties enchaînées.</b> Un parcours de 200m comportant 8 obstacles à franchir en immersion. Cette distance doit être nagée <b>en moins de 5mn20 pour les candidats et en moins de 5mn40 pour les candidates.</b> Le parcours de 200 mètres est constitué par le jury en disposant les 8 obstacles régulièrement sur le parcours. Un intervalle d'environ 25m sépare les obstacles qui sont orientés verticalement par rapport à la surface imposant une immersion d'environ 1 m de profondeur, ou horizontalement imposant un déplacement subaquatique d'au moins 2 m. Les modalités de franchissement sont libres. Le nombre de tentatives de franchissement n'est pas limité. Passer les obstacles sans les heurter est valorisé.</p> <p>Au terme du parcours d'obstacles et dans son prolongement, le candidat nage vers une zone indiquée, distante d'une vingtaine de mètres, pour remonter en surface <b>en moins de 30 s (garçons), de 35 s (filles)</b>, un mannequin qui s'y trouve immergé à environ 2 m de profondeur et le remorquer sur une distance de 5m. Ce parcours est chronométré, jusqu'au moment où les voies respiratoires du mannequin sont émergées.</p> <p>Le candidat communique avant le début de l'épreuve au jury le nombre de points qui lui seront attribués pour chacun des éléments évalués, au cours des deux parties de l'épreuve.</p>		
<b>Points à affecter</b>	<b>Éléments à évaluer</b>	<b>NIVEAU 1 EN COURS D'ACQUISITION</b>	<b>DEGRÉ D'ACQUISITION DU NIVEAU 1</b>	<b>DEGRE D'ACQUISITION DU NIVEAU 2</b>
10 pts	<b>Nombre d'obstacles franchis : 6 pts</b>	2 obstacles franchis: 1 pt 3 obstacles franchis: 2 pts	4 obstacles franchis: 3 pts 5 obstacles franchis: 4 pts 6 obstacles franchis: 5 pts	7 obstacles franchis: 5,5 pts 8 obstacles franchis: 6 pts
1ère Partie	<b>Nombre d'obstacles touchés: 2 pts</b>	deux et plus : aucun point	un seul obstacle touché sur l'ensemble du parcours: 1 pt	aucun obstacle touché sur l'ensemble du parcours: 2 pts
	<b>Parcours réalisé ou non dans le temps imparti: 2 pts</b>		200m nagés en moins de 5m40 (garçons), 6mn (filles): 1 pt	200m nagés en moins de 5m20 (garçons), 5mn40 (filles): 2 pts
5 pts	<b>Temps nécessaire pour remonter le mannequin à la surface: 3 pts</b>	Mannequin remonté à la surface:1pt	Mannequin remonté à la surface, voies respiratoires émergées:2pts	Mannequin remonté à la surface, voies respiratoires émergées, dans le temps imparti :3pts
2ème partie	<b>Transport du mannequin: 2 pts</b>		mannequin remorqué sur 5m: 1pt	mannequin remorqué sur 5m, voies respiratoires constamment émergées: 2 pts
5 pts	<b>Projet personnel: Degré de pertinence du parcours réalisé aux possibilités et aux engagements de l'élève dans la préparation de l'épreuve</b>	Trois différences entre le prévu et le réalisé: 1 pt	2 différences entre le prévu et le réalisé: 2 pts  1 différence entre le prévu et le réalisé: 3 pts	Aucune différence entre le prévu et le réalisé: 4 pts  1 pt supplémentaires si l'élève gère son effort en maintenant une allure globalement régulière sur le premier parcours

**CAP BEP GYMNASTIQUE au Sol**

COMPETENCES ATTENDUES		PRINCIPES D'ELABORATION DE L'EPREUVE		
<p>NIVEAU 1 Construire , réaliser et juger 3 séquences représentatives d'un enchaînement gymnique au sol qui articulent les dimensions acrobatique et esthétique dans le respect du code de référence</p> <p>NIVEAU 2 Concevoir , construire , réaliser devant un public et juger un enchaînement gymnique composé d'au moins 6 éléments , qui intègre les dimensions acrobatiques et esthétiques dans le respect du code de référence</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Réalisation libre présentée sur une fiche type qui comporte son scénario ( figurines , chronologie et niveau de difficultés )</li> <li>- La variété des familles doit être représentée</li> <li>- Le nombre d'éléments et le niveau de difficultés, identifiés</li> <li>- Des contraintes de temps : Le niveau 1 et -1 libre / le niveau 2 = entre 30" et 1mn</li> <li>- Le Niveau 1 et -1 = l'enchaînement est réalisé sur un chemin de tapis ( 12m x 2m ) / le niveau 2 = l'enchaînement peut se faire sur un praticable ( au moins deux longueurs dont une diagonale</li> </ul> <p><b>Commentaires :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- La cotation des difficultés est référée au code de Gymnastique UNSS 1998</li> <li>- Difficultés A=0,60 B=0,80 C=1,0 D=1,2</li> <li>- Pour les garçons les éléments du code UNSS n°7-8-9 non identifiés peuvent se substituer à n'importe quelle famille ( I – II – III – IV )</li> </ul>		
Points	Eléments à évaluer	NIVEAU 1 EN COURS D'ACQUISITION	DEGRE D'ACQUISITION DU NIVEAU 1	DEGRE D'ACQUISITION DU NIVEAU 2
15/20	Difficulté et réalisation de la construction de la prestation  DIFFICULTE = 6 points	<ul style="list-style-type: none"> <li>- La somme des difficultés doit être au moins égale à 3,6 points ( 6A= 3,6 pts )</li> <li>- Au moins deux séquences de 2 éléments acrobatiques différents</li> <li>- Une séquence de 2 éléments gymniques dont un saut</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-La somme des difficultés doit être au moins égale à 4 points ( au moins 2 difficultés B )</li> <li>-3 séquences au total de 2 éléments acrobatiques</li> <li>- Chaque séquence est composée de 2 éléments acrobatiques différents et/ou esthétiques reliés entre eux par un éléments de liaison</li> <li>- Si un éléments est réalisé 2 fois , sa valeur n'est prise en compte qu'une fois</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- La somme des difficultés doit être supérieure à 4 points ( au moins 3 difficultés B )</li> <li>- 6 éléments sont pris en compte pour l'attribution des points de difficultés</li> <li>- Tous les autres éléments sont considérés comme des éléments de liaison</li> <li>- Si un éléments est réalisé 2 fois , sa valeur n'est prise en compte qu'une fois</li> </ul>
	EXECUTION = 9 points	<p>Le gymnaste obtient <b>au plus</b> 4,6 pts sur 9 en exécution</p> <p><b>La difficulté de l'enchaînement ne doit pas être privilégiée au détriment d'une parfaite exécution</b></p> <p>3types de fautes :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- fautes de tenue ( liées à la tenue , à la présentation et au maintien ) = petites fautes = 0,2 pt</li> <li>- fautes de rythme ( fluidité , alternance de temps forts et de temps faibles , rupture de l'enchaînement ) = fautes moyennes = 0,4 pt</li> <li>- fautes techniques ( liées à la réalisation technique des éléments ( gainage , amplitude , placements segmentaires , ) = grosses fautes = 0,6 pt</li> </ul> <p><b>Fautes particulières au sol ne concernant que le Niveau 2</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- limite de temps : inférieur à 30" = -1pt / supérieur à 1mn=-0,4pt</li> <li>- contrainte d'espace : chemin de tapis = - de 2 longueurs=-1pt / praticable =-de 2 longueurs ou diagonale manquante = -1pt</li> <li>- Tout élément non réalisé , réalisé avec aide ou non maîtrisé entraîne la suppression de sa valeur</li> </ul>	Le gymnaste obtient entre 4,8 et 7 points en exécution	Le gymnaste obtient entre 7,2 et 9 points en exécution
02/20	<b>Construction</b>	00 pt  Présence des deux séquences acrobatiques et de la séquence gymnique ( en termes binaires oui =1pt / non = 00pt )	1pt  Présence des 3 séquences acrobatiques ( en termes binaires oui = 1,5 pt si non voir niveau N-1 )  - Adéquation entre les réalisations et les ressources de l'élève - Juxtaposition d'éléments	1,5pt  Présence des 4 familles ( en termes binaires oui = 2pts si non voir N1 ou N-1  - Choix des éléments en adéquation avec les ressources des élèves - Les éléments s'enchaînent de façon continue
03/20	<b>Juger</b>	00pt  L'élève juge repère tous les éléments de difficultés = 1pt si non =00pt	01pt  L'élève juge repère tous les éléments de difficultés = 1pt L'élève juge repère toutes les séquences acrobatiques = 0,5 pt si non =00pt L'écart de notation sur la note d'exécution avec le professeur est inférieur à 1,5 pt = 0,5 pt	2,5pts  L'élève juge repère tous les éléments de difficultés = 1pt L'élève juge repère toutes les exigences de composition = 1pt L'écart de notation sur la note d'exécution avec le professeur est inférieur à 1,5 pt = 0,5 pt / inférieur à 1pt = 1pt

COMPETENCES ATTENDUES						CAP BEP COURSE DE RELAIS-VITESSE - PRINCIPES D'ELABORATION DE L'EPREUVE												
<b>NIVEAU 1</b> Se préparer, composer une équipe et effectuer une série de courses chronométrées pour réaliser le meilleur temps sur la distance totale de course de 4x50 m. La compétence à relayer doit conduire l'équipe de 4 coureurs à réaliser une performance collective de relais 4x50m inférieure à la somme des performances individuelles de vitesse de chaque relayeur sur 50 m.						<b>1. Chaque élève réalise un 50 mètres</b> départ en starting-blocks commandé par un signal extérieur (2 essais sont possibles). <b>2. Les équipes de relais (1)</b> effectuent chacune 2 parcours de <b>4 x 50 mètres</b> , départ en starting-blocks commandé. Lors de la 2 <sup>ème</sup> tentative les coureurs changent de place (les parcours 1 et 4 passent au 2 ou au 3 et réciproquement). Lorsque le témoin ne franchit pas la ligne d'arrivée, un essai supplémentaire est accordé afin de pouvoir comparer les 2 tentatives (et ceci dans chacun des cas). Les zones de transmissions et d'élan sont les zones conventionnelles fédérales (10 m d'élan, 20 m de transmission). Chaque élève est noté selon les critères suivants : Pour 25 % sur sa performance sur 50 mètres individuel. Pour 25 % sur la différence entre la somme des temps réalisés sur 50 m. des 4 relayeurs, et le meilleur temps des 2 relais effectués. Pour 25 % sur la somme des 2 performances réalisées lors des 2 parcours de relais, dont l'un avec changement des postes 1-4/2-3. <b>Pour 25 % sur l'échauffement avant l'épreuve, les vérifications des marques, et la récupération après l'effort, et la réalisation des rôles de juge et de chronométrateur.</b>												
<b>POINTS A AFFECTER</b>		<b>ELEMENTS A EVALUER</b>		<b>NIVEAU 1 NON ATTEINT</b>						<b>DEGRE D'ACQUISITION DU NIVEAU 1</b>				<b>DEGRE D'ACQUISITION DU NIVEAU 2</b>				
05/20	Performance Individuelle sur 50m	Temps filles	Temps garçons	Note / 05	Note / 20	Temps filles	Temps garçons	Note / 05	Note / 20	Temps ) filles	Temps garçons	Note / 05	Note / 20	Temp s filles	Temps garçons	Note / 05	Note/ 20	
		11.0	9.9	0	0	9.5	8.1	1.3	05	9.0	7.6	2.5	10	8.4	7.0	4.0	16	
		10.5	9.5	0.3	01	9.4	8.0	1.5	06	8.9	7.5	2.8	11	8.3	6.9	4.3	17	
		10.2	9.0	0.5	02	9.3	7.9	1.8	07	8.8	7.4	3.0	12	8.2	6.8	4.5	18	
		9.8	8.6	0.8	03	9.2	7.8	2.0	08	8.7	7.3	3.3	13	8.1	6.7	4.8	19	
		9.6	8.3	1.0	04	9.1	7.7	2.3	09	8.6	7.2	3.5	14	8.0	6.6	5.0	20	
05/20	Indice de transmission Différence entre le meilleur temps réalisé sur 4x50 mètres (2) et la somme des temps des 4 coureurs sur 50m					Note / 20	Note / 05	Ecart en secondes T relais – T ind		Note / 20	Note / 05	Ecart en secondes T relais – T ind		Note / 20	Note / 05	Ecart en secondes T relais – T ind		
				0	0	T relais >+ 0 .8												
				02	0.5	T relais > +0.4		10	2.5	- 1.0		16	4.0	- 1.6				
				04	1.0	même temps		12	3.0	- 1.3		18	4.5	- 1.8				
				06	1.5	- 0.4		14	3.5	- 1.5		20	5.0	> à – 2.0				
05/20	Performances sur 4X50m	Temps filles	Temps garçons	Note / 05	Note / 20	Temps filles	Temps garçons	Note / 05	Note / 20	Temps ) filles	Temps garçons	Note / 05	Note / 20	Temps filles	Temps garçons	Note / 05	Note/ 20	
		77.0	63.8	0	0	74.0	61.8	1.3	05	71	59.8	2.5	10	67.4	57.0	4.0	16	
		76.4	63.4	0.3	01	73.4	61.4	1.5	06	70.4	59.4	2.8	11	66.8	56.4	4.3	17	
		75.8	63.0	0.5	02	72.8	61.0	1.8	07	69.8	59.0	3.0	12	66.2	55.8	4.5	18	
		75.2	62.6	0.8	03	72.2	60.6	2.0	08	69.2	58.6	3.3	13	65.6	55.2	4.8	19	
		74.6	62.2	1.0	04	71.6	60.2	2.3	09	68.6	58.2	3.5	14	65.0	54.6	5.0	20	
05/20	Préparation avant l'épreuve et récupération après l'effort.  Etre capable d'assurer les rôles de juge de zone et de chronométrateur					Echauffement léger, étirements légers ou inexistant, pas ou peu de vérification de marques. Pas de récupération après les efforts 0				Echauffement pertinent, étirements présents mais succincts, peu de vérification de marques. Récupération après l'effort sous forme de trotting léger 1,5				Echauffement progressif, étirements appropriés, vérification des marques de passages. Récupération active après les efforts (étirements, trotting..) 2,5				
						Commets des erreurs de jugement ou de chronométrage. 0				Assure les rôles de juge ou de chronométrateur 1,5				Organise, répartit, et assure les rôles de juge et de chronométrateur 2,5				

Note : Les caractéristiques des enseignements en CAP et BEP conduisent à proposer un niveau 2 qui conserve les mêmes compétences à évaluer qu'au baccalauréat tout en proposant une épreuve distincte.

## COMMENTAIRES

- (1) Regrouper les élèves par rapport aux temps réalisés sur 50 mètres, et constituer des équipes de relayeurs de temps identiques. Ne pas chercher à faire des équipes équilibrées, plus les écarts sont importants et plus les régulations de vitesses sont difficiles à réaliser. Les équipes peuvent être mixtes
- (2) Le temps du relais doit être inférieur à la somme des temps additionnés, ce qui traduit le temps gagné lors des 3 passages de témoin grâce au départ lancé.
- (3) L'enseignant fait la somme des deux performances réalisées par la même équipe. Lors de la seconde prestation les rôles de relayeurs postes 1 et 4 sont échangés avec les postes 2 et 3 .Le changement de rôles permet de vérifier la faculté de s'adapter à différentes places possibles dans un relais. (départ- arrivée, deuxième et troisième relais) .

## CAP BEP: TENNIS DE TABLE

COMPETENCES ATTENDUES		PRINCIPES D'ELABORATION DE L'EPREUVE		
<p><b>Niveau 1</b> : se préparer et rechercher le contrôle du placement des balles tout en utilisant des actions de frappe pour gagner ses matches .Intervenir sur le rapport de force par des placements de balles variés et des accélérations sur des balles favorables</p> <p><b>Niveau 2</b> : Proposer et mener à leur terme ou adapter en cours de match des projets tactiques pour obtenir le gain de rencontres face à des adversaires identifiés et de niveau proche . Utiliser le placement ( variation de la longueur et de la direction ) et la vitesse pour faire évoluer le rapport de force en sa faveur. Les frappes puissantes sont efficaces en situation très favorable</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Les candidats sont regroupés en poules mixtes ou non , de niveau homogène .</li> <li>• Une rencontre se joue en deux sets gagnants de 11 points avec 2 points d'écart. Le changement de service sera effectué tous les 2 points sauf en cas d'égalité à 10 où il sera alterné .</li> <li>• Chaque joueur arbitrera au moins une rencontre</li> </ul>		
Points à affecter	Eléments à évaluer	Niveau « 1 » en cours d'acquisition	DEGRE D'ACQUISITION DU NIVEAU 1	DEGRE D'ACQUISITION du niveau 2
8 Pts	ELABORATION DE L'ECHANGE (rapport à l'espace et au temps )	Le rebond de la balle sur la raquette est subi. La balle est jouée en piston . Les rebonds sont hauts et centraux	La raquette oriente le jeu dans les espaces droit et gauche de la table. Les échanges sont relativement hauts et sortent du couloir central En situation favorable non provoquée , un changement de rythme peut rompre l'échange	Les échanges sont rasants .Ils se dirigent près des lignes latérales de la table. Pour se procurer une balle favorable des trajectoires sont produites en profondeur ; une frappe puissante peut alors rompre l'échange.
	PLACEMENT DEPLACEMENT REPLACEMENT	Le joueur est collé à la table .Il joue la balle dans son espace proche	Par des attitudes compensatoires ou des fentes latérales le joueur se met à distance pour jouer en position favorable .	Des déplacements apparaissent pour jouer en position favorable de manière efficace.
8 Pts	GAIN DES RENCONTRES	A l'issue de l'épreuve , les candidats sont classés par genre (filles et garçons) en fonction de leur niveau de jeu , de leur appartenance à une poule , leur classement dans la poule et éventuellement les différences de scores		
		Jeu en continuité . Le point est marqué par une faute adverse non provoquée : 0 à 4 points	Jeu en continuité . La rupture par un changement de rythme (accélération) est amenée de manière fortuite : 4 à 6 points	La construction de la rupture est recherchée volontairement (placement , vitesse et force) 6 à 8 points
4 Pts	RÔLES SOCIAUX (joueur – arbitre)	Activité égocentrique	Conserve un rôle et ses fonctions de manière intermittente lors de la prise en charge d'une rencontre	Reste concentré pendant toute la rencontre.

## CAP BEP: ARTS DU CIRQUE

COMPETENCES ATTENDUES		PRINCIPES D'ELABORATION DE L'EPREUVE		
<p><b>NIVEAU 1</b> Elaborer à plusieurs un numéro qui sollicite les bases de la jonglerie en situation d'équilibre instable et des acrobaties collectives, dans le cadre d'une mise en scène visant à susciter une émotion.</p> <p><b>NIVEAU B ou 1 lycée :</b> Maîtriser la conduite des engins en adoptant des attitudes corporelles dégagées des strictes contingences techniques. S'approprier les codes de base lors de la construction et de la représentation d'un numéro. Expérimenter des formes de virtuosité et tenter d'y associer un style de personnage.</p>		<p>En s'appuyant sur des éléments artistiques et scéniques simples pour suggérer un univers (époque, lieu), des personnages, des sentiments, des états, les candidats par groupes de 3, présentent puis rejouent un numéro collectif qui articule les différentes spécialités des arts du cirque: jonglerie, équilibres précaires, acrobaties collectives. La durée du numéro est comprise entre 2' et 5'. La troupe re-présente son numéro deux fois pendant l'épreuve, en utilisant des objets, des accessoires, des costumes, un support sonore. Elle dispose et met en piste son matériel pour investir et redéfinir en toute sécurité un espace d'environ 8m sur 8m.</p>		
Pts à affecter	Eléments à évaluer	Niveau 1 en cours d'acquisition	DEGRE D'ACQUISITION DU NIVEAU 1	DEGRE D'ACQUISITION DU NIVEAU 2
12 points	Interprétation : la prise de risque et l'engagement moteur  6 points	<b>De 0 à 2,5 pts</b> La réalisation s'appuie sur une manipulation, une mobilisation des engins et des objets, timide, frontale, maladroite et aléatoire. Les équilibres et les acrobaties sont sommaires et peuvent être dangereux. La prise de risque est insuffisamment maîtrisée. La motricité est fonctionnelle et ludique.	<b>De 3 à 4,5 pts</b> Le numéro intègre des savoir-faire et des techniques simples mais bien spécifiques à l'activité. L'élève reproduit des formes techniques apprises et stabilisées. La prise de risque est assumée dans les figures d'acrobaties et les déplacements sur engins précaires. L'élève combine parfois les différentes spécialités au dépend cependant de l'exécution.	<b>De 5 à 6 pts</b> L'élève explore des formes et des techniques originales et personnelles. Il joue sur le risque et la rupture / reconstruction de l'équilibre. Il prend des risques spectaculaires mais calculés. La motricité et les formes sont précises et choisies judicieusement.
	<b>Interprétation : la prise de risque et l'engagement affectif</b>  6 points	<b>De 0 à 2,5 pts</b> L'élève se cache derrière une hyper activité exubérante ou, au contraire, subit le regard du public. La présentation est timide, hésitante. L'interprétation est sommaire, expédiée dans l'urgence, assortie de gestes parasites	<b>De 3 à 4,5 pts</b> L'engagement est assuré, serein. Le corps et les objets sont mobilisés ou détournés pour suggérer des actions, des sentiments, des états, des idées.	<b>De 5 à 6 pts</b> L'élève ne décroche pas de son rôle et personnage. Il reste concentré, convaincant. Le regard est posé, intentionnel. L'attention du spectateur est retenue par des effets simples : regard, silence, arrêt, immobilité, position.
5 points	<b>Composition : création collective et mise en piste</b>	<b>De 0 à 1,5 pt</b> Le numéro est improvisé. L'organisation spatiale, temporelle est aléatoire et oublie les règles essentielles de présentation : orientation, prise en compte du public,...	<b>De 2 à 3,5 pts</b> Le numéro est construit. Il s'appuie sur une succession, juxtaposition de réalisations individuelles. L'espace et le temps sont utilisés dans leur intégralité. Chaque élève a mémorisé le filage et l'organisation du numéro	<b>De 4 à 5 pts</b> Le numéro est structuré dans le temps et l'espace, à partir d'une articulation des réalisations individuelles. Les exploits et numéros individuels sont mis en valeur. La disposition des accessoires et du matériel est minutieusement anticipée. Le numéro utilise les procédés de composition simples : unisson, canon, inversion, répétition.
3 points	<b>Stabilisation du numéro</b>	<b>0 ou 0,5 pt</b> Présentation initiale et représentation sont différentes dans la gestion et l'utilisation de l'espace, du temps des rôles.	<b>De 1 à 2 pts</b> La représentation prend en compte les observations et constats de la présentation dans un souci d'amélioration.	<b>De 2,5 à 3 pts</b> Les formes sont stables entre présentation et représentation. Les modifications relèvent de l'affinement et de la précision du propos.

## CAP BEP COURSE D'ORIENTATION

COMPÉTENCES ATTENDUES	Principe d'élaboration de l'épreuve		
<p><b>Niveau 1</b> : Conduire son déplacement en suivant des lignes type sentier et intérieur pour réaliser la meilleure performance lors d'une épreuve de CO individuelle en milieu connu, puis remplir complètement son carton de contrôle</p> <p><b>Niveau 2</b> : Conduire son déplacement en suivant des lignes intérieures pour réaliser la meilleure performance lors d'une épreuve de CO individuelle ou par équipe en milieu plus ou moins boisé et partiellement connu.</p>	<p>Le coureur doit réaliser un parcours de son choix dans un temps limité entre 30 et 35 minutes.            24 balises sont dispersées dans un milieu boisé ou semi boisé connu. 14 balises sont de niveau 1 et 10 balises de niveau 2.            Le code d'identification du poste est précisé sur la carte mère.            Pendant 5 minutes le candidat devra choisir 8 balises en fonction du niveau qu'il veut atteindre. Les balises sont espacées de 300m.            Distance du parcours : 2,4 Km. Toutes les données sont vérifiées à l'aide d'un carton de contrôle comportant les numéros de tous les postes à poinçonner.            Le candidat peut contrôler la durée de son déplacement à l'aide d'un chronomètre ou d'une montre.</p>		
Eléments à évaluer	NIVEAU 1 EN COURS D'ACQUISITION	DEGRÉ D'ACQUISITION DU NIVEAU 1	DEGRÉ D'ACQUISITION DU NIVEAU 2
<b>Conduite d'un itinéraire et de la lecture de la carte</b>	Trouve entre 5 et 7 balises quel que soit le niveau <b>3 points</b>	Trouve 7 balises de niveau 1 et 1 balise de niveau 2 <b>6 points</b>	Trouve 8 balises avec 2 de niveau 1 et 6 de niveau 2. 9 points
<b>Evaluation de la vitesse de course</b>	<u>Garçons</u> : court et s'oriente à la vitesse de 12 minutes au kilomètre ou plus. <u>Filles</u> : court et s'oriente à la vitesse de 13 minutes au kilomètre ou plus. <b>2 points</b>	<u>Garçons</u> ; court et s'oriente entre 9 minutes au kilomètre et 11 minutes au kilomètre. <u>Filles</u> : court et s'oriente entre 10 et 12 minutes au kilomètre. <b>4 points</b>	<u>Garçons</u> : court et s'oriente à la vitesse de 8 minutes au kilomètre ou moins. <u>Filles</u> : court et s'oriente à la vitesse de 9 minutes au kilomètre ou moins. <b>6 points</b>
<b>Renseignement du talon de contrôle</b>	Le candidat a noté l'heure de départ et l'heure d'arrivée et a poinçonné les postes trouvés. <b>0,5 point</b>	Le candidat a noté l'heure de départ et d'arrivée, a poinçonné les postes trouvés, et les a définis par écrit. <b>1 point</b>	Le candidat a noté l'heure de départ et l'heure d'arrivée, a poinçonné les postes trouvés, et les a définis par symboles IOF. <b>2 points</b>
<b>Analyse de son parcours</b>	le candidat retrace son parcours avec hésitation et une description très approximative. <b>1 point</b>	le candidat retrace son parcours avec méthode. <b>2 points</b>	le candidat décrit son parcours avec précision et explicite au moins 2 choix de course. <b>3 points</b>

**COMMENTAIRES** : Dans le cadre du contrôle en cours de formation, la course est individuelle.

Les contraintes de sécurité nécessitent de choisir des dispositifs particuliers notamment dans les domaines suivants :

-conception du dispositif (départ et arrivée le plus au centre, favoriser les passages proches de la zone centrale, limiter l'espace d'évolution, lire des lignes d'arrêt,...etc)

-Mise en place de commissaires adultes ou élèves (organisation éventuelle de l'épreuve en 2 séquences ou 2 séances successives,...etc)

-Il est possible d'introduire d'autres postes sans valeur, donc non pris en compte, pour augmenter l'incertitude, l'activité de recherche personnelle et la présence d'un plus grand nombre d'élèves sur le parcours.

-Des adaptations des temps de course à hauteur de 10 % peuvent s'appliquer lors de mauvaises conditions météo (terrain gras, pluie, froid, vent fort,...)

-les balises de niveau 1 se situent sur des mains courantes.

- Les balises de niveau 2 nécessitent d'identifier un point d'arrêt sur main courante pour la recherche.

**PRESTATION PHYSIQUE POUR L'ACTIVITE : ESCALADE**

<b>COMPETENCES ATTENDUES CAP BEP</b>		<b>PRINCIPES D'ELABORATION DE L'EPREUVE</b>									
<p><b>Niveau 1</b> : Faire confiance à l'assureur et au matériel et se dominer dans des situations où l'on est assuré en « moulinette », pour conduire son déplacement, en s'adaptant aux grandes formes du support (niveau de difficulté 4 à 5) et aux orientations des bonnes prises.</p> <p><b>Niveau 2</b> : En tête, conduire son déplacement en s'économisant, selon des itinéraires variés en direction, afin de réaliser une performance tout en conservant assez de lucidité pour assurer sa sécurité à la montée et la descente.</p>		<p>Le dispositif comprend des voies de niveau 3c à 6a, d'une longueur minimale de 7 m en SAE et 12 m en falaise. Les dégaines sont en place.</p> <p>Le candidat choisit son niveau de difficulté ainsi que sa modalité d'ascension (moulinette avec une boucle pincée au dessus du baudrier par un élastique ou en tête) dans une voie connue.</p> <p>L'épreuve consiste à se préparer, s'équiper puis grimper dans un temps maximum de 6 mn. L'épreuve est complétée par une prestation d'assurance (définie en fonction de la modalité d'ascension choisie) au cours du grimper du partenaire (le grimpeur en moulinette assure en moulinette).</p> <p>A la 1ère chute, le candidat peut reprendre sa progression.</p> <p>A la seconde chute, l'épreuve s'arrête. Dans ce cas le candidat marque les points en fonction de la hauteur de voie gravie.</p> <p>En tête, l'épreuve s'arrête si le candidat ne mousquetonne pas tous les points.</p>									
<b>Points à affecter</b>	<b>ELEMENTS A EVALUER</b>										
<b>15 pts</b>	Cotation de l'itinéraire choisi  modalité d'ascension choisie	<b>COTATION</b>		<b>3c</b>	<b>4a</b>	<b>4b</b>	<b>4c</b>	<b>5a</b>	<b>5b</b>	<b>5c</b>	<b>6a</b>
		Garçons	En tête	6	8	10	11	12	13	14	15
			moulinette	4	5	6	7	8	9	10	11
		Filles	En tête	7	9	11	12	13	14	15	
moulinette	5		6	7	8	9	10	11			
<b>2pts</b>	Coordination de l'action Grimper/ s'assurer	<b>NIVEAU 1 EN COURS D'ACQUISITION</b>			<b>DEGRE D'ACQUISITION DU NIVEAU 1</b>			<b>DEGRE D'ACQUISITION DU NIVEAU 2</b>			
		En moulinette : redescente irrégulière en cherchant à retrouver la verticalité			En moulinette : redescente en acceptant d'éloigner le buste/paroi			En moulinette : redescente régulière et fluide (espace arrière construit)			
		En tête : mousquetonnage à l'envers (vrillé)			En tête : mousquetonnage hésitant mais correct			En tête : mousquetonnage intégré dans la progression (rapidité, économie)			
<b>3pts</b>	Coordinations des actions assureur/grimpeur	En moulinette : assure en 4 temps avec une tension irrégulière (laisse trop de mou ou fait sauter l'élastique)			En moulinette : assure en contrôlant la tension de la corde			En moulinette : assure sans décalage avec la progression du grimpeur			
		En tête : assure mais donne et reprend le mou avec retard			En tête : donne et reprend le mou rapidement			En tête : donne et reprend le mou dans la progression du grimpeur			

