



# Cahier Journalier

Education Physique et Sportive





آیت الکرسی سورۃ البقرہ آیت ۲۵۵

# Carte d'identité.

## **PROFESSEUR :**

Nom et prénom : .....  
Spécialité sportive : .....  
Tél : .....  
Email : .....  
Recrutement le : ...../...../..... Titularisation le : ...../...../.....  
Grade : ..... À partir de : ...../...../.....  
Echelon : ..... À partir de : ...../...../.....  
Dernière note d'inspection : ...../20 Le : ...../...../.....

## **ETABLISSEMENT :**

AREF : .....  
Direction provinciale : .....  
Etablissement : .....  
Directeur (trice) : ..... GSM : .....  
Inspecteur (trice) : ..... GSM : .....  
Nombres des enseignants d'EPS : ..... Nombre de classe : .....  
➤ 1AC : ..... ; 2AC : ..... ; 3AC : .....  
➤ TC : ..... ; 1BAC : ..... ; 2BAC : .....

## **ASSOCIATION SPORTIVE SCOLAIRE:**

Président : ..... GSM : .....  
Secrétaire général : ..... GSM : .....  
Vice-secrétaire général : ..... GSM : .....  
Trésorier : ..... GSM : .....  
Vice-trésorier : ..... GSM : .....  
Conseillers : ..... GSM : .....  
: ..... GSM : .....

## **SPORT SCOLAIRE:**

Responsable bureau ..... GSM : .....  
du sport scolaire

### **Chefs des commissions sportives techniques.**

Athlétisme : ..... GSM : .....  
Basket-ball : ..... GSM : .....  
Volley-ball : ..... GSM : .....  
Hand-ball : ..... GSM : .....  
Football : ..... GSM : .....

# Calendrier Annuel – 2022/2023

SEMESTRE 1					
Date	SEPTEMBRE	OCTOBRE	NOVEMBRE	DECEMBRE	JANVIER
1	Pv administratifs				Jour de l'année
2	Pv enseignants				
3					
4				Secondes vacances intermédiaires	
5	Début du cours				
6			La Marche Verte		
7					
8					
9		F. de l'anniversaire du prophète			
10					
11					Fête nationale
12					
13					
14					
15					
16			F. de l'Indépendance		
17					
18					
19					
20					
21					
22					Vacances de milieu d'année scolaire
23		1 <sup>ère</sup> vacances intermédiaires		الكفاءة المهنية لجميع الفئات	
24				الكفاءة التربوية الدورة I	
25					
26					
27					
28					
29					
30					
31					

- الكفاءة المهنية: يومي 23 و 24 دجنبر 2022
- الكفاءة التربوية الدورة I: يومي 23 و 24 دجنبر 2022

SEMESTRE 2						
Date	FEVRIER	MARS	AVRIL	MAI	JUIN	JUILLET
1				4 <sup>ème</sup> vacances intermédiaires		
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12		3 <sup>ème</sup> vacances intermédiaires				
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						
21			Aïd El-Fitr			
22						
23						
24						
25						
26						
27					Aïd el-Adha	
28						
29						
30						Fête de trône
31						

Répartition Cyclique.

NOM ET PRENOM	SEMESTRE 1				SEMESTRE 1			
	Du	Du	Du	Du	Du	Du	Du	Du
	Au	Au	Au	Au	Au	Au	Au	Au
	./././.	./././.	./././.	./././.	./././.	./././.	./././.	./././.

Installations Sportives.



Classe: .....Nombre des élèves:.....G:.....F:.....

## LES GROUPES .....

### Groupe 1 :

- 1-.....
- 2-.....
- 3-.....
- 4-.....
- 5-.....
- 6-.....
- 7-.....
- 8-.....

### Groupe 2 :

- 1-.....
- 2-.....
- 3-.....
- 4-.....
- 5-.....
- 6-.....
- 7-.....
- 8-.....

### Groupe 3 :

- 1-.....
- 2-.....
- 3-.....
- 4-.....
- 5-.....
- 6-.....
- 7-.....
- 8-.....

### Groupe 4 :

- 1-.....
- 2-.....
- 3-.....
- 4-.....
- 5-.....
- 6-.....
- 7-.....
- 8-.....

### Groupe 5 :

- 1-.....
- 2-.....
- 3-.....
- 4-.....
- 5-.....
- 6-.....
- 7-.....
- 8-.....

### Groupe 6 :

- 1-.....
- 2-.....
- 3-.....
- 4-.....
- 5-.....
- 6-.....
- 7-.....
- 8-.....

Dispense	Type	Durée	Motif

**Classe :**.....

**CYCLE 1 :**.....

[illegible]



[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]



## Les Modules et les compétences selon les niveaux scolaires (OP 2009).

N	1AC		2AC		3AC	
<b>O.T.I</b>	l'élève la 1ère année doit acquérir une motricité correcte lui permettant de s'adapter aux exigences des situations (forme et rythme) et s'intégrer dans le groupe.		l'élève de la 2ème année doit pouvoir ajuster l'énergie physique et la maîtriser et fournir l'effort et l'orienter pour effectuer des réalisations coordonnées et organisées, et s'accoutumer à commander et à être commandé pour réaliser différents rôles.		l'élève de la 3 <sup>ème</sup> année doit pouvoir ajuster les éléments de l'acte moteur et l'adaptation aux différentes situations en fonction de ses exigences organisationnelles et réglementaires, et s'exercer sur la pratique des droits et devoirs pour réaliser un projet sportif individuel ou collectif.	
<b>Modules</b>	<b>Module 1 :</b> Exploitation de l'espace dans toutes ses dimensions.	<b>Module 2 :</b> Coordination motrice, équilibre condition physique et respect d'autrui.	<b>Module 3 :</b> Interaction positive avec les contraintes du milieu naturel et l'engagement effectif dans des stratégies collectives.	<b>Module 4 :</b> Adaptation des réponses motrices en fonction des changements des situations.	<b>Module 5 :</b> Mobilisation des ressources individuelles pour renforcer le projet du groupe.	<b>Module 6 :</b> Gestion des ressources personnelles en fonction de l'effort demandé.
<b>Compétence Concernant les Modules</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Appropriation des objectifs fixés et des critères de réussite principales pour les diverses activités physiques et sportives.</li> <li>-Employer les techniques de base des activités physiques et sportives.</li> <li>-L'Observation et l'extraction des résultats</li> <li>-Comprendre l'effet de l'activité motrice et l'effort physique sur le corps dans sa relation avec l'environnement.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>-L'engagement dans la pratique des activités physiques et culturelles au sein et en dehors de l'établissement.</li> <li>-Développement des stratégies communes pour réaliser des processus collectifs, ainsi que des procédures relatives à la coopération mutuelle.</li> <li>-l'application des règles du jeu et le respect des décisions de l'arbitre.</li> <li>-interaction positive avec les contraintes de l'environnement naturel et les caractéristiques des moyens didactiques.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>-Analyser, Evaluer et recueillir des résultats individuels</li> <li>-Faire de l'effort et prendre l'envi de s'entraîner</li> <li>-la coopération et la collaboration à travers des situations d'enseignement et la recherche de solutions collectives</li> <li>-Soient responsable et prendre des rôles différents au sein du groupe</li> </ul>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Concentration, l'attention et le contrôle des émotions</li> <li>-Participer à des activités physiques et sportives en harmonie avec l'environnement</li> <li>-Respecter les règles du jeu et les décisions de l'arbitre</li> <li>-surmonter la honte et l'embarras lors d'une performance en face de l'autre</li> <li>-Participer aux activités de la confrontation et la coopération et à faire des rôles différents au sein du groupe</li> <li>-Le fair-play sportif: (le désir d'exceller, d'accepter la défaite, respect de l'adversaire)</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>-La Maîtrise des techniques de base et des situations tactiques simple.</li> <li>- Comprendre l'importance de la préparation de l'organisme à l'effort physique et son retour au calme.</li> <li>-Connaissance des principes fondamentaux de prévention et de sécurité dans la pratique des activités physiques et sportives</li> <li>-Le lien entre l'auto sensations et les stimuli externes dans la pratique des activités physiques et sportives.</li> <li>-L'exécution de différents rôles au sein du groupe (organisation, formation, arbitrage)</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>-adoption et l'utilisation des connaissances techniques et Tactiques et de la motricité acquis dans le but d'atteindre l'efficacité et le coût efficacité.</li> <li>-interaction positive avec les contraintes de l'environnement naturel et les caractéristiques des moyens didactiques envi d'appliquer les acquis dans différentes situations.</li> <li>-L'emploi correcte des principes de base de prévention et de sécurité.</li> </ul>	

## Le programme national d'enseignement de l'EPS (OP 2009).

	1AC	2AC	3AC
<b>Sport Collectifs</b> (Marquage-Démarquage)	l'élève la 1ere année doit pouvoir conserver la balle et participer au jeu collectif pour gagner la rencontre.	l'élève de la 2eme année doit pouvoir gagner la rencontre par la réalisation de déplacements varies pour une progression avec la balle et un changement de rôle en fonction des situations proposées.	l'élève de la 3eme année doit pouvoir participer dans la réalisation du projet collectif basé sur le passage rapide et adéquat de l'attaque à la défense pour gagner la rencontre.
<b>Sports Collectifs</b> (De Renvoi)	Rechercher le gain de la rencontre par un déplacement et un placement adéquats pour défendre son camp et renvoyer la balle vers le camp adverse.	Rechercher le gain de la rencontre par un déplacement et un placement adéquats pour un renvoi indirect de la balle vers le camp adverse et gagner le point.	Rechercher le gain de la rencontre par une défense de terrain et l'orientation de la balle vers la zone avant, avant de la renvoyer.
<b>Athlétisme</b>	L'élève de 1ere année doit pouvoir organiser les mouvements du corps et adapter les efforts pour construire de nouveaux repères afin de réaliser des performances individuelles et collectives générales et correctes.	L'élève de 2eme année doit pouvoir organiser les mouvements du corps et adapter les efforts pour consolider les habiletés et améliorer un niveau de performance.	L'élève de 3eme année doit pouvoir gérer l'effort physique pour réaliser des prestations correctes et efficaces suivant ses exigences organisationnelles et réglementaires et réaliser un niveau de performance individuel et collectif.
<b>Gymnastique</b>	L'élève de 1ere année doit pouvoir se confirmer et s'adapter à des mouvements inhabituels pour réaliser un enchainement simples d'éléments gymniques devant le groupe classe, compose de : <b>3A 2B 0C</b>	L'élève de 2eme année doit pouvoir maitriser, organiser son corps et prendre le risque pour présenter un enchainement gymnique varie en éléments et en rythme devant le groupe classe .compose de : <b>3A 2B 1C</b>	L'élève de 3eme année doit pouvoir concevoir et réaliser un projet individuel sous forme sous forme d'enchâînement d'éléments gymniques devant le groupe classe, comprendre, expliquer et développer ses composantes en fonction de ses exigences organisationnelles techniques et réglementaires. compose de : <b>2A 4B 1C</b>

## Grille d'évaluation (OP 2009).

	Activités physiques	Critères de l'évaluation		définition	Outils utilisés	Notation		
						1AC	2 AC	3AC
<b>Connaissances Procédurales</b>	athlétisme	Habilité motrice		Produit	Chronomètre Décamètre (annexe N°3)	06	06	06
		Comportement moteur		Performance		08	07	06
	Sports collectifs	Capacité sportive et habileté motrice	individuelles	Produit du comportement physique	Grille d'observation	06	06	06
			collectives			08	07	06
	gymnastique	Capacité sportive et habileté motrice		Produit du comportement physique	Grille d'observation (annexe N° 4)	14	13	12
<b>Connaissances conceptuelles</b>	Toutes les activités support	-concept et les termes relatifs à l'activité support - règlement de l'activité - connaissance scientifiques et physiologiques spécifiques à l'échauffement et l'entraînement		Connaissances conceptuelles et terminologie relatifs à l'APS support	Questions et réponses orale et écrit	03	03	03
<b>Connaissances comportementales</b>		-Participation effective dans l'APS -le comportement au sein du groupe -l'autonomie La responsabilité de l'arbitrage, d'entraînement etc...		- l'absence, tenue arbitrage, organisation - respect d'autrui et des règles du groupe	Observation directe de l'élève le long du cycle d'apprentissage	03	04	05

## La Notation en Gymnastique (OP 2009).

		1 AC	2 AC	3 AC
<b>Difficultés</b>		<b>6</b>	<b>6</b>	<b>6</b>
<b>Composition</b>	<b>Exigences spécifiques</b>	<b>1.50</b>	<b>1.50</b>	<b>1.50</b>
	<b>Qualité d'enchaînement</b>	<b>4.50</b>	<b>3.50</b>	<b>2.50</b>
<b>Exécution</b>		<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>
<b>Note finale (connaissances procédurales)</b>		<b>14</b>	<b>13</b>	<b>12</b>

### 1) La difficulté (6 points):

$$\begin{aligned} \text{1AC} &: 3A+2B+0C & (3 \times 1 + 2 \times 1.5 = 6 \text{ points}) \\ \text{2AC} &: 3A+2B+1C & (3 \times 0.75 + 2 \times 1 + 1 \times 1.75 = 6 \text{ points}) \\ \text{3AC} &: 2A+4B+1C & (2 \times 0.5 + 4 \times 0.75 + 1 \times 2 = 6 \text{ points}) \end{aligned}$$

Lorsqu'une difficulté est manquante, elle peut être partiellement remplacée par une difficulté inférieure (dans ce cas, elle vaut 0.25points).

Une difficulté supérieure peut remplacer une difficulté inférieure.

### 2) La composition:

#### a – Exigences spécifiques (1,5 point)

L'élève doit choisir trois familles différentes parmi les huit figurants sur le tableau des difficultés. Pour chaque famille présentée il obtient 0.5 point.

#### b- Enchaînement (variable suivant le niveau scolaire)

L'élève doit réaliser un enchaînement d'éléments gymniques dans une suite logique et harmonieuse: agencement des éléments, rythme, amplitude et aisance

### 3) L'exécution (2points):

L'exécution peut être notée suite à une appréciation analytique ou globale: Appréciation analytique:

- Petite faute = 0.1 point
- Faute moyenne = 0.2 point
- Faute grossière = 0.3 point
- Chute = 0.5 point

Le cumul des déductions est retranché de la note maximale d'exécution. Appréciation globale :

- Parfaite exécution = 1/1 de la note maximale d'exécution (Pas de fautes d'exécution);
- Bonne exécution = 3/4 de la note maximale d'exécution (Très peu de fautes d'exécution);
- Exécution moyenne = 1/2 de la note maximale d'exécution (Quelques fautes d'exécution);
- Exécution faible = 1/4 de la note maximale d'exécution (Beaucoup de fautes d'exécution);
- Très faible exécution = 0. (Beaucoup de fautes d'exécution et de chutes).

# L'échelle de Notation (OP 2009).

	1AC /GARCONS						1AC /FILLES					2AC / GARCONS					2AC /FILLES					3AC/ GARCONS					3AC /FILLES												
		1000 m	LP (4kg)	CV (80m)	TS	SL	SH	600 m	LP (3kg)	CV (60m)	TS	SL	SH		1000 m	LP (4kg)	CV (80m)	TS	SL	SