|  |
| --- |
|  **Repères d’évaluation de l’AFL 2 et de l’AFL 3 /8 points (4-4 ou 6-2 ou 2-6)** |
| **AFL** | **Eléments à évaluer** | **Degré 1****Entraînement inadapté** | **Degré 2****Entraînement partiellement adapté** | **Degré 3****Entraînement adapté** | **Degré 4****Entraînement optimisé** |
| **AFL 2****S’entraîner, individuellement et collectivement, pour réaliser une performance.** | * **Se préparer, récupérer à un effort spécifique.**
 | * Préparation et récupération aléatoires.
 | * Préparation et récupération stéréotypées.
 | * Préparation et récupération adaptées à l’effort.
 | * Préparation et récupération adaptées à l’effort et à soi.
 |
| * **Construire et réguler un projet de course pour performer.**
 | * Choix, analyses et régulations inexistantes.
 | * Choix, analyses et régulations à l’aide de repères externes simples.
 | * Choix, analyses et régulations en adéquation avec ses ressources.
 | * Choix, analyses et régulations ciblées pour soi et pour les autres.
 |
| **AFL 3****Choisir et assumer les rôles qui permettent un fonctionnement collectif solidaire.** | * **Assumer et coordonner les rôles de coureur, coach-observateur, chronométreur.**
 | * Les informations sont prélevées et transmises de façon aléatoire.
 | * Les informations sont prélevées mais partiellement transmises.
 | * Les informations sont prélevées et transmises.
 | * Les informations sont prélevées, sélectionnées et transmises.
 |