





AFL du champ d'apprentissage	Déclinaison de l'AFL dans l'activité	Connaissances, Capacités, Attitudes travaillés dans l'APSA pour atteindre les AFL (ou éléments prioritaires)	Niveau 1	Niveau 2	Niveau 3	Niveau 4																								
<p>AFL1 : S'engager à l'aide d'une motricité spécifique pour réaliser en sécurité et à son meilleur niveau, un itinéraire dans un contexte incertain. 12 points</p>	<p>S'engager et réaliser le meilleur score en choisissant le trajet et les coups de rame adaptés aux contraintes de l'itinéraire, en toute sécurité.</p>	<p>Réaliser les manches les plus rapides et marquer un maximum de points, en choisissant et en réalisant différents coups de rame</p> <p>Coup de rame lent (Huti Paari) 1 Coup de rame rapide (Pine) 2</p>	<p>0 6pts 0 0,5pt</p> <p>Les élèves réalisent un coup de rame lent, sans être synchronisés.</p> <table border="1" data-bbox="981 582 1249 659"> <tr><th>Manche 1</th><th>Manche 2</th><th>Manche 3</th></tr> <tr><td>1+/-</td><td>1+/-</td><td>1-</td></tr> </table> <p>0 à 0,5 pt</p>	Manche 1	Manche 2	Manche 3	1+/-	1+/-	1-	<p>7pts 1pt</p> <p>Ils réalisent un coup de rame lent de manière synchronisé et un coup rapide inefficace. Choix du coup de rame aléatoire.</p> <table border="1" data-bbox="1272 582 1541 659"> <tr><th>Manche 1</th><th>Manche 2</th><th>Manche 3</th></tr> <tr><td>1+2-</td><td>1+2-</td><td>1+/-2-</td></tr> </table> <p>1 à 1,5 pts</p>	Manche 1	Manche 2	Manche 3	1+2-	1+2-	1+/-2-	<p>8pts 2pts</p> <p>Ils choisissent et réalisent efficacement deux coups de rames au moment opportun pendant les deux premières manches. Lors de la troisième manche le coup de rame est moins efficace.</p> <table border="1" data-bbox="1559 582 1827 659"> <tr><th>Manche 1</th><th>Manche 2</th><th>Manche 3</th></tr> <tr><td>1+2+/-</td><td>1+2+/-</td><td>1+2-</td></tr> </table> <p>2 à 3 pts</p>	Manche 1	Manche 2	Manche 3	1+2+/-	1+2+/-	1+2-	<p>9pts 10pts 11pts et + 3pts 3,5pts 4pts</p> <p>Ils choisissent et réalisent efficacement deux coups de rames au moment opportun pendant les trois manches.</p> <table border="1" data-bbox="1856 582 2125 659"> <tr><th>Manche 1</th><th>Manche 2</th><th>Manche 3</th></tr> <tr><td>1+2+</td><td>1+2+</td><td>1+2+/-</td></tr> </table> <p>3,5 à 4 pts</p>	Manche 1	Manche 2	Manche 3	1+2+	1+2+	1+2+/-
		Manche 1	Manche 2	Manche 3																										
1+/-	1+/-	1-																												
Manche 1	Manche 2	Manche 3																												
1+2-	1+2-	1+/-2-																												
Manche 1	Manche 2	Manche 3																												
1+2+/-	1+2+/-	1+2-																												
Manche 1	Manche 2	Manche 3																												
1+2+	1+2+	1+2+/-																												
<p>Choisir et réaliser le trajet le plus efficace en toute sécurité (partir-revenir)</p> <p><u>Différentiel de temps (Dt) concerne le cumul des deux manches et les deux statuts poursuiveur/poursuivi = Différentiel poursuivi (Di) (temps équipage-temps équipage adverse) + différentiel poursuiveur (Dr) (temps équipage-temps équipage adverse)</u> Exemple : Di 2'- 2'20 = -20" Dr 2'10-2' = 10" Dt = Di+Dr = -20+ 10 = -10 "</p> <p>NB : garder dans les temps d'équipage l'écart des 20 secondes.</p>	<p>Les élèves choisissent et réalisent un trajet avec lequel ils perdent du temps et se font rattraper. Dépassement des 10 minutes.</p> <p><u>Différentiel de temps</u></p> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; width: fit-content; margin: 5px auto;">Différentiel de +20 secondes et plus</div>  <p><u>L'équipage fou</u> 0 à 0,5 pt</p>	<p>Ils choisissent et réalisent un trajet où l'écart se réduit en tant que poursuivi et/ou l'écart se creuse en tant que poursuiveur. Les 10 minutes sont respectées.</p> <p><u>Différentiel de temps</u></p> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; width: fit-content; margin: 5px auto;">Entre +1 et +19 secondes</div>  <p><u>L'équipage pépère</u> 1 à 1,5 pts</p>	<p>Ils choisissent et réalisent un trajet qui leur permet de maintenir la distance de départ entre poursuivi-poursuiveur. Les 10 minutes sont respectées.</p> <p><u>Différentiel de temps</u></p> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; width: fit-content; margin: 5px auto;">Entre 0 et -5 secondes</div>  <p><u>L'équipage efficace</u> 2 à 3 pts</p>	<p>Ils choisissent et réalisent un trajet qui leur permet de rattraper le poursuivi et/ou d'agrandir la distance d'écart avec le poursuiveur. Prise de risque maîtrisée dans la gestion des 10 minutes.</p> <p><u>Différentiel de temps</u></p> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; width: fit-content; margin: 5px auto;">Différentiel de -6 et moins</div>  <p><u>L'équipage supersonique</u> 3,5 à 4 pts</p>																										
<p>AFL2 : S'entraîner individuellement ou collectivement</p>	<p>S'entraîner individuellement à au moins deux postes spécifiques et collectivement à</p>	<p>Connaitre et assumer les responsabilités des postes choisis</p>	<p><u>L'élève perdu</u></p> <p>L'élève connaît vaguement et assume un poste par défaut.</p>	<p><u>L'élève responsable</u></p> <p>Il connaît bien et assume efficacement un poste. Il choisit son poste pour lequel il est un atout pour son équipe.</p>	<p><u>L'élève polyvalent</u></p> <p>Il connaît bien et assume efficacement deux postes. Il choisit ses postes pour lesquels il est un atout pour son équipe.</p>	<p><u>L'élève ressource</u></p> <p>Il connaît tous les rôles et assume efficacement deux postes. Il choisit ses postes et conseille sur ceux pour</p>																								