**CAP-BEP BADMINTON**

<b>COMPETENCES ATTENDUES</b>		<b>PRINCIPES D'ÉLABORATION DE L'ÉPREUVE</b>		
<p><b>Niveau 1</b> : Se préparer , s'investir et produire volontairement des trajectoires variées pour gagner ses matches . Dans une opposition ou lorsqu'il n'est pas en difficulté dans l'échange , le candidat tente d'imposer des déplacements importants à son adversaire pour le mettre en situation inconfortable</p> <p><b>Niveau 2</b> Proposer , mener à leur terme ou adapter en cours de match des projets tactiques pour obtenir le gain de rencontres face à des adversaires identifiés et de niveau proche. Utiliser la production de frappes variées en direction ,en longueur, et en hauteur pour faire évoluer le rapport de force en sa faveur .</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Les candidats sont regroupés en poules mixtes ou non , de niveau homogène .</li> <li>• Une rencontre se joue en deux sets gagnants de 11 points avec 2 points d'écart (comptabilisation sous forme de tie-break uniquement) .</li> <li>• Chaque joueur arbitrera au moins une rencontre.</li> </ul>		
<b>Points à affecter</b>	<b>Éléments à évaluer</b>	Niveau « 1 » en cours d'acquisition	Degré d'acquisition du niveau 1	Degré d'acquisition du niveau 2
8 Pts	<b>ELABORATION DE L'ECHANGE</b> (rapport à l'espace et au temps )	Le rebond du volant sur la raquette est subi. Le volant est joué en piston . Les trajectoires sont hautes et centrales	La raquette oriente le jeu dans les espaces droit et gauche du terrain . Les échanges sont relativement hauts et sortent du couloir central Lorsque le joueur se trouve en situation favorable non provoquée , un changement peut rompre l'échange	Les échanges ont une fréquence plus rapide et se dirigent près des lignes latérales du terrain . Pour se procurer un volant favorable des trajectoires sont produites en profondeur ; une frappe puissante peut rompre l'échange.
	<b>PLACEMENT DEPLACEMENT REPLACEMENT</b>	Le joueur est statique . Le volant est joué dans son espace proche	Le joueur pour jouer en situation favorable, effectue des déplacements latéraux ou des fentes avant	Des déplacements dynamiques (latéraux et en profondeur) apparaissent pour jouer de manière efficace.
8 Pts	<b>GAIN DES RENCONTRES</b>	A l'issue de l'épreuve, les candidats sont classés par genre (filles et garçons) en fonction de leur niveau de jeu , de leur appartenance à une poule, leur classement dans la poule et éventuellement les différences de scores		
		Jeu en continuité . Le point est marqué par une faute adverse non provoquée : 0 à 4 points	Jeu en continuité . La rupture par un changement de rythme (accélération) est amenée de manière fortuite : 4 à 6 points	La construction de la rupture est recherchée volontairement (placement , vitesse et force) 6 à 8 points
4 Pts	<b>RÔLES SOCIAUX</b> (joueur – arbitre)	Activité égocentrique	Conserve un rôle et ses fonctions de manière intermittente lors de la prise en charge d'une rencontre	Reste concentré pendant toute la rencontre

CAP-BEP: DANSE CHOREGRAPHIE COLLECTIVE

COMPETENCES ATTENDUES		PRINCIPES D'ELABORATION DE L'EPREUVE		
<p><b>Niveau 1 :</b> Interpréter un thème d'étude proposé par l'enseignant et en exploiter toutes les possibilités corporelles afin de créer, d'interpréter et d'apprécier une chorégraphie en duo ou en trio</p> <p><b>Niveau 2:</b> Proposer un traitement chorégraphique qui re-questionne de façon personnelle et dans des registres moteurs propres à la danse une démarche de composition identifiée dans une œuvre. Baliser dans le temps imparti les différentes étapes ( appropriation, remise en question, composition, répétition) et alterner les différents rôles (chorégraphe, danseur, spectateur)</p>		<p>Présenter une chorégraphie en groupe de 2 à 5 élèves Durée : 1'30 à 2'30, espace scénique et emplacement des spectateurs définis Verbaliser le traitement du thème (à travers deux paramètres) (N1) Donner un titre et fournir un argument (écrit ou oral) (N2) Les élèves spectateurs apprécient les chorégraphies à l'aide d'une fiche construite par l'enseignant</p>		
Points à affecter	Eléments à évaluer	NIVEAU 1 EN COURS D'ACQUISITION	DEGRE D'ACQUISITION DU NIVEAU 1	DEGRE D'ACQUISITION DU NIVEAU 2
8 points	<p><b>Composition (chorégraphe)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Lisibilité du thème d'étude et de son développement.....</li> <li>Eléments scénographiques utilisés (monde sonore, décor, costumes, objets, maquillage...)</li> <li>- Travail sur la gestuelle.....</li> <li>- Gestion de l'espace scénique.....</li> <li>- Mobilisation des modalités de relations entre les danseurs (relations spatiales, temporelles, corporelles).....</li> </ul>	<p><b>0 à 3,5</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Présentation incomplète, il manque une étape (début, développement ou fin) ou non respect des éléments définissant la situation de référence</li> <li>Evocation partielle du thème</li> <li>- Mise en jeu d'une gestuelle quotidienne et/ou stéréotypée</li> <li>- Peu de paramètres utilisés (souvent l'orientation)</li> <li>- Peu de modalités utilisées (souvent unisson avec jeu sur l'orientation et/ou cascade)</li> </ul>	<p><b>4 à 5,50</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Présentation repérable, structurée : début, développement, fin.</li> <li>Evocation simple du thème avec un fil conducteur</li> <li>- Enrichir ou exploiter une gestuelle quotidienne ou stéréotypée (par l'utilisation d'un paramètre)</li> <li>- Espace scénique exploité : direction, orientation, niveau</li> <li>- Les trois modalités de relation sont utilisées</li> </ul>	<p><b>6 à 8</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Projet organisé autour d'1 ou 2 principes de composition. Traitement du thème de façon riche, diversifiée et/ou originale</li> <li>- Davantage d'exploitation de la gestuelle quotidienne (au moins 2 paramètres utilisés)</li> <li>- Espace scénique exploité dans sa diversité et en liaison avec le propos</li> <li>- Les modalités de relation sont pertinentes par rapport au propos</li> </ul>
9 points	<p><b>Interprétation (danseur)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Engagement moteur</li> <li>- Engagement émotionnel</li> </ul>	<p><b>0 à 4</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Motricité peu précise, manquant de clarté</li> <li>- Elève hésitant, récite, a des trous de mémoire, des gestes parasites</li> </ul>	<p><b>4,5 à 6</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Motricité simple mais précise, claire dans sa réalisation et son amplitude</li> <li>- Elève appliqué, concentré, capte l'attention du spectateur de façon intermittente</li> </ul>	<p><b>6,5 à 9</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Motricité plus complexe mais claire et précise</li> <li>- Elève engagé dans son rôle, va au bout de sa gestuelle même si de façon intermittente</li> </ul>
3 points	<p><b>Appréciation d'une chorégraphie (spectateur), à partir de la fiche (cf situation de référence)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Reconnaître des éléments de composition et d'interprétation</li> <li>- Apprécier ces éléments au regard du projet et du ressenti</li> </ul>	<p><b>0 à 1</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ne reconnaît pas les principes de composition utilisés</li> <li>- Réactions spontanées, parfois pendant la prestation</li> </ul>	<p><b>1,5 à 2</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Reconnaît l'utilisation de l'espace scénique et les différentes modalités de relations</li> <li>- Verbalise son ressenti et sa reconnaissance du thème</li> <li>- Respecte les autres</li> </ul>	<p><b>2,5 à 3</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Apprécie les différents principes de composition</li> <li>- Argumente partiellement son appréciation et son ressenti</li> </ul>

## COMMENTAIRES :

### Concernant les rôles sociaux :

L'APSA danse abordée sous la forme de chorégraphie collective implique les élèves dans des rôles sociaux tout au long du cycle et dans les 3 registres d'apprentissage (composition, interprétation, appréciation). Il ne paraît pas pertinent de quantifier ces rôles de façon spécifique dans l'évaluation des registres de composition et d'interprétation.

Dans les moments de **composition**, les élèves doivent faire des propositions, accepter celles des autres et trouver un compromis dans les choix retenus. Ceci implique confiance en soi, écoute des autres ... En tant que **danseurs**, ils doivent accepter de se « montrer » devant les autres, assumer le choix des danseurs du groupe et les erreurs éventuelles d'interprétation. En revanche, le rôle de **spectateur** défini dans la fiche est appréciable selon les 3 niveaux de maîtrise définis.

### Concernant les termes utilisés dans la fiche d'évaluation :

> **gestuelle quotidienne**: gestuelle organisée autour de la verticalité, mobilisant la périphérie du corps, dans un espace proche, peu dissociée...

> **thème d'étude** : un paramètre du mouvement, un principe de composition (les relations entre danseurs, l'espace, ...), un thème sur les rapports humains (défi-rencontre ...), un lieu (gare, rue, ...), .....

> **argument** : faire expliquer par les élèves ce qu'ils ont choisi de traiter dans le thème

#### > **paramètres du mouvement et principes de composition (procédés chorégraphiques) :**

**les paramètres du mouvement** : l'espace, le temps, l'énergie, le corps. La fréquence, la durée et la maîtrise de leur utilisation/exploitation sont des indicateurs du niveau de compétences acquises.

**l'espace** : faire grand, petit, produire des formes courbes ou angulaires, aller vers le haut ou vers le sol, orientation ...mais aussi les modes de groupement, les lignes fortes, le jeu avec les niveaux, les directions, les orientations par rapport au public, les entrées et sorties de scène, l'aménagement de l'espace scénique avec un décor...

**le temps** : faire lent, vite, être à l'arrêt, utiliser des accents, ... mais aussi la façon dont est structurée la chorégraphie dans son ensemble

**l'énergie** : danser avec une énergie faible, forte, saccadée, ...mais aussi dans l'ensemble de la chorégraphie (comment l'énergie évolue ? ...)

**le corps** : les différentes parties du corps qui sont mobilisées, le placement du regard, la présence ... mais aussi la répétition d'un mouvement, l'accumulation d'un geste pour le développer progressivement...

> **le rapport aux autres** : distance, orientation, contact, unisson, polyphonie, décalage dans le temps, contrastes... afin d'organiser le rapport aux autres de façon diversifiée, originale, plus ou moins complexe ( en relation au thème et en jouant avec les paramètres du mouvement).

**COURSE DE HAIES CAP BEP**

COMPÉTENCES ATTENDUES		PRINCIPES D'ÉLABORATION DE L'ÉPREUVE											
<p><b>NIVEAU 1</b> Préparer et réaliser deux courses de 150 m haies chronométrés dans la même séance dans des conditions réglementées, en créant et en conservant la plus grande vitesse de déplacement, en franchissant une série d'obstacle des deux jambes et sans ralentissements nets.</p> <p><b>NIVEAU 2</b> Se préparer et effectuer une série de courses chronométrées pour réaliser le meilleur temps sur la distance totale de course, en communiquant au corps la plus grande vitesse de déplacement, et en limitant les pertes de vitesse associées à l'ajustement aux obstacles et à leur franchissement.</p>		<p>L'épreuve se déroule en 2 parcours de 150 mètres haies (25 à 30 minutes entre les 2 parcours). L'élève part avec ou sans starting-blocks mais le départ est commandé. Chaque 150 haies comprend 6 haies espacées de 20 m. Distance entre le départ et la 1<sup>ère</sup> haie : 30 m ; distance entre la dernière haie et l'arrivée : 20 m. Hauteur des haies : 70 cm pour les filles, 84 cm pour les garçons (possibilité pour les élèves en difficulté de prendre des haies de 64 cm pour les filles et 76 cm pour les garçons. (Dans ce cas, la performance réalisée est diminuée de 2 points) Le temps cumulé des deux parcours compte pour 75 % de la note.</p> <p>L'échauffement (Compétence Méthodologique 1: s'engager avec lucidité) et la récupération (Compétence Méthodologique : apprécier les effets de l'activité physique) comptent pour 25%.</p>											
POINTS À AFFECTER	ÉLÉMENTS À ÉVALUER	NIVEAU A EN COURS D'ACQUISITION				DEGRÉ D'ACQUISITION DU NIVEAU 1				DEGRÉ D'ACQUISITION DU NIVEAU 2			
		Note / 20	Note / 15	Temps Filles	Temps Garçons	Note /20	Note /15	Temps Filles	Temps Garçons	Note /20	Note /15	Temps Filles	Temps Garçons
15/20	<p><b>Temps cumulé pour les deux 150 m réalisés</b> (barème différencié garçons - filles)</p> <p>Exemple : un garçon réalise 25.4 s et 28 s. Son temps total est de 53.4 s Sa note est 11 / 20 (ou 8.25 / 15)</p>	01	0.75	78.5	70.1	10	7.5	65.2	55.7	16	12	56.9	48.8
		02	1.5	77	68.4	11	8.25	63.8	54.5	17	12.75	55.6	47.7
		03	2.25	75.5	66.7	12	9	62.4	53.2	18	13.5	54.2	46.8
		04	3	74	65	13	9.75	61	52	19	14.25	52.9	45.9
		05	3.75	72.5	63.3	14	10.5	59.6	50.9	20	15	51.6	45.1
		06	4.5	71.0	61.6	15	11.25	58.2	49.7				
		07	5.25	69.5	60.1								
		08	6	68.1	58.5								
		09	6.75	66.6	57.2								
05/20	Échauffement et récupération	<p align="center"><b>Entre 0 et 2</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Mise en train désordonnée (courses rapides ou marche)</li> <li>Mobilisations articulaires incomplètes</li> </ul>				<p align="center"><b>Entre 2.5 et 3.5</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Dans son 1er échauffement, Intègre des allures de son 150 m</li> <li>Mise en train progressive</li> <li>Mobilisation des articulations et des groupes musculaires prioritairement sollicités pour l'épreuve</li> <li>Récupération active immédiatement après l'effort (marche)</li> </ul>				<p align="center"><b>Entre 4 et 5</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Vérification de l'allure du départ jusqu'à la 1<sup>er</sup>/2<sup>nde</sup> haie</li> <li>Mise en train progressive et continue.</li> <li>Mobilisation des articulations et des groupes musculaires prioritairement sollicités pour l'épreuve.</li> <li>Récupération intégrant une mise en activité pour la 2<sup>nd</sup> course</li> </ul>			

COMPETENCES ATTENDUES		PRINCIPES D'ÉLABORATION DE L'ÉPREUVE PRINCIPES D'ÉLABORATION DE L'ÉPREUVE									
<p><b>Niveau 1</b> : en situation de <i>randori</i> , affronter un partenaire en construisant des actions offensives et défensives.</p> <p><b>Niveau 2</b> : en situation de <i>randori</i> , utiliser ses ressources pour affronter un partenaire ou un adversaire en élaborant et mettant en œuvre un projet tactique.</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• 3 <i>randori</i> de 3 minutes , récupération de 6 à 10 minutes entre deux <i>randori</i>.</li> <li>• Un élève arbitre est chargé de faire respecter les règles de sécurité et d'annoncer les avantages marqués ( debout et au sol )</li> <li>• Ethique et rituel définis</li> <li>• Le <i>ippon</i> n'arrête pas le combat</li> </ul>									
Points à affecter	Eléments à évaluer	NIVEAU 1 EN COURS D'ACQUISITION			DEGRÉ D'ACQUISITION DU NIVEAU 1			DEGRÉ D'ACQUISITION DU NIVEAU 2			
8 pts	<b>Système d'attaque et de défense ( debout et sol ) :</b> - Saisie et attitude - Déséquilibre , déplacement, placement - Comportement défensif	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Action réflexe</li> <li>• Distance de garde éloignée au maximum</li> <li>• Défense bras tendus</li> </ul> <p>0 → 3</p>			<ul style="list-style-type: none"> <li>• attaque directe : une direction</li> <li>• tentative de rapprochement du partenaire : <ul style="list-style-type: none"> <li>○ debout : par un déplacement du pied d'appui</li> <li>○ sol : vers un contact du haut du corps</li> </ul> </li> <li>• comportement défensif par un blocage : baisse du centre de gravité</li> </ul> <p>4 → 6</p>			<ul style="list-style-type: none"> <li>• attaque directe : deux directions différentes</li> <li>• contact du haut du corps par un déséquilibre</li> <li>• comportement défensif par un contre.</li> </ul> <p>7 → 8</p>			
4 pts	<b>Gestion du rapport de force</b> <b>Efficacité</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• peur du combat, de la chute</li> <li>• reste sur le pôle de la coopération</li> </ul> <p>0 → 1</p>			<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>randori</i> avec partenaire</li> <li>• équilibre relatif entre avantages marqués / subis</li> </ul> <p>2 → 3</p>			<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>randori</i> avec adversaires</li> <li>• supériorité des avantages marqués</li> </ul> <p>3.5 → 4</p>			
3 pts	<b>Gain des combats</b>	0 V 0 →	2 D / 1N	1 D / 2N	3 N → 1	1 V / 2 D 1,5 →	1 V / 1 N / 1D	1V / 2 N → 2	2 V / 1 D 2,5 →	2 V / 1 N → 3	3 V → 3
5 pts	<b>Arbitrage , éthique et rituel</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• maîtrise seulement un <i>signal</i> de début et fin de combat</li> <li>• refus de l'éthique : comportement atypique</li> </ul> <p>0 → 1</p>			<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>rituel</i> de début et fin de combat maîtrisé</li> <li>• intervient sur le déroulement du combat avec quelques approximations</li> </ul> <p>2 → 3</p>			<ul style="list-style-type: none"> <li>• utilise la terminologie</li> <li>• arrête le combat à bon escient pour raison de sécurité.</li> </ul> <p>4 → 5</p>			
<b>Total des points</b>											

Note : Critère gain des combat. V = victoire ; D = défaite ; N = match nul

**CAP-BEP Natation**

COMPETENCES ATTENDUES		PRINCIPES D'ELABORATION DE L'EPREUVE		
<p><b>Niveau 1</b> : Nager aussi longtemps et aussi vite en crawl que dans tout autre mode de nage.</p> <p><b>Niveau 2</b>: nager longtemps et vite sur un parcours imposant des changements de nage, ventrale, dorsale, alternée et simultanée</p>		<p>Epreuve chronométrée de 200 mètres nagés en adoptant trois modes de nage : ventral alterné, ventral simultané, dorsal.</p> <p>La nage crawlée, comme mode de nage ventrale alternée est valorisée, d'autant plus que l'élève y recourt dans la dernière partie du parcours</p> <p>Le nombre d'arrêts n'est pas limité</p> <p>L'élève annonce au préalable son projet de parcours</p>		
Points à affecter	Éléments à évaluer	NIVEAU 1 EN COURS D'ACQUISITION	DEGRÉ D'ACQUISITION DU NIVEAU 1	DEGRÉ D'ACQUISITION DU NIVEAU 2
		→		
6 pts	<b>Performances</b> métrique et chronométrique réalisées, indépendamment des modes de déplacement utilisés et du nombre d'arrêts.	1 pt si 100 m sont nagés 2 pts si 200m sont nagés 2,5 pts si les 200 m sont nagés en moins de 5.45 (G), 6.20 (F)	3 pts: moins de 5.15 (G), 5.50 (F) 3,5 pts: moins de 5.00 (G), 5.30 (F) 4 pts: moins de 4.45 (G), 5.15 (F)	4,5 pts: moins de 4.30 (G), 5.00 (F) 5 pts: moins de 4.15 (G), 4.45 (F) 5,5 pts: moins de 4.00 (G), 4.30 (F) 6 pts: moins de 3.50 (G), 4. 20 (F)
4 pts	<b>Variété des modes de nage</b>  <u>Ventral simultané</u> : déplacement en position allongée sur le ventre, par des actions de bras et de jambes simultanées <u>Ventral alterné</u> : déplacement en position allongée sur le ventre, par des actions de bras et de jambes alternées <u>Dorsal</u> : déplacement en position allongée sur le dos, par des actions de bras et de jambes	1 seul mode de nage est représenté sur au moins 25m : 1pt	2 pts si 2 modes de nage représentés chacun sur au moins 25m  3 pts si 3 modes de nage représentés chacun sur au moins 25m	1 pt supplémentaire si la totalité des 200m est nagée intégralement à partir de l'un ou plusieurs des trois modes de nage
5 pts	<b>Distance totale nagée en crawl</b> : 3 pts	25m : 0,5 pt	50m : 1pt 75m : 2 pts	100 m : 3 pts
	<b>Distance nagée en crawl en fin de parcours</b>		Dernier 25m : 1pt	Derniers 50m : 2pts
5 pts	<b>Degré de conformité</b> du parcours nagé au projet annoncé <b>Degré de pertinence</b> du parcours nagé aux possibilités et aux engagements de l'élève dans la préparation de l'épreuve	<b>1pt</b> Les modalités de nage annoncées correspondent à celles nagées :	<b>3 pts</b> Les modalités de nage annoncées pour chaque fraction de 25 m composant le parcours correspondent globalement au projet annoncé (2 modifications sont tolérées) :	<b>1 pt</b> supplémentaire si l'élève gère son effort en maintenant une allure globalement régulière sur le parcours <b>2 pts</b> si l'allure régulière est maintenue tout en recherchant une vitesse élevée conforme aux possibilités de l'élève.

