



### Principes de l'évaluation:

- L'AFL 1 s'évalue le jour du CCF.
- L'AFL 2 et L'AFL 3 s'évaluent durant le cycle et éventuellement le jour de l'épreuve.

### Barème et notation:

- L'AFL 1 est notée sur 12 points.
- Les AFL 2 et 3 sont notées sur 8 points. La répartition des 8 points est au choix des élèves.  
3 choix possibles:
  - AFL 2 = 4 pts/ AFL3= 4pts
  - AFL 2 = 6 pts/ AFL3= 2pts
  - AFL 2 = 2 pts/ AFL3= 6pts

### Repères de l'évaluation de l'AFL1: "

**Situation d'évaluation : L'épreuve** : 3x50m chronométrés avec 10 minutes de récupération active dans l'eau entre chaque parcours.

A l'arrivée de chacun des 2 premiers 50m, l'élève annonce le temps qu'il estime avoir réalisé.

1<sup>er</sup> 50m = 2 nages choisies entre le crawl, la brasse, le dos, le papillon

2<sup>eme</sup> 50m = 2 nages dont au moins une différente des 2 premières nagées

3<sup>eme</sup> 50m = Nage crawl

**A l'arrivée** de chacun des deux premiers 50m, le candidat annonce le temps qu'il estime avoir réalisé.

Le recours à tout matériel individuel ou collectif susceptible de lui apporter une aide est interdit.

Pour les trois 50m, la prestation est considérée comme réglementaire si les nages choisies sont effectuées comme suit, par fraction de 25m :

**Crawl** : action alternée et retour aérien des bras vers l'avant, action alternée des jambes de type « battements ».

**Brasse** : action simultanée et retour aquatique des bras vers l'avant, action simultanée des jambes de type « ciseaux ».

**Dos** : action des bras et des jambes en position dorsale.

**Papillon** : action simultanée et retour aérien des bras vers l'avant, action simultanée des jambes « battements dauphin ».

### Éléments à évaluer :

- ✓ Moyenne des 3 50m multinages chronométrés / 12 pts  
(Une pénalité de 1 point par 25m nagé de façon non réglementaire)
- ✓ Efficacité technique sur le 50 m crawl

Éléments à évaluer	Degré 4					Degré 3					Degré 2					Degré 1								
<b>AFL1: -Performance (6 points )</b>	<b>Moyenne des 3 x 50m multinages</b>																							
<b>BAREME FILLES</b>	43	44	45	46	47	49	51	53	55	57	59	1'01	1,05	1'10	1'15	1'20	1'25	1'30	1'35	1'40				
Une pénalité de 1 point par 25m nagé de façon non réglementaire																								
<b>BAREME GARCONS</b>	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	48	50	55	1'00	1'05	1'10	1'15	1'20	1'25	1'30				
<b>NOTES</b>	12	11,5	11	10,5	10	9,5	9	8,5	8	7,5	7	6,5	6	5,5	5	4,5	4	3,5	3	2,5	2	1,5	1	0,5
<b>-L'efficacité technique (6 points )</b>	Une vitesse maximale, alliant efficacité propulsive lors des phases nagées comme non nagées (plongeon, virage, coulées)					Une vitesse utile et contrôlée qui témoigne d'une bonne gestion du rapport amplitude/fréquence					Une vitesse moyenne qui s'explique par une orientation des surfaces propulsives pas toujours efficace					Un manque de vitesse, dû à des appuis fuyants et/ou un manque d'horizontalité								
	<b>Le nombre de coups de bras sur 50m crawl</b>	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	42	44	46	48	50	52	54	56	58+			

Exemple 1 : garçon performance : Moyenne 50 s sur les 3x50 m et 37 coups de bras sur le dernier 50m note AFL1 = 6 sur 12

Exemple 2 : Fille performance : Moyenne 1'05 s sur les 3x 50 m et 46 coups de bras sur le dernier 50m note AFL1 = 4,5 sur 12

## Repères de l'évaluation de l'AFL2: "se préparer et s'entraîner, collectivement, pour conduire et maîtriser un affrontement collectif"

**Se préparer:** l'élève est évalué en cours de cycle dans le choix et la conduite d'un échauffement général et spécifique en lien avec le ou les thèmes de travail qui suivent.

**S'entraîner:** Suite à une "séance de bilans", proposer un projet ambitieux, compatible avec mes possibilités de travail:

- Elaborer ou reproduire un exercice vu en cours correspondant à mes besoins lors des séances de remédiation.
- Adapter mon travail en fonction de mes ressources et de mes objectifs.
- Être persévérant et régulier dans le travail.

En fonction du choix de répartition des points, le savoir se préparer et savoir s'entraîner seront évalués sur 1pt, 2pts ou 3pts chacun.

Eléments à évaluer	Degré 4	Degré 3	Degré 2	Degré 1
<b>AFL 2: se préparer collectivement</b>	Préparation progressive et complète, 3 nages, nager vite, plongeon/virage	Préparation progressive, 3 nages exploitées	Préparation incomplète ou inadaptée	Préparation insuffisante
<b>AFL2: s'entraîner</b>	<p><b>Entraînement optimisé :</b></p> <p><b>Investissement optimal :</b> je m'engage à fond à chaque séance et cherche à faire toujours mieux.</p> <p><b>Stratégie :</b> Choix et ordre de nages efficaces, réalisés en fonction de ses temps et de ses ressources (virage, plongeon...)</p> <p><b>Récupération :</b> optimale qui intègre une séquence préparatoire au futur 50m, avec du nager vite</p> <p><b>Nageur performeur</b></p> <p><b>Performances stables sur les 3 50 mètres ( avec 50 crawl plus rapide )</b></p> <p><b>Temps annoncés à 2 secondes du projet</b></p>	<p><b>Entraînement adapté :</b></p> <p><b>Investissement adapté :</b> je termine les séances, respecte le nombre de répétitions et les temps de récupération</p> <p><b>Stratégie :</b> Choix de nages cohérent et ordre réfléchi mais perfectible</p> <p><b>Récupération :</b> récupère en étant relâché et en variant les nages</p> <p><b>Nageur assidu</b></p> <p><b>Performances stables sur 2 50 mètres</b></p> <p><b>Temps annoncés à 4 secondes du projet</b></p>	<p><b>Entraînement partiellement adapté :</b></p> <p><b>Investissement irrégulier :</b> je ne fais pas toutes les longueurs demandées par exercices ou ne respecte pas les temps de récupération</p> <p><b>Stratégie :</b> Choix de nages adapté mais ordre non réfléchi : peu de prise en compte de ses ressources</p> <p><b>Récupération :</b> incomplète, 25m maxi</p> <p><b>Nageur économe</b></p> <p><b>Performances déséquilibrées sur les 3 50 mètres</b></p> <p><b>Temps annoncés à plus de 4 secondes du projet</b></p>	<p><b>Entraînement inadapté :</b></p> <p><b>Peu d'investissement :</b> je ne termine pas les séances.</p> <p><b>Stratégie :</b> Choix et ordre de nages incohérents : aucune prise en compte de ses ressources (points forts/points faibles)</p> <p><b>Récupération :</b> absente, reste accroché à la ligne d'eau</p> <p><b>Nageur attentiste</b></p> <p><b>Performances non réalisées ( abandon sur un 50 mètres )</b></p> <p><b>Temps annoncés incohérents</b></p>

**Repères de l'évaluation de l'AFL3: "choisir et assumer les rôles** qui permettent un fonctionnement collectif solidaire."

L'élève est évalué dans au moins deux rôles qu'il a choisis (Observateur, organisateur, coach et arbitre).  
En fonction du choix de répartition des points chaque rôle sera évalué sur 1pt, 2pts ou 3pts.

Eléments à évaluer	Degré 4	Degré 3	Degré 2	Degré 1
<p><b>AFL 3 : Observer et analyser</b> les points forts et points faibles pour choisir...</p> <p><i>(évalué au cours de la séquence et de l'évaluation finale : nombre de coups de bras sur 50m)</i></p>	<p><b>Rôles au service du collectif :</b></p> <p>Les informations sont prélevées et transmises.</p>	<p><b>Rôles préférentiels :</b></p> <p>Les informations sont prélevées mais partiellement transmises.</p>	<p><b>Rôles aléatoires :</b></p> <p>Les informations sont prélevées et transmises de façon aléatoires.</p>	<p><b>Rôles subis :</b></p> <p>Les informations sont erronées ou non relevées.</p>
<p><b>AFL 3 : Coacher...</b></p> <p><i>(évalué au cours de la séquence)</i></p>	<p><b>Rôles au service du collectif :</b></p> <p>L'élève assure le rôle choisi avec efficacité et aide les autres élèves dans la tenue de leur rôle Il est un partenaire ressource, il s'entraîne avec son binôme, le conseille, le corrige, tout en aiguillant également les autres nageurs de sa ligne.</p>	<p><b>Rôles préférentiels :</b></p> <p>L'élève assure le rôle choisi avec efficacité Il s'entraîne avec son partenaire, le conseille, voir même le corrige lorsqu'il constate une faute de nage/virage/coulées...</p>	<p><b>Rôles aléatoires :</b></p> <p>L'élève assure correctement le rôle qu'il a choisi, mais avec hésitations et quelques erreurs Il s'entraîne avec son binôme, lui explique si nécessaire l'exercice, sans toujours utiliser le vocabulaire adapté</p>	<p><b>Rôles subis :</b></p> <p>L'élève ne s'engage pas dans le rôle choisis. Il ne s'intéresse pas à son partenaire, ne l'attend pas, ne le corrige pas.</p>
<p><b>AFL 3 : Arbitrer...</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Starter</li> <li><input type="checkbox"/> Juge de nage</li> </ul> <p><i>(évalué au cours de la séquence)</i></p>	<p><b>Rôles au service du collectif :</b></p> <p>L'élève assure le rôle choisi avec efficacité et aide les autres élèves dans la tenue de leur rôle Connaît le règlement, l'applique, le fait respecter et aide les autres à jouer leurs rôles.</p>	<p><b>Rôles préférentiels :</b></p> <p>L'élève assure le rôle choisi avec efficacité Connaît le règlement, l'applique et le fait respecter dans son rôle.</p>	<p><b>Rôles aléatoires :</b></p> <p>L'élève assure correctement le rôle qu'il a choisi, mais avec hésitations et quelques erreurs Connaît le règlement et l'applique mais ne le fait pas respecter.</p>	<p><b>Rôles subis :</b></p> <p>L'élève ne s'engage pas dans le rôle choisi Connaît partiellement le règlement et l'applique mal.</p>

Points choisis AFL2 ou AFL3	Degré 4	Degré 3	Degré 2	Degré 1
2pts	2	1,5	1	0,5
4pts	4	3	2	1
6pts	6	4,5	2,5	1