

FICHE AIDE EVALUATION AFL2 et AFL 3

Attendus de fin de Lycée	- AFL 2 : Mettre en œuvre une stratégie d'entraînement prenant en compte ses ressources - AFL 3 : « Choisir et assumer les rôles qui permettent un fonctionnement collectif solidaire »
---------------------------------	--

Repères de progressivité	AFL 2				AFL 3							
	Se préparer		S'entraîner		Rôle de partenaire d'entraînement		Rôle d'observateur (évalué au cours de la séquence et de l'évaluation finale : nombre de coups de bras sur 50m)		Rôle de starter ou juge de nage/virage/plongeon			
DEGRE 1	Echauffement insuffisant: 2 Longueurs maxi sont nagées avec la même nage Stratégie :Choix et ordre de nages incohérents: aucune prise en compte de mes ressources (points forts/points faibles).		Peu d'investissement : je ne termine pas les séances. Récupération entre les courses ou séries absente. Reste accroché à la ligne d'eau		Je ne m'engage pas dans le rôle choisi. Je ne m'intéresse pas à mon partenaire, je ne l'attends pas, ne le corrige pas.		Les informations que je transmets sont erronées ou non relevées.		Je ne m'engage pas dans le rôle choisi. Je ne connais que partiellement le règlement et l'applique mal.			
DEGRE 2	Echauffement incomplet ou inadapté Stratégie : Mes choix de nages sont adaptés mais l'ordre non réfléchi : peu de prise en compte de mes ressources		Investissement irrégulier : je ne fais pas toutes les longueurs demandées par exercices ou ne respecte pas les temps de récupération . Récupération entre les courses ou series incomplète, 25m maxi		J'assume correctement le rôle choisi, avec cependant quelques hésitations et erreurs. Je m'entraîne avec mon binôme, lui explique si nécessaire l'exercice, sans toujours utiliser le vocabulaire adapté		Je prélève les informations mais les transmets de façon aléatoire		J'assume correctement le rôle choisi, mais avec hésitations et quelques erreurs . Je connais le règlement et l'applique mais je ne le fais pas respecter.			
DEGRE 3	Echauffement progressif, 3 nages exploitées. Stratégie : Mes choix de nages sont cohérents et l'ordre réfléchi mais perfectible.		Investissement adapté : je termine les séances, respecte le nombre de répétitions et les temps de récupération Je récupère en étant relâché et en variant les nages.		J'assume le rôle choisi avec efficacité Je m'entraîne avec mon partenaire, le conseille, voire même le corrige lorsque je constate une faute de nage/virage/coulées...		Les informations que je prélève sont partiellement transmises.		J'assume le rôle choisi avec efficacité. Je connais le règlement, l'applique et le fais respecter.			
DEGRE 4	Echauffement progressif et complet, 3 nages, nager vite, plongeon/virage. Stratégie : Mes choix et ordre de nages sont efficaces, réalisés en fonction de mes temps et de mes ressources (virage, plongeon...)		Investissement optimal : je m'engage à fond à chaque séance et cherche à faire toujours mieux. Récupération : optimale qui intègre une séquence préparatoire au futur 50m, avec du nager vite		J'assume le rôle choisi avec efficacité et aide les autres élèves dans la tenue de leur rôle Je suis un partenaire ressource, je m'entraîne avec mon binôme, le conseille, le corrige, tout en aiguillant également les autres nageurs de ma ligne.		Les informations sont prélevées et correctement transmises.		J'assume le rôle choisi avec efficacité. J'aide les autres élèves dans la tenue de leur rôle. Je connais le règlement, l'applique, le fais respecter.			
EVALUATION ELEVE	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4