**CAP BEP: ACROSPORT**

<b>COMPETENCES ATTENDUES</b>		<b>PRINCIPES D'ÉLABORATION DE L'ÉPREUVE</b>		
<p><b>Niveau 1</b> : Construire, réaliser collectivement et juger un spectacle gymnique, constitué de figures composées à partir de deux types de formations différentes, en articulant les dimensions acrobatiques et esthétiques dans le respect du code de référence.</p> <p><b>Niveau 2</b>: Concevoir, construire, réaliser collectivement et juger un spectacle gymnique, constitué de figures composées à partir de deux types de formations différentes et avec un support rythmique approprié, qui articule les dimensions acrobatiques et esthétiques dans le respect du code de référence.</p>		<p>Un projet d'enchaînement collectif présenté sur une fiche type qui comporte son scénario (figurines, texte et niveau des difficultés) et une fiche d'évaluation individuelle.</p> <p>Des exigences clairement définies : pour chaque élève et par équipe de 4 à 6 ; une pose de départ à partir de l'espace scénique ; une double ou triple pyramide duo en miroir ; deux ou trois pyramides duos et/ou trios et/ou quatuor ; une pyramide libre ; deux liaisons gymniques différentes à partir des éléments de base : sauts, renversements, roulades, postures ; une pose de fin.</p> <p>Une chute dans les pyramides est sanctionnée d'1 point en moins sur la note d'exécution pour chaque élève du groupe.</p> <p>Les rôles de porteur et de voltigeur doivent être expérimentés par chaque élève à un moment de la prestation.</p> <p>Contraintes d'espace et de temps : durée entre 1'30 et 2'30.</p> <p>Support rythmique : facultatif pour le niveau A, obligatoire pour le niveau 2.</p> <p>Un passage devant un public et une appréciation portée par des juges.</p> <p>Selon le nombre de candidats deux essais peuvent être accordés, séparés de 20mn. Seul le meilleur compte.</p> <p>Référence au code UNSS.</p>		
<b>Points à affecter</b>	<b>Éléments à évaluer</b>	<b>NIVEAU 1 EN COURSD'ACQUISITION</b>	<b>DEGRÉ D'ACQUISITION DU NIVEAU 1</b>	<b>DEGRÉ D'ACQUISITION DU NIVEAU 2</b>
6 pts	<b>Difficultés</b> Pyramides et liaisons gymniques	Difficultés A en majorité voire une B. Utilisation de deux éléments gymniques de base différents pour réaliser les liaisons.	Difficultés B en majorité voire une C. Utilisation de trois éléments gymniques de base différents pour réaliser les liaisons.	Difficultés B et C voire une D. Utilisation de quatre éléments gymniques de base différents pour réaliser les liaisons.
8 pts	<b>Exécution</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <u>Précipité</u> et peu équilibré.</li> <li>- Placement incorrect, pyramide réalisée en force</li> <li>- Non tenue 3s. sans bouger</li> <li>• Critères du code non respectés, éléments dissociés</li> <li>• - Manque une ou plusieurs exigences</li> <li>- Partiellement exploité (- des 2/3)</li> <li>- Déplacements marchés et anarchiques/Temps morts</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• -Mouvements parfois hésitants, réception lourde au sol</li> <li>- Placement du dos mais pas de certains segments (bras, jambes mi-fléchis)</li> <li>- Tenue 3s. sans bouger mais quelques tremblements persistent</li> <li>• Critères du code respectés mais temps mort dans les liaisons</li> <li>• - Toutes les exigences sont respectées</li> <li>- Exploité (au moins 2/3)</li> <li>- Déplacements type gymnique/Des ruptures de rythme encore présentes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• -Mouvements, conduits et contrôlés, synchronisation des partenaires</li> <li>- Tous les alignements segmentaires sont respectés</li> <li>- Pyramides posées et tenues 3s. sans bouger et sans tremblements</li> <li>• Critères du code respectés sans rupture de rythme dans les liaisons</li> <li>• - Toutes les exigences sont respectées</li> <li>- Exploité dans son ensemble</li> <li>- Synchronisation avec le support musical, déplacements variés et en rythme</li> </ul>
3 pts	<b>Construction de la prestation</b>	Manque une ou plusieurs exigences dans le scénario.	Toutes les exigences sont présentes et répertoriées clairement.	Projet clair, précis et conçu en adéquation avec les ressources des élèves.
3 pts	<b>Rôle de juge</b>	Repère les exigences présentées. Difficulté à rester concentré et silencieux.	Repère les principales fautes de tenue et de déséquilibre. Respecte la prestation des autres.	Repère en plus les fautes d'alignement et les justifie.

COMMENTAIRES : Pour attribuer une note de difficulté à la pyramide libre (A,B,C ou D) on tiendra compte de la présence et de la combinaison des critères suivants : le nombre, la surface et la nature des appuis (dorsal, pédestre, manuel) des porteurs et voltigeurs ; la nature des positions prises par chacun des partenaires (assis, à genoux, debout, renversé, etc.).

Pour précision, nous appelons figures : toutes "les pyramides" d'acroport ; éléments : les éléments individuels de gym ; liaisons : les liens chorégraphiques entre les figures et les éléments.

**CAP – BEP RUGBY**

COMPETENCES ATTENDUES		PRINCIPES D'ÉLABORATION DE L'ÉPREUVE					
<p><b>Niveau 1</b> : Rechercher le gain d'une rencontre en utilisant prioritairement l'espace de jeu pour créer et utiliser le déséquilibre en perforant et/ou contournant la défense qui cherche à maîtriser les changements de tâches imposés par les changements de statut (défenseur, attaquant). Intégrer de façon rigoureuse les règles liées au contact corporel et aux différentes modalités de blocage et placage.</p> <p><b>Niveau 2</b> : rechercher le gain d'une rencontre par la mise en place d'une organisation collective qui privilégie l'enchaînement d'actions par relais, avec ou sans regroupements et « déblayages », pour surpasser une défense collective en ligne qui veut reconquérir le ballon. Etre capable de recueillir des informations pour élaborer un projet collectif.</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Match à 7 contre 7 sur un terrain de 50m sur 40m, opposant des équipes dont le rapport de force est équilibré</li> <li>• Chaque équipe réalise au moins 2 rencontres (comportant 2 mi-temps) de 10 minutes minimum</li> <li>• Les règles essentielles sont celles du rugby à 7 (mêlées et touches remplacées par un coup franc joué à la main, toutes les pénalités jouées à la main...)</li> </ul> <p>Remarque : Dans des situations de forte hétérogénéité (mixité ou de niveau), ne permettant pas au candidat d'exprimer tout son potentiel, une variation de plus ou moins un point permet de distinguer la contribution du candidat dans certains rôles ou de compenser une situation qui lui serait défavorable.</p>					
Pts à affecter	Eléments à évaluer	Niveau 1 en cours d'acquisition		Degré d'acquisition du Niveau 1		Degré d'acquisition du Niveau 2	
6 pts	<b>Efficacité collective</b>  <b>Organisation collective</b>  Sur 4 points	La balle progresse par le porteur de balle	La balle progresse vers l'avant par l'action de partenaires (au moins à 2)	La balle progresse par une organisation collective repérable	La défense s'organise autour d'une consigne collective.	Réorganisation possible entre deux mi-temps	Le temps de conservation de la balle augmente Les actions sont en continuité
		L'équipe perd la balle rapidement Jeu discontinu Défense perméable Actions individuelles prédominant	La balle franchit la ligne d'avantage <b>Alternance de jeu groupé et jeu déployé</b> <b>La défense empêche la progression de la balle</b> <b>Les rôles s'organisent en fonction du statut porteur / non porteur</b>	La défense récupère des balles <b>Organisation à 2 ou 3 (jeu à 2 contre 1)</b> <b>Répartition des joueurs sur le terrain en fonction des ressources et des rôles à tenir (positions clés)</b>			
	<b>Gain des rencontres</b> 2 points	0,5 pts	1,5 pts	2 pts	3 pts	3,5 pts	4 pts
		<b>0 point en fonction du nombre de matchs joués et donc gagnés ou perdus (+ éventuellement les points marqués/points encaissés)</b>				<b>2 pts</b>	
6 pts	<b>Efficacité du joueur attaquant</b>  <b>Porteur de balle</b>  <b>Non porteur de balle</b>	Perd la balle ou s'en débarrasse Prend en compte ses partenaires seulement quand il est bloqué Ne libère pas sa balle au sol Passe de manière non adaptée (dans les pieds) Jeu au pied explosif	Ne perd pas la balle <b>Passe et reçoit la balle à l'arrêt</b> Avance jusqu'au contact ou contourne la ligne défensive Libère la balle quand il est au sol Assure la conservation du ballon par des passes courtes et précises en arrière ou sur le côté Joue au pied pour éviter la pression défensive	Accélère le jeu -Crée le danger Passe et reçoit la balle en mouvement Perçoit les intervalles, peut être perforateur si la ligne de défense est perméable Utilise le jeu au pied pour jouer dans les espaces libres Touche beaucoup de ballons	<b>Enchaîne démarquage, remplacement</b> Organise ses déplacements en fonction du trajet du porteur de balle Enchaîne les rôles dans la phase offensive		
		<b>Statique ou hors jeu</b>	<b>Disponible par rapport au partenaire</b> Aide le porteur stoppé ou attend à proximité la passe Se place en arrière du porteur dans l'avancée de la balle A distance de passe	<b>Gène et ralentit</b> Intercepte Bloque le porteur, souvent frontalement, avec amenée au sol			
3 pts	<b>Efficacité du joueur défenseur</b>	<b>Passif ou explosif</b> Défend seulement sur le ballon Beaucoup de fautes et de violations A contre sens du jeu	<b>Gène et ralentit</b> Ferme l'accès à l'en-but Attend en barrage ou poursuit le porteur de balle Gène le porteur en bloquant, ceinturant ou				

			plaquant	S'oppose à plusieurs à l'avancée adverse
<b>5 pts</b>	<b>Engagement du joueur</b> En référence aux compétences de la composante méthodologique prioritairement sollicitées : CM1 : s'engager lucidement et CM4 : Se confronter aux règles de vie collectives	<b>Joueur non engagé</b> Respecte l'intégrité physique* des autres joueurs mais : - conteste le règlement - attribue systématiquement les erreurs aux autres - a peur de plaquer, peur d'être plaqué * Si mise en danger de l'intégrité physique = 0pt	<b>Joueur lucide</b> Intègre les règles liées au contact corporel Accepte les décisions de l'arbitre Maîtrise ses réactions émotionnelles Maîtrise son engagement physique Prend en compte les capacités physiques et techniques de ses partenaires	<b>Joueur «engagé»</b> Respecte l'organisation collective déterminée à l'avance S'engage avec combativité mais loyalement Peut utiliser des données recueillies sur le jeu pour réorganiser la stratégie mise en place Capable de tenir certains rôles spécifiques (arbitre, capitaine, coach ...)