pour se déplacer de manière efficace et en toute sécurité. <i>2, 4 ou 6 points (au choix de l'élève)</i>	différentes contraintes en sécurité.					lesquels son équipe pourra être la plus rapide.
		Analyser le plan d'eau et ses contraintes pour choisir des actions pour les surpasser	<i>L'élève perçoit les contraintes visibles (obstacles, vent) mais ne peut déterminer les actions pour les surpasser.</i>	Il perçoit les contraintes visibles et peut réaliser une action en fonction de son poste pour les surpasser.	Il perçoit les contraintes visibles et invisibles (obstacles, vent, courant, trajet, manœuvres) et réalisent efficacement les actions pour les surpasser à deux postes.	Il perçoit les contraintes visibles et invisibles (obstacles, vent, courant, trajet, manœuvres) et réalisent efficacement les actions pour les surpasser à deux postes. Et conseille sur les autres actions à mener aux autres postes.
AFL3 : Coopérer pour réaliser un projet de déplacement, en toute sécurité <i>2, 4 ou 6 points (au choix de l'élève)</i>	Coopérer pour naviguer en toute sécurité et choisir la composition d'équipage la plus efficace et motiver ses choix.	Argumentation des choix d'actions, de trajets et de la contrainte retenue	<i>Les élèves avant chaque manche, choisissent des actions et trajets sans justifications. Choix de la contrainte aléatoire, sans analyse.</i>	Ils prévoient des actions par poste simples et les justifient. Les trajets ne sont pas anticipés par rapport aux contraintes. Choix de la contrainte en fonction des qualités de l'équipage.	Ils prévoient les actions et les trajets spécifiques aux contraintes et savent se justifier. Choix de la contrainte en fonction de ses qualités et d'une faiblesse de l'équipage adverse.	Ils prévoient les actions et les trajets spécifiques aux contraintes et savent se justifier. Ils anticipent les contraintes qui pourraient intervenir et comment les surpasser, plan B. Choix de la contrainte issue d'une analyse fine des qualités et faiblesses de chaque équipage. Rapport gain/perte efficient.
		Construire l'homogénéité des équipages et définir les qualités et postes des membres de l'équipage	<i>Les élèves veulent rester par équipe affinitaire. Les meilleurs élèves choisissent les postes par défaut pour l'équipage, sans connaître réellement les qualités de chacun.</i>	Ils acceptent d'équilibrer les équipages entre eux. Les meilleurs élèves choisissent les postes pour l'équipage en fonction de ce qui a été travaillé pendant le cycle.	Ils acceptent d'équilibrer les équipages. L'ensemble de l'équipage discute et argumente en fonction des qualités de chacun (postes assumés) pour constituer la meilleure équipe pour chaque manche.	Ils acceptent d'équilibrer les équipages. L'ensemble de l'équipage discute et argumente en fonction des qualités de chacun (actions en fonction de la contrainte, du poste assumé, coup de rame et potentiel énergétique) pour constituer la meilleure équipe pour chaque manche.

