**PARCOURS DE FORMATION BAC PRO DU Lycée………………………..….**

Attendus de Fin de Lycée Pro : AFLP- Champ d’Apprentissage : CA

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **CA1 :****Réaliser sa performance motrice maximale mesurable à une échéance donnée.** | **CA2 :** **Adapter son déplacement à des environnements variés et / ou incertains.** | **CA3 :** **Réaliser une prestation corporelle destinée à être vue et appréciée.** | **CA 4 :** **Conduire un affrontement interindividuel ou collectif pour gagner.** | **CA5 :** **Réaliser et orienter son activité physique pour développer ses ressources et s’entretenir.** |
| **AFLP1.** Produire et répartir lucidement ses efforts en mobilisant de façon optimale ses ressources pour gagner ou battre un record. | **AFLP1.** Anticiper et planifier son itinéraire pour concevoir et conduire dans sa totalité un projet de déplacement. | **AFLP1.** Accomplir une prestation animée d’une intention dans la perspective d’être jugé et/ou apprécié. | **AFLP1.** Réaliser des choix tactiques et stratégiques pour faire basculer le rapport de force en sa faveur et marquer le point. | **AFLP1.** Concevoir et mettre en œuvre un projet d’entraînement pour répondre à un mobile personnel de développement. |
| **AFLP2.** Connaître et mobiliser les techniques efficaces pour produire la meilleure performance possible. | **AFLP2.** Mobiliser des techniques efficaces pour adapter et optimiser son déplacement aux caractéristiques du milieu. | **AFLP2.** Mobiliser des techniques de plus en plus complexes pour rendre plus fluide la prestation et pour l’enrichir de formes corporelles variée set maitrisées. | **AFLP2.** Mobiliser des techniques d’attaque efficaces pour se créer et exploiter des occasions de marquer ; résister et neutraliser individuellement ou collectivement l’attaque adverse pour rééquilibrer le rapport de force. | **AFLP2.** Eprouver différentes méthodes d’entraînement et en identifier les principes pour les réutiliser dans sa séance. |
| **AFLP3.** Analyser sa performance pour adapter son projet et progresser. | **AFLP3.** Analyser sa prestation pour comprendre les alternatives possibles et ajuster son projet en fonction de ses ressources et de celles du milieu. | **AFLP3.** Composer et organiser dans le temps et l’espace le déroulement des moments forts et faibles de sa prestation pour se produire devant des spectateurs/juges. | **AFLP3.** Analyser les forces et les faiblesses en présence par l’exploitation de données objectives pour faire des choix tactiques et stratégiques adaptés à une prochaine confrontation. | **AFLP3.** Systématiser un retour réflexif sur sa pratique pour réguler sa charge de travail en fonction d’indicateurs de l’effort (fréquence cardiaque, ressenti musculaire et respiratoire, fatigue générale). |
| **AFLP4.** Assumer des rôles sociaux pour organiser une épreuve de production de performance, un concours. | **AFLP4.** Assumer les rôles sociaux pour organiser la pratique des activités de pleine nature. | **AFLP4.** Assumer les rôles inhérents à la pratique artistique et acrobatique notamment en exprimant et en écoutant des arguments sur la base de critères partagés, pour situer une prestation. | **AFLP4.** Respecter et faire respecter les règles partagées pour que le jeu puisse se dérouler sereinement ; assumer plusieurs rôles sociaux pour permettre le bon déroulement du jeu. | **AFLP4.** Agir avec et pour les autres en vue de la réalisation du projet d’entraînement en assurant spontanément les rôles sociaux. |