COMPETENCES ATTENDUES		CAP – BEP FOOT BALL - PRINCIPES D'ÉLABORATION DE L'ÉPREUVE			
<p><b>Niveau 1</b> : Rechercher le gain d'une rencontre en utilisant prioritairement l'espace et la vitesse de progression de la balle face à une défense qui cherche à la récupérer par interception le plus rapidement possible, dans le respect de l'autre et des règles</p> <p><b>Niveau 2</b> : rechercher le gain d'une rencontre par la mise en place d'une attaque fondée sur l'occupation permanente de l'espace de jeu (écartement et étagement) face à une défense organisée pour récupérer la balle et défendre la cible. Etre capable de recueillir des informations pour élaborer un projet collectif.</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Match à 6 contre 6 (5 joueurs de champ et un gardien) sur un terrain de football à 7, opposant des équipes dont le rapport de force est équilibré</li> <li>Chaque équipe réalise au moins 2 rencontres (comportant 2 mi-temps) de 10 minutes minimum</li> <li>Les règles essentielles sont celles du football à 7. L'engagement est réalisé par le gardien depuis sa surface. Les remises en jeu s'effectuent au pied</li> </ul> <p>Remarque : Dans des situations de forte hétérogénéité (mixité ou de niveau), ne permettant pas au candidat d'exprimer tout son potentiel, une variation de plus ou moins un point permet de distinguer la contribution du candidat dans certains rôles ou de compenser une situation qui lui serait défavorable</p>			
Pts à affecter	Éléments à évaluer	Niveau 1 en cours d'acquisition		DEGRE D'ACQUISITION de Niveau 1	DEGRE D'ACQUISITION de Niveau 2
6 pts	<p><b>Efficacité collective</b></p> <p><b>Organisation collective</b></p> <p>Sur 4 points</p>	<p>La balle progresse par le porteur de balle</p> <p>L'équipe perd la balle rapidement</p> <p>Jeu discontinu</p> <p>Défense perméable</p> <p>Actions individuelles prédominent</p>	<p>La balle progresse vers l'avant par l'action de partenaires (au moins à 2)</p> <p><b>Les balles arrivent dans l'espace de marque</b></p> <p><b>Des temps d'arrêts caractérisent encore la progression de la balle</b></p> <p><b>La défense gêne la progression de la balle</b></p> <p>Les rôles s'organisent en fonction du statut porteur / non porteur</p> <p>Occupation de l'espace de jeu en largeur et profondeur</p>	<p>La balle progresse par une organisation collective repérable</p> <p>La défense s'organise autour d'une consigne collective.</p> <p>Réorganisation possible entre deux mi-temps</p> <p>L'équipe trouve des positions favorables de tir.</p> <p><b>Les actions sont en continuité (organisation à 2 ou 3)</b></p> <p><b>La défense récupère des balles</b></p> <p><b>Répartition des joueurs sur le terrain en fonction des ressources et des rôles à tenir (positions clés)</b></p>	
		0,5 pts	1,5 pts	2 pts	3 pts
	<p><b>Gain des rencontres</b></p> <p>Sur 2 points</p>	<p><b>0 point</b></p> <p><b>en fonction du nombre de matchs joués et donc gagnés ou perdus (+ éventuellement les buts encaissés/ buts marqués)</b></p> <p><b>2 pts</b></p>			
6 pts	<p><b>Efficacité du joueur attaquant</b></p> <p><b>Porteur de balle</b></p> <p><b>Non porteur de balle</b></p>	<p>Perd la balle</p> <p>Réagit seulement quand il est bloqué</p> <p>Passe de manière non adaptée</p> <p>Tire sans prendre en compte les adversaires</p>	<p>Ne perd pas la balle</p> <p><b>Prend des informations quand il a la balle</b></p> <p>Progresse si l'espace est dégagé</p> <p>Conduit sa balle en présence d'un défenseur poursuiveur</p> <p>Passes et tirs réalistes : distance de passe, distance de tir...</p>	<p>Accélère le jeu -Crée le danger</p> <p>Passe et reçoit la balle en mouvement</p> <p>Dribble un adversaire direct</p> <p>Utilise une situation favorable de tir, met en danger le gardien</p> <p>Touche beaucoup de ballons</p>	
		<p><b>Statique</b></p> <p>S'oriente par rapport au porteur et non par rapport à la cible</p>	<p><b>Disponible par rapport au partenaire</b></p> <p>Se place en avant du porteur avec une orientation partagée porteur de balle/cible</p> <p>Est à distance de passe</p> <p>S'écarte de l'alignement porteur/ défenseur</p>	<p><b>Enchaîne démarquage, remplacement</b></p> <p>Se rend disponible pour aider le porteur en appui , en soutien</p> <p>utilise les couloirs latéraux</p>	
3 pts	<p><b>Efficacité du joueur défenseur</b></p>	<p><b>Passif ou explosif</b></p> <p>Défend seulement sur le ballon</p> <p>Beaucoup de fautes et de violations</p> <p>A contre sens du jeu</p>	<p><b>Gêne et ralentit</b></p> <p>Ferme l'accès au but</p> <p>Gêne le porteur en se plaçant entre la cible et le porteur</p>	<p><b>Gêne et récupère</b></p> <p>Intercepte</p> <p>Presse le porteur, dissuade le non porteur</p> <p>Articule ses actions avec ses partenaires</p>	
5 pts	<p><b>Engagement du joueur</b></p> <p>En référence aux compétences de la composante méthodologique prioritairement sollicitées :</p> <p>CM1 : s'engager lucidement et</p> <p>CM4 : Se confronter aux règles de vie collectives</p>	<p><b>Joueur non engagé</b></p> <p>Respecte l'intégrité physique* des autres joueurs mais :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- conteste le règlement</li> <li>- attribue systématiquement les erreurs aux autres</li> </ul> <p>* Si mise en danger de l'intégrité physique = 0pt</p>	<p><b>Joueur lucide</b></p> <p>Intègre les règles liées au contact corporel</p> <p>Accepte les décisions de l'arbitre</p> <p>Maîtrise ses réactions émotionnelles</p> <p>Maîtrise son engagement physique</p> <p>Prend en compte les capacités physiques et techniques de ses partenaires</p>	<p><b>Joueur «engagé»</b></p> <p>Respecte l'organisation collective déterminée à l'avance</p> <p>S'engage avec combativité mais loyalement</p> <p>Peut utiliser des données recueillies sur le jeu pour réorganiser la stratégie mise en place</p>	

COMPETENCES ATTENDUES		CAP-BEP VOLLEY BALL - PRINCIPES D'ÉLABORATION DE L'ÉPREUVE				
<p><b>Niveau 1</b> : Rechercher le gain d'une rencontre par la mise en place d'une attaque qui atteint régulièrement, précisément et volontairement toutes les zones de la cible. La défense s'organise autour de la réception pour faire progresser la balle. Les élèves construisent collectivement des règles propres au fonctionnement de l'équipe.</p> <p><b>Niveau 2</b> : Rechercher le gain d'une rencontre par la mise en place d'une organisation collective : l'équipe attaque la cible à partir du service avec des vitesses et des axes différents et enrichie les alternatives d'attaque en utilisant au maximum l'espace de jeu effectif offensif. Etre capable de recueillir des informations pour élaborer un projet collectif.</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Match à 4 contre 4, sur un terrain de 14m sur 7m, se déroulant en un set de 15 points joués au point décisif</li> <li>• Le rapport de force est équilibré</li> <li>• Chaque équipe dispute au moins deux rencontres</li> <li>• 1 temps mort par équipe est disponible</li> </ul> <p>Remarque : Dans des situations de forte hétérogénéité (mixité ou de niveau), ne permettant pas au candidat d'exprimer tout son potentiel, une variation de plus ou moins un point permet de distinguer la contribution du candidat dans certains rôles ou de compenser une situation qui lui serait défavorable.</p> <p>On peut proposer une situation moins complexe aux plus faibles afin qu'ils puissent s'exprimer et révéler la compétence attendue : 2 contre 2, sur un terrain de 4,5 m / 12m, en un set de 15 points . Dans ce cas, la note attribuée pour l'efficacité individuelle et collective ne peut dépasser 8 points sur 15.</p>				
Points à affecter	Éléments à évaluer	Niveau 1 en cours d'acquisition	Degré d'acquisition du Niveau 1	Degré d'acquisition du Niveau 2		
6 pts	<b>Efficacité collective</b>  <b>Organisation collective</b> / sur 4 points	Jeu de sauvegarde de son terrain	Assure la conservation du ballon pour viser la zone arrière du terrain adverse	L'organisation collective permet une attaque plus diversifiée de la cible		
		Beaucoup de balles non touchées ou renvois explosifs Renvoi direct qui ne met pas en difficulté l'adversaire	<b>La cible est définie</b> Utilise un joueur relais dans la zone avant Code de communication autour de la réception de la balle	<b>Intention de viser des espaces libres</b> <b>L'organisation collective permet l'occupation de l'espace de jeu</b>		
	0,5	1,5 pts	2pts	3pts	3,5pts	4pts
	<b>Gain des rencontres</b> / 2 points	<b>0 point en fonction du nombre d'équipes et donc du nombre de matches gagnés et perdus (et éventuellement les points encaissés / points marqués)</b>				2 points
9 pts	<b>Efficacité du joueur</b>  <b>Porteur de balle</b>	Perd la balle  Frappes en réaction souvent explosives Intervient sur la balle tardivement Evite le ballon Crée des trajectoires qui mettent en difficulté ses partenaires La mise en jeu est aléatoire	Donne du temps à son partenaire et provoque le non renvoi Utilise manchette / passe haute à bon escient Sur balles faciles, renvoie vers le haut et vers l'avant Gère l'alternative jouer seul / jouer avec un partenaire en fonction de sa distance et son orientation par rapport au filet En attaque : Frappes intentionnelles Pousse la balle au fond du terrain adverse depuis sa zone avant La mise en jeu est assurée	Provoque la rupture En réception, intervient dans sa zone proche sur des balles accélérées (va au contact de la balle) Le passeur/ relayeur cherche à faciliter l'action de l'attaquant (mise en situation favorable grâce à des trajectoires en cloche )  En attaque : L'attaquant est capable d'alterner balle accélérée, balle frappée et balle placée Le service est placé		
	<b>Non porteur de balle</b>	<b>Statique et/ ou en retard</b> Non concentré	<b>Se prépare</b> pour aider ou relayer : Attitude pré-active S'oriente vers le porteur de balle	<b>Se place et se déplace</b> dans son secteur d'intervention pour permettre : - Soit le relais vers l'avant : à distance de passe et appuis orientés en direction du porteur et de la cible. - Soit l'attaque : à distance de passe, face au filet, suffisamment reculé pour prendre un élan		
5 pts	<b>Engagement du joueur</b>  En référence aux compétences de la composante méthodologique prioritairement sollicitées : CM1 : s'engager lucidement et CM4 : Se confronter aux règles de vie collective	<b>Joueur non engagé</b> Respecte l'intégrité physique des autres joueurs mais : Attribue systématiquement les erreurs aux autres Conteste le règlement Passif. Non concentré ou pas prêt (regard placements appuis,) lors de la mise en jeu	<b>Joueur lucide</b> Prend en compte les capacités physiques et techniques de ses partenaires A intégré les règles essentielles : rotation au service, faute au filet. Attitude pré-active ou concentrée dès la mise en jeu	<b>Joueur « engagé »</b> Respect de l'organisation collective déterminée à l'avance au sein de l'équipe Utilise des informations sur une séquence de jeu pour se réorganiser Capable de tenir certains rôles spécifiques (arbitre, capitaine, coach )		

**CAP-BEP : MUSCULATION**

<b>COMPETENCES ATTENDUES</b>		<b>PRINCIPES D'ÉLABORATION DE L'ÉPREUVE</b>		
<p><b>Niveau 1</b> : Mobiliser divers segments corporels soumis à une charge personnalisée (référée à un rapport masse/répétition) pour produire des effets attendus en préservant l'intégrité physique.</p> <p><b>Niveau 2</b> Produire sur soi une charge physiologique en relation avec les effets recherchés différés (à court terme) par l'intermédiaire de mobilisations répétitives de masses dont les paramètres sont précisément prévus et respectés.</p>		<p>Le candidat doit présenter, conduire et analyser la séance d'entraînement soumise à évaluation.</p> <p>L'épreuve se compose de deux prestations :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- la présentation d'un projet de séance de musculation que le candidat conçoit pour lui, afin de se soumettre « à une charge personnalisée »</li> <li>- la réalisation de cette séance.</li> </ul> <p>Le projet personnel de musculation portera sur 4 exercices sollicitant 4 groupes musculaires ( 3 groupes sont choisis par l'élève et 1 concerne obligatoirement le groupe musculaire des abdominaux).</p>		
<b>Points à affecter</b>	<b>Éléments à évaluer</b>	<b>NIVEAU 1 EN COURS D'ACQUISITION</b>	<b>DEGRÉ D'ACQUISITION DU NIVEAU 1</b>	<b>DEGRÉ D'ACQUISITION DU NIVEAU 2</b>
<b>4 pts</b>	<p><b>Concevoir la séance :</b> Observation de la réalisation en comparaison des éléments prévus.(Prévu/ réalisé )</p> <p>Justifier le choix des groupes musculaires sollicités à partir d'un motif personnel</p>	<p><b>De 0 à 1 pt</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>. Absence ou insuffisance dans le relevé du « prévu » et « du réalisé »</li> <li>. Des aberrations dans la construction de la séance</li> <li>. Pas de justification ou justification des groupes musculaires par des manques (« ni...ni... »)</li> </ul>	<p><b>De 2 à 3 pts</b></p> <p>Le relevé des variables est lisible et complet Construction de la séance en cohérence avec l'activité et s'appuyant explicitement sur des motifs personnels Justifications du choix des groupes musculaires</p>	<p><b>3,5 ou 4 pts</b></p> <p>Le relevé des variables est lisible et complet <b>avec :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>. Justifications et construction s'appuyant - sur des connaissances de l'entraînement</li> <li>- sur les choix des groupes musculaires (projet personnel)</li> </ul>
<b>13 pts</b>	<p><b>Réaliser</b> la séance pour obtenir les effets attendus.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Les trajets</li> <li>- Les charges soulevées.</li> </ul> <p>- Les postures sécuritaires</p>	<p><b>De 0 à 2,5 pts</b></p> <p>Dégradation importante du mouvement au cours de la série avec compensation rapide d'autres groupes musculaires</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>. Trajets quelquefois répétés</li> <li>. Respiration non intégrée</li> <li>. Charges inadaptées</li> </ul> <p><b>0 ou 2 pt</b></p> <p>Ne parvient pas à maîtriser les postures de sécurité dans l'effort</p>	<p><b>De 3,5 à 7 pts</b></p> <p>Trajets corrects avec compensation en fin de mouvement, en fin de série</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>. Respiration intégrée partiellement ou inversée</li> <li>. Charges parfois trop faibles</li> </ul> <p><b>2,5 ou 3 pts</b></p> <p>Réalise les mobilisations segmentaires en toute sécurité, en autonomie,</p>	<p><b>De 7,5 à 9 pts</b></p> <p>Début/ fin du mouvement corrects</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>. Peu de déformation du corps pour compenser lors des dernières répétitions</li> <li>. Respiration efficace et progressivement intégrée à tous les exercices</li> <li>. Charges suffisantes</li> </ul> <p><b>3,5 ou 4 pts</b></p> <p>Assure sa sécurité et celle des autres au niveau de la manipulation des charges et de l'espace d'intervention</p>
<b>3 pts</b>	<b>Analyser et réguler</b>	<p><b>0 ou 1 pt</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bilan absent ou sommaire, régulation non-envisagée.</li> </ul>	<p><b>2 pts</b></p> <p>Bilan et Régulation sans justification précise</p>	<p><b>3 pts</b></p> <p>Bilan et régulation à partir du ressenti <b>ou</b> de connaissances sur l'entraînement</p>

COMPETENCES ATTENDUES		PRINCIPES D'ÉLABORATION DE L'ÉPREUVE							
<p><b>Niveau 1</b> : acquérir les principes d'affrontement en préservant son intégrité physique par alternance de phases de coopération et d'affrontement et par l'apprentissage de techniques spécifiques.</p> <p><b>Niveau 2</b> : construire les éléments de base d'un système d'attaque et de défense afin d'élaborer et de mettre en œuvre un projet personnel</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• surface de 3 mètres sur 3 mètres</li> <li>• assaut non mixte</li> <li>• rapport de force équilibré</li> <li>• assaut : contrôle de la puissance des touches, conformément aux règlements UNSS</li> <li>• arbitrage des assauts par les élèves</li> </ul>							
		<p><b>Niveau 1</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 2 duos différents de 1mn 30 chacun</li> <li>• 2 assauts à thèmes de 2 reprises d'une durée de 1mn 30 avec 1 mn de récupération entre chaque reprise</li> </ul>		<p><b>Niveau 2</b></p> <p>3 assauts libres de 2 reprises d'une durée de 1mn 30 de récupération entre chaque reprise et 10 mn de récupération entre chaque assaut</p>					
Points à affecter	ELEMENTS A EVALUER	NIVEAU 1 EN COURS D'ACQUISITION		DEGRÉ D'ACQUISITION DU NIVEAU 1		DEGRÉ D'ACQUISITION DU NIVEAU 2			
8 pts	<p><b>Système d'attaque et de défense:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- qualité des déplacements</li> <li>- trajectoires des touches</li> <li>- qualité et variété des enchaînements</li> <li>- distance de garde</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• action réflexe</li> <li>• trajectoires imprécises</li> <li>• garde éloignée ou s'expose aux touches sans protection</li> <li>• frappe puissante et non armée</li> </ul>	3	<ul style="list-style-type: none"> <li>• pertinence du coup / distance de garde : <ul style="list-style-type: none"> <li>- touche intentionnelle trop puissante</li> <li>- succession de touches simples des 2 tireurs</li> </ul> </li> <li>• protection par parades</li> </ul>	4	<ul style="list-style-type: none"> <li>• pertinence du coup / distance de garde : <ul style="list-style-type: none"> <li>- trajectoires et touches précises</li> <li>- distance de garde adaptée à l'adversaire</li> </ul> </li> <li>• enchaînement : poing / poing ; pied / pied ; pied / poing</li> </ul>	7	8	
4 pts	<p><b>Gestion de l'effort</b></p> <p><b>Efficacité</b></p> <p><b>Rapport d'opposition</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• refus d'assaut</li> <li>• duo : coopération technique uniquement</li> </ul>	0	<ul style="list-style-type: none"> <li>• touche autant que l'adversaire</li> <li>• localisation basse et médiane des touches</li> </ul>	2	<ul style="list-style-type: none"> <li>• touche plus que l'adversaire</li> <li>• localisation basse, médiane et haute des touches</li> </ul>	3	4	
			1	Projet personnel d'engagement dans le rapport d'opposition					
3 pts	<b>Gain de l'assaut</b>	0 victoire		1 victoire	2 victoires	3 victoires			
5 pts	<b>Arbitrage, éthique et rituel</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• signal de début et fin d'assaut</li> <li>• refus de l'éthique : comportement atypique</li> </ul>	0	<ul style="list-style-type: none"> <li>• rituel de début et de fin d'assaut</li> <li>• intervient sur le déroulement de l'assaut et cote les actions en retard</li> </ul>	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>• utilise la terminologie</li> <li>• arrête l'assaut pour raisons de sécurité</li> </ul>	3	4	5
<b>Total des points</b>									