Situation révélatrice de l'AFL APSA :	<p><u>Cette situation permettra de révéler les attendus de fin de cycle, dans laquelle les élèves sont amenés à coopérer en s'adaptant aux contraintes du milieu, à l'adversaire et à la contrainte qu'il impose, aux coéquipiers, pour réaliser deux à trois manches en temps contraint.</u></p>
	<p>Un équipage est constitué de 6 à 7 rameurs qui doivent tous participer à l'épreuve. Les équipages doivent être mixtes et homogènes entre eux. Pour une des manches au moins la répartition des postes de l'équipage devra être différente.</p> <p>Chacun des équipages dispose d'un temps de 10 minutes au total pour réaliser trois manches, dont deux manches en course poursuite et une manche libre. Pour l'ensemble de l'épreuve, le but est de marquer le plus de points. Pour marquer des points il faut dépasser des balises, bouées, effectuer une manœuvre et/ou rattraper son adversaire.</p> <p>La première manche est un parcours constitué de deux balises et chaque balise rapporte 1 point, l'équipage A est poursuiveur et l'équipage B est poursuivi à 20 secondes d'intervalle au moins, si l'équipage A passe la ligne d'arrivée avant l'équipage B, il marque 2 points supplémentaires.</p> <p>La distance entre le départ et la première balise est d'au moins 20 mètres. La distance entre les deux balises est approximativement de 150m.</p> <p>La deuxième manche comprend trois balises et l'une d'entre elle, vaut 2 points et les autres 1 point, l'équipage A est poursuivi et l'équipage B est poursuiveur, si l'équipage B passe la ligne d'arrivée avant l'équipage A, il marque 2 points supplémentaires.</p>

La distance entre le départ et la première balise est d'au moins 20 mètres. La distance entre les deux balises à 1 point est approximativement de 150m. Pour la balise à 2 points, les contraintes peuvent être la distance, l'exposition au vent, au courant, des manœuvres : 360°, arrêt de 3 secondes, rechercher un objet flottant, toucher un repère avec l'avant du va'a...

Pour les deux premières manches l'équipage qui est poursuivi choisi une contrainte parmi les possibles, qui est à réaliser par les deux équipages sur le parcours correspondant, dans le but de générer un avantage stratégique.

Si un équipage gêne ou percute l'équipage adverse il comptabilisera un malus de 3 points.

Pour la dernière manche libre, chacun des équipages construit son itinéraire pour partir/revenir et marquer le plus de point sans course poursuite, en fonction du temps restant = 10 minutes – (temps manche 1 + temps manche 2).

Pour la manche 3, en fonction du temps restant l'équipage a la possibilité de renoncer et ne pas s'engager dans cette dernière manche, pour respecter le temps contraint de 10 minutes.

Si l'équipage dépasse le temps cumulé de 10 minutes il comptabilisera un malus de 3 points.

Le chronomètre débute quand l'équipage passe la ligne de départ et s'arrête lorsqu'il franchi la ligne d'arrivée (partir/revenir).