

Annexe 2

Référentiels nationaux de certification et d'évaluation de l'éducation physique et sportive, niveau 5

NATATION DE DISTANCE		PRINCIPES D'ÉLABORATION DE L'ÉPREUVE									
COMPÉTENCE ATTENDUE		<p>Le candidat nage, effectue un parcours continu chronométré de 800 mètres en crawl. Les temps sont relevés par le jury par tranche de 100 mètres.</p> <p>La prestation est considérée comme réglementaire si la nage est effectuée comme suit :</p> <ul style="list-style-type: none"> - action alternée et retour aérien des bras vers l'avant, action alternée des jambes de type « battements » ; - phases d'immersion du visage plus longues que les phases d'émersion. 									
<p>NIVEAU 5 Pour produire la meilleure performance, se préparer et nager longtemps en crawl, en s'économisant afin de pouvoir nager vite au terme de cet effort prolongé.</p>											
POINTS À AFFECTER	ÉLÉMENTS À ÉVALUER	Degrés d'acquisition du NIVEAU 5									
14/20	Temps réalisé sur l'intégralité du parcours	Note /14	Filles	Garçons	Note /14	Filles	Garçons	Note /14	Filles	Garçons	
		1	18'20	16'20	6	16'08	14'30	9.5	14'50	13'26	
		1.5	18'55	16'08	6.5	15'56	14'20	10	14'40	13'18	
		2	17'50	15'56	7	15'44	14'10	10.5	14'30	13'10	
		2.5	17'35	15'44	7.5	15'32	14'00	11	14'20	13'02	
		3	17'20	15'32	8	15'20	13'50	11.5	14'10	12'54	
		3.5	17'08	15'20	8.5	15'10	13'42	12	14'00	12'46	
		4	16'56	15'10	9	15'00	13'34				
		4.5	16'44	15'00							
		5	16'32	14'50							
		5.5	16'20	14'40							
Bonus de 1pt pour performance réalisée dans un bassin de 50 mètres (dans la limite de 12 pts pour le temps réalisé).											
	Temps réalisé sur la dernière tranche de 100 mètres	Le temps réalisé sur la huitième et dernière tranche de 100 mètres est supérieur ou égal à celui d'au moins une des deuxième à septième tranches. 0 point			Le temps réalisé sur la huitième et dernière tranche de 100 mètres est strictement inférieur à celui de chacune des deuxième à septième tranches. 2 points						

06/20	Modes préparation à l'effort	<p>La préparation est progressive. Sa durée est suffisante pour obtenir une activation cardio-respiratoire et circulatoire en relation avec l'effort projeté. Le candidat utilise progressivement des allures qui se rapprochent de celles de l'épreuve.</p> <p>0,5 point</p>	<p>La préparation est progressive. Sa durée est suffisante pour obtenir une activation cardio-respiratoire et circulatoire en relation avec l'effort projeté. Le candidat varie les modes de nage et utilise progressivement des allures qui se rapprochent progressivement de celles prévues pour l'épreuve. La préparation inclut une prise de repères techniques.</p> <p>de 1 point à 1,5 point</p>	<p>La préparation est progressive. Sa durée est suffisante pour obtenir une activation cardio-respiratoire et circulatoire en relation avec l'effort projeté. Le candidat varie les modes de nage et utilise progressivement des allures qui se rapprochent de celles prévues pour l'épreuve. La préparation inclut des mobilisations articulaires spécifiques et une prise de repères techniques.</p> <p>de 1,5 point à 2 points</p>
	Gestion de l'effort : Écart entre les temps extrêmes réalisés par tranche de 100 m à l'exception de la première et de la dernière	<p>Inférieur ou égal à 10 s : 0,5 point</p>	<p>Inférieur ou égal à 8 s : 1 point Inférieur ou égal à 6 s : 1,5 point</p>	<p>Inférieur ou égal à 4 s : 2 points</p>
	Virages	<p>Les virages ralentissent la progression : 0 point Les virages sont efficaces. Ils sont effectués par redressement : 0,5 point</p>	<p>Les virages sont efficaces. Les culbutes sont présentes en début de parcours. de 1 à 1,5 point</p>	<p>Les virages sont efficaces. Les culbutes sont le plus souvent présentes. 2 points</p>

JUDO		PRINCIPES D'ÉLABORATION DE L'ÉPREUVE		
COMPÉTENCE ATTENDUE				
NIVEAU 5 Pour gagner le combat, gérer ses ressources et s'adapter aux caractéristiques des adversaires pour conduire l'affrontement dans une situation de randori		Chaque protagoniste réalise 3 randori de 4 minutes, entrecoupés de 8 à 12 minutes de repos. Les randori sont arbitrés par les élèves. L'arbitre annonce les avantages, les pénalités et fait respecter les règles de sécurité. Les combattants et l'arbitre appliquent le rituel définis. Les combattants sont répartis par groupe morphologique et de niveau.		
POINTS A AFFECTER	ÉLÉMENTS A EVALUER	Degrés d'acquisition du NIVEAU 5		
		De 0 à 9 points	De 10 à 16 points	De 0 à 9 points
8/20	Efficacité de l'organisation individuelle dans la circularité des statuts dominant/dominé : - préparation de l'attaque : saisie, posture, déplacement ; - technique d'attaque et de défense.	<u>Attaque</u> : les saisies déplacements et postures permettent aux combattants d'effectuer des attaques dans 2 directions différentes. Les enchaînements avant-arrière, avant-avant, et actions répétées sont sans lien avec les actions d'Uke. La liaison debout-sol est réalisée, elle permet la continuité de contrôle dans le travail au sol. <u>Défense</u> : le combattant bloque et esquive efficacement sans pour autant contre-attaquer. Dans la liaison debout sol, il s'organise rapidement, adopte des positions de fermeture, neutralise les retournements.	<u>Attaque</u> : les saisies, déplacements et postures permettent aux combattants d'effectuer des attaques dans plusieurs directions. Les enchaînements avant-arrière, avant-avant et actions répétées sont choisies en fonction de la réaction de Uke. La maîtrise de la liaison debout-sol permet à l'attaquant de varier les formes de contrôles, de retournements et d'immobilisations. <u>Défense</u> : le combattant propose une contre-attaque et peut reprendre l'initiative suite à un blocage ou une esquive d'attaque. Dans la liaison debout-sol, il est capable de neutraliser les actions de Tori ou de fuir de façon organisée	<u>Attaque</u> : les saisies, déplacements et postures permettent à l'attaquant de provoquer et d'exploiter les réactions de Uke afin de le projeter dans plusieurs directions. La maîtrise de la liaison debout-sol permet à l'attaquant d'immobiliser et de faire évoluer ses techniques en fonction des réactions de Uke. <u>Défense</u> : le combattant propose presque toujours une contre-attaque et reprend rapidement l'initiative après blocage ou esquive. Dans la liaison debout-sol, il organise sa défense dans un premier temps pour reprendre l'initiative en vue d'un passage
	Rapport d'opposition (6 points) : - gestion des caractéristiques de l'adversaire.	Le combattant élabore une stratégie reposant sur quelques caractéristiques morphologiques simples de son adversaire.	Le combattant élabore une stratégie à partir de ses propres points forts et d'une analyse simple de son adversaire (saisie, posture déplacement). Il met en œuvre ce plan d'action.	Le combattant régule son plan d'action en cours de randori en fonction de l'évolution de la situation. Il s'appuie sur l'analyse de la saisie, du déplacement et de la posture pour cette régulation.
8/20	Gain du combat (2 points)	Gagne 0 ou 1 randori sur 3 : 0 0,25 pt	Gagne 2 randori sur 3 : 0,5 1 pt	Gagne les 3 randori : 1,25 pt 2 pts

4/20	Arbitrage	L'arbitre gère le combat. Il annonce les pénalités pour les situations dangereuses. Il est entendu de tous et maîtrise la gestuelle.	L'arbitre gère le combat et se place efficacement. Il annonce les pénalités pour les situations de défense excessive et de fausses attaques. Il maîtrise la gestuelle.	L'arbitre gère le combat et anticipe tous ses placements. Il est capable d'attribuer une décision conforme à l'évolution du combat, lorsqu'aucun avantage n'est marqué.
-------------	------------------	--	--	---

TENNIS		PRINCIPES D'ÉLABORATION DE L'ÉPREUVE				
COMPÉTENCE ATTENDUE		Les matchs se jouent en un set de 4 jeux gagnants avec jeu décisif à 3 jeux partout. Les règles essentielles sont celles du tennis (terrain, filet, service, décompte des points, changement de côté). Chaque candidat dispute plusieurs rencontres contre des adversaires de niveau proche et arbitre au moins une rencontre. A chaque changement de côté, le candidat analyse la séquence qui vient de se dérouler et propose une stratégie pour la séquence suivante.				
NIVEAU 5 Pour gagner le match, concevoir et conduire des projets tactiques en adaptant son jeu (varier le rythme, masquer les coups, ...) face à chaque adversaire.						
POINTS À AFFECTER	ÉLÉMENTS À ÉVALUER	Degrés d'acquisition du NIVEAU 5				
		0 point	9 points	10 points	16 points	17 points
4/20	Pertinence et efficacité des choix stratégiques dans la gestion du rapport de force	L'analyse du temps de jeu précédent est réaliste mais le projet se limite à des éléments habituels (jouer sur le revers, obliger l'adversaire à se déplacer davantage) qui peuvent néanmoins être efficaces.		Le candidat connaît bien ses points forts, il détecte globalement les points faibles de l'adversaire, il construit un projet et le met en place mais il parvient peu à le faire évoluer, si nécessaire, en cours de jeu.		L'analyse repose sur les éléments essentiels qui vont permettre de proposer un projet efficace qui s'appuie sur les points faibles et forts de l'adversaire au regard de ses propres possibilités.
10/20	Qualité des techniques au service de la tactique : - variété qualité et efficacité des actions de frappe ; - anticipation, équilibre et rapidité des déplacements, placements et replacements.	Utilisation principalement de l'espace latéral et profond. Vitesse d'exécution souvent uniforme. Replacement sans tenir compte des possibilités de renvoi. Variation des trajectoires (longues, hautes et croisées) quand le rapport de force est défavorable. Frappes souvent en déséquilibre, sans transfert du poids du corps vers l'avant. Déplacements souvent tardifs et approximatifs, ajustements rares. Au service : première balle explosive, 2 balles identiques, ou 2 ^e balle sécuritaire.	Le terrain adverse est utilisé dans sa totalité. Variation de la vitesse d'exécution (quelques accélérations maîtrisées), et utilisation d'un même effet dans un schéma préférentiel (ex : chop en revers pour défendre). Le joueur se replace en fonction des renvois probables (anticipation), et fait varier ses trajectoires (vitesse, direction, longueur, hauteur, effet) pour se donner du temps. Placement anticipé en fond de court, mais les déplacements vers le filet restent approximatifs. Différenciation première et seconde balle avec des variations en direction et en vitesse.		Optimisation de la gestion du couple risque / sécurité : variations de rythme en fonction du rapport de force. Le joueur masque ses coups pour créer de l'incertitude. Maîtrise technique de l'ensemble des coups utilisés et des différents effets dans des contextes et rapports de forces différents. Mise en action rapide et engagement physique optimal. Variation des effets au service sur les 2 balles.	
2/20	Le candidat gère son engagement et arbitre	Le candidat s'échauffe, au mieux, de manière formelle. Il n'utilise pas les temps d'attente pour récupérer activement. Il accepte de tenir le rôle d'arbitre mais ne le remplit pas correctement.	Le candidat s'échauffe et récupère mais sans prendre en compte les aspects spécifiques de l'activité. Il peut tenir le rôle d'arbitre mais présente quelques hésitations dans la décision.		Le candidat se prépare physiquement et psychologiquement à l'épreuve. Il utilise bien les moments d'attente et de récupération. Il peut assurer pleinement le rôle d'arbitre en montrant l'autorité nécessaire.	
4/20	Gain des rencontres	Les points de gain des rencontres sont attribués à chaque joueur en fonction du niveau de jeu réel et du nombre de matchs gagnés, en tenant compte des écarts de scores.				