| **AFLP5.** Assurer la prise en charge de sa préparation et de celle d’un groupe, de façon autonome pour produire la meilleure performance possible. | **AFLP5.** Se préparer et maintenir un engagement optimal permettant de garder sa lucidité tout au long de son parcours pour pouvoir réévaluer son itinéraire ou renoncer le cas échant. | **AFLP5.** Se préparer et s’engager pour présenter une prestation optimale et sécurisée à une échéance donnée. | **AFLP5.** Savoir se préparer, s’entraîner et récupérer pour faire preuve d’autonomie. | **AFLP5 .**Construire une motricité contrôlée pour évoluer dans des conditions de sécurité. |
| **AFLP6.** Connaître son niveau pour établir un projet de performance située culturellement. | **AFLP6.** Respecter et faire respecter la réglementation et les procédures d’urgence pour les mettre en œuvre dans les différents environnements de pratique. | **AFLP6.** S’enrichir de la connaissance de productions de qualité issues du patrimoine culturel artistique et gymnique pour progresser dans sa propre pratique et aiguiser son regard de spectateur. | **AFLP6.** Porter un regard critique sur les pratiques sportives pour comprendre le sens des pratiques scolaires. | **AFLP6 .**Intégrer des conseils d’entrainement, de diététique, d’hygiène de vie pour se construire un mode de vie sain et une pratique raisonnée. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **SECONDE** | **PREMIERE** | **TERMINALE** |
|  | **M1** | **M2** | **M3** | **M4** | **M5** |
| **CA1****Performer** |  | ☐**AFLP1** |  | ☐**AFLP1** |  | ☐**AFLP1** |  | ☐**AFLP1** |  | ☐**AFLP1** |  | ☐**AFLP1** |  | ☐**AFLP1** |
| ☐**AFLP2** | ☐**AFLP2** | ☐**AFLP2** | ☐**AFLP2** | ☐**AFLP2** | ☐**AFLP2** | ☐**AFLP2** |
| ☐**AFLP3** | ☐**AFLP3** | ☐**AFLP3** | ☐**AFLP3** | ☐**AFLP3** | ☐**AFLP3** | ☐**AFLP3** |
| ☐**AFLP4** | ☐**AFLP4** | ☐**AFLP4** | ☐**AFLP4** | ☐**AFLP4** | ☐**AFLP4** | ☐**AFLP4** |
| ☐**AFLP5** | ☐**AFLP5** | ☐**AFLP5** | ☐**AFLP5** | ☐**AFLP5** | ☐**AFLP5** | ☐**AFLP5** |
| ☐**AFLP6** | ☐**AFLP6** | ☐**AFLP6** | ☐**AFLP6** | ☐**AFLP6** | ☐**AFLP6** | ☐**AFLP6** |
| **CA2****S’adapter** |  | ☐**AFLP1** |  | ☐**AFLP1** |  | ☐**AFLP1** |  | ☐**AFLP1** |  | ☐**AFLP1** |  | ☐**AFLP1** |  | ☐**AFLP1** |
| ☐**AFLP2** | ☐**AFLP2** | ☐**AFLP2** | ☐**AFLP2** | ☐**AFLP2** | ☐**AFLP2** | ☐**AFLP2** |
| ☐**AFLP3** | ☐**AFLP3** | ☐**AFLP3** | ☐**AFLP3** | ☐**AFLP3** | ☐**AFLP3** | ☐**AFLP3** |
| ☐**AFLP4** | ☐**AFLP4** | ☐**AFLP4** | ☐**AFLP4** | ☐**AFLP4** | ☐**AFLP4** | ☐**AFLP4** |
| ☐**AFLP5** | ☐**AFLP5** | ☐**AFLP5** | ☐**AFLP5** | ☐**AFLP5** | ☐**AFLP5** | ☐**AFLP5** |
| ☐**AFLP6** | ☐**AFLP6** | ☐**AFLP6** | ☐**AFLP6** | ☐**AFLP6** | ☐**AFLP6** | ☐**AFLP6** |
| **CA3****Créer** |  | ☐ **AFLP1** |  | ☐ **AFLP1** |  | ☐ **AFLP1** |  | ☐ **AFLP1** |  | ☐ **AFLP1** |  | ☐ **AFLP1** |  | ☐ **AFLP1** |
| ☐**AFLP2** | ☐**AFLP2** | ☐**AFLP2** | ☐**AFLP2** | ☐**AFLP2** | ☐**AFLP2** | ☐**AFLP2** |
| ☐**AFLP3** | ☐**AFLP3** | ☐**AFLP3** | ☐**AFLP3** | ☐**AFLP3** | ☐**AFLP3** | ☐**AFLP3** |
| ☐**AFLP4** | ☐**AFLP4** | ☐**AFLP4** | ☐**AFLP4** | ☐**AFLP4** | ☐**AFLP4** | ☐**AFLP4** |
| ☐**AFLP5** | ☐**AFLP5** | ☐**AFLP5** | ☐**AFLP5** | ☐**AFLP5** | ☐**AFLP5** | ☐**AFLP5** |
| ☐**AFLP6** | ☐**AFLP6** | ☐**AFLP6** | ☐**AFLP6** | ☐**AFLP6** | ☐**AFLP6** | ☐**AFLP6** |
| **CA4****Coopérer**  |  | ☐**AFLP1** |  | ☐**AFLP1** |  | ☐**AFLP1** |  | ☐**AFLP1** |  | ☐**AFLP1** |  | ☐**AFLP1** |  | ☐**AFLP1** |
| ☐**AFLP2** | ☐**AFLP2** | ☐**AFLP2** | ☐**AFLP2** | ☐**AFLP2** | ☐**AFLP2** | ☐**AFLP2** |
| ☐**AFLP3** | ☐**AFLP3** | ☐**AFLP3** | ☐**AFLP3** | ☐**AFLP3** | ☐**AFLP3** | ☐**AFLP3** |
| ☐**AFLP4** | ☐**AFLP4** | ☐**AFLP4** | ☐**AFLP4** | ☐**AFLP4** | ☐**AFLP4** | ☐**AFLP4** |
| ☐**AFLP5** | ☐**AFLP5** | ☐**AFLP5** | ☐**AFLP5** | ☐**AFLP5** | ☐**AFLP5** | ☐**AFLP5** |
| ☐**AFLP6** | ☐**AFLP6** | ☐**AFLP6** | ☐**AFLP6** | ☐**AFLP6** | ☐**AFLP6** | ☐**AFLP6** |
| **CA5****S’entraîner** |  | ☐**AFLP1** |  | ☐**AFLP1** |  | ☐**AFLP1** |  | ☐**AFLP1** |  | ☐**AFLP1** |  | ☐**AFLP1** |  | ☐**AFLP1** |
| ☐**AFLP2** | ☐**AFLP2** | ☐**AFLP2** | ☐**AFLP2** | ☐**AFLP2** | ☐**AFLP2** | ☐**AFLP2** |
| ☐**AFLP3** | ☐**AFLP3** | ☐**AFLP3** | ☐**AFLP3** | ☐**AFLP3** | ☐**AFLP3** | ☐**AFLP3** |
| ☐**AFLP4** | ☐**AFLP4** | ☐**AFLP4** | ☐**AFLP4** | ☐**AFLP4** | ☐**AFLP4** | ☐**AFLP4** |
| ☐**AFLP5** | ☐**AFLP5** | ☐**AFLP5** | ☐**AFLP5** | ☐**AFLP5** | ☐**AFLP5** | ☐**AFLP5** |
| ☐**AFLP6** | ☐**AFLP6** | ☐**AFLP6** | ☐**AFLP6** | ☐**AFLP6** | ☐**AFLP6** | ☐**AFLP6** |

Attendus de Fin de Lycée Pro : AFLP - Champ d’Apprentissage : CA

**PARCOURS DE FORMATION BAC PRO DU Lycée………………………..….**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **CA1 :****Réaliser sa performance motrice maximale mesurable à une échéance donnée.** | **CA2 :** **Adapter son déplacement à des environnements variés et / ou incertains.** | **CA3 :** **Réaliser une prestation corporelle destinée à être vue et appréciée.** | **CA 4 :** **Conduire un affrontement interindividuel ou collectif pour gagner.** | **CA5 :** **Réaliser et orienter son activité physique pour développer ses ressources et s’entretenir.** |
| **AFLP1.** Produire et répartir lucidement ses efforts en mobilisant de façon optimale ses ressources pour gagner ou battre un record. | **AFLP1.** Anticiper et planifier son itinéraire pour concevoir et conduire dans sa totalité un projet de déplacement. | **AFLP1.** Accomplir une prestation animée d’une intention dans la perspective d’être jugé et/ou apprécié. | **AFLP1.** Réaliser des choix tactiques et stratégiques pour faire basculer le rapport de force en sa faveur et marquer le point. | **AFLP1.** Concevoir et mettre en œuvre un projet d’entraînement pour répondre à un mobile personnel de développement. |
| **AFLP2.** Connaître et mobiliser les techniques efficaces pour produire la meilleure performance possible. | **AFLP2.** Mobiliser des techniques efficaces pour adapter et optimiser son déplacement aux caractéristiques du milieu. | **AFLP2.** Mobiliser des techniques de plus en plus complexes pour rendre plus fluide la prestation et pour l’enrichir de formes corporelles variée set maitrisées. | **AFLP2.** Mobiliser des techniques d’attaque efficaces pour se créer et exploiter des occasions de marquer ; résister et neutraliser individuellement ou collectivement l’attaque adverse pour rééquilibrer le rapport de force. | **AFLP2.** Eprouver différentes méthodes d’entraînement et en identifier les principes pour les réutiliser dans sa séance. |
| **AFLP3.** Analyser sa performance pour adapter son projet et progresser. | **AFLP3.** Analyser sa prestation pour comprendre les alternatives possibles et ajuster son projet en fonction de ses ressources et de celles du milieu. | **AFLP3.** Composer et organiser dans le temps et l’espace le déroulement des moments forts et faibles de sa prestation pour se produire devant des spectateurs/juges. | **AFLP3.** Analyser les forces et les faiblesses en présence par l’exploitation de données objectives pour faire des choix tactiques et stratégiques adaptés à une prochaine confrontation. | **AFLP3.** Systématiser un retour réflexif sur sa pratique pour réguler sa charge de travail en fonction d’indicateurs de l’effort (fréquence cardiaque, ressenti musculaire et respiratoire, fatigue générale). |
| **AFLP4.** Assumer des rôles sociaux pour organiser une épreuve de production de performance, un concours. | **AFLP4.** Assumer les rôles sociaux pour organiser la pratique des activités de pleine nature. | **AFLP4.** Assumer les rôles inhérents à la pratique artistique et acrobatique notamment en exprimant et en écoutant des arguments sur la base de critères partagés, pour situer une prestation. | **AFLP4.** Respecter et faire respecter les règles partagées pour que le jeu puisse se dérouler sereinement ; assumer plusieurs rôles sociaux pour permettre le bon déroulement du jeu. | **AFLP4.** Agir avec et pour les autres en vue de la réalisation du projet d’entraînement en assurant spontanément les rôles sociaux. |
| **AFLP5.** Assurer la prise en charge de sa préparation et de celle d’un groupe, de façon autonome pour produire la meilleure performance possible. | **AFLP5.** Se préparer et maintenir un engagement optimal permettant de garder sa lucidité tout au long de son parcours pour pouvoir réévaluer son itinéraire ou renoncer le cas échant. | **AFLP5.** Se préparer et s’engager pour présenter une prestation optimale et sécurisée à une échéance donnée. | **AFLP5.** Savoir se préparer, s’entraîner et récupérer pour faire preuve d’autonomie. | **AFLP5 .**Construire une motricité contrôlée pour évoluer dans des conditions de sécurité. |
| **AFLP6.** Connaître son niveau pour établir un projet de performance située culturellement. | **AFLP6.** Respecter et faire respecter la réglementation et les procédures d’urgence pour les mettre en œuvre dans les différents environnements de pratique. | **AFLP6.** S’enrichir de la connaissance de productions de qualité issues du patrimoine culturel artistique et gymnique pour progresser dans sa propre pratique et aiguiser son regard de spectateur. | **AFLP6.** Porter un regard critique sur les pratiques sportives pour comprendre le sens des pratiques scolaires. | **AFLP6 .**Intégrer des conseils d’entrainement, de diététique, d’hygiène de vie pour se construire un mode de vie sain et une pratique raisonnée. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **SECONDE** | **PREMIERE** | **TERMINALE** |
|  | **M1** | **M2** | **M3** | **M1** | **M2** | **M3** |
| **CA1****Performer** |  | ☐**AFLP1** |  | ☐**AFLP1** |  | ☐**AFLP1** |  | ☐**AFLP1** |  | ☐**AFLP1** |  | ☐**AFLP1** |  | ☐**AFLP1** |
| ☐**AFLP2** | ☐**AFLP2** | ☐**AFLP2** | ☐**AFLP2** | ☐**AFLP2** | ☐**AFLP2** | ☐**AFLP2** |
| ☐**AFLP3** | ☐**AFLP3** | ☐**AFLP3** | ☐**AFLP3** | ☐**AFLP3** | ☐**AFLP3** | ☐**AFLP3** |
| ☐**AFLP4** | ☐**AFLP4** | ☐**AFLP4** | ☐**AFLP4** | ☐**AFLP4** | ☐**AFLP4** | ☐**AFLP4** |
| ☐**AFLP5** | ☐**AFLP5** | ☐**AFLP5** | ☐**AFLP5** | ☐**AFLP5** | ☐**AFLP5** | ☐**AFLP5** |
| ☐**AFLP6** | ☐**AFLP6** | ☐**AFLP6** | ☐**AFLP6** | ☐**AFLP6** | ☐**AFLP6** | ☐**AFLP6** |
| **CA2****S’adapter** |  | ☐**AFLP1** |  | ☐**AFLP1** |  | ☐**AFLP1** |  | ☐**AFLP1** |  | ☐**AFLP1** |  | ☐**AFLP1** |  | ☐**AFLP1** |
| ☐**AFLP2** | ☐**AFLP2** | ☐**AFLP2** | ☐**AFLP2** | ☐**AFLP2** | ☐**AFLP2** | ☐**AFLP2** |
| ☐**AFLP3** | ☐**AFLP3** | ☐**AFLP3** | ☐**AFLP3** | ☐**AFLP3** | ☐**AFLP3** | ☐**AFLP3** |
| ☐**AFLP4** | ☐**AFLP4** | ☐**AFLP4** | ☐**AFLP4** | ☐**AFLP4** | ☐**AFLP4** | ☐**AFLP4** |
| ☐**AFLP5** | ☐**AFLP5** | ☐**AFLP5** | ☐**AFLP5** | ☐**AFLP5** | ☐**AFLP5** | ☐**AFLP5** |
| ☐**AFLP6** | ☐**AFLP6** | ☐**AFLP6** | ☐**AFLP6** | ☐**AFLP6** | ☐**AFLP6** | ☐**AFLP6** |
| **CA3****Créer** |  | ☐ **AFLP1** |  | ☐**AFLP1** |  | ☐**AFLP1** |  | ☐ **AFLP1** |  | ☐ **AFLP1** |  | ☐ **AFLP1** |  | ☐ **AFLP1** |
| ☐**AFLP2** | ☐**AFLP2** | ☐**AFLP2** | ☐**AFLP2** | ☐**AFLP2** | ☐**AFLP2** | ☐**AFLP2** |
| ☐**AFLP3** | ☐**AFLP3** | ☐**AFLP3** | ☐**AFLP3** | ☐**AFLP3** | ☐**AFLP3** | ☐**AFLP3** |
| ☐**AFLP4** | ☐**AFLP4** | ☐**AFLP4** | ☐**AFLP4** | ☐**AFLP4** | ☐**AFLP4** | ☐**AFLP4** |
| ☐**AFLP5** | ☐**AFLP5** | ☐**AFLP5** | ☐**AFLP5** | ☐**AFLP5** | ☐**AFLP5** | ☐**AFLP5** |
| ☐**AFLP6** | ☐**AFLP6** | ☐**AFLP6** | ☐**AFLP6** | ☐**AFLP6** | ☐**AFLP6** | ☐**AFLP6** |
| **CA4****Coopérer**  |  | ☐**AFLP1** |  | ☐**AFLP1** |  | ☐**AFLP1** |  | ☐**AFLP1** |  | ☐**AFLP1** |  | ☐**AFLP1** |  | ☐**AFLP1** |
| ☐**AFLP2** | ☐**AFLP2** | ☐**AFLP2** | ☐**AFLP2** | ☐**AFLP2** | ☐**AFLP2** | ☐**AFLP2** |
| ☐**AFLP3** | ☐**AFLP3** | ☐**AFLP3** | ☐**AFLP3** | ☐**AFLP3** | ☐**AFLP3** | ☐**AFLP3** |
| ☐**AFLP4** | ☐**AFLP4** | ☐**AFLP4** | ☐**AFLP4** | ☐**AFLP4** | ☐**AFLP4** | ☐**AFLP4** |
| ☐**AFLP5** | ☐**AFLP5** | ☐**AFLP5** | ☐**AFLP5** | ☐**AFLP5** | ☐**AFLP5** | ☐**AFLP5** |
| ☐**AFLP6** | ☐**AFLP6** | ☐**AFLP6** | ☐**AFLP6** | ☐**AFLP6** | ☐**AFLP6** | ☐**AFLP6** |
| **CA5****S’entraîner** |  | ☐**AFLP1** |  | ☐**AFLP1** |  | ☐**AFLP1** |  | ☐**AFLP1** |  | ☐**AFLP1** |  | ☐**AFLP1** |  | ☐**AFLP1** |
| ☐**AFLP2** | ☐**AFLP2** | ☐**AFLP2** | ☐**AFLP2** | ☐**AFLP2** | ☐**AFLP2** | ☐**AFLP2** |
| ☐**AFLP3** | ☐**AFLP3** | ☐**AFLP3** | ☐**AFLP3** | ☐**AFLP3** | ☐**AFLP3** | ☐**AFLP3** |
| ☐**AFLP4** | ☐**AFLP4** | ☐**AFLP4** | ☐**AFLP4** | ☐**AFLP4** | ☐**AFLP4** | ☐**AFLP4** |
| ☐**AFLP5** | ☐**AFLP5** | ☐**AFLP5** | ☐**AFLP5** | ☐**AFLP5** | ☐**AFLP5** | ☐**AFLP5** |
| ☐**AFLP6** | ☐**AFLP6** | ☐**AFLP6** | ☐**AFLP6** | ☐**AFLP6** | ☐**AFLP6** | ☐**AFLP6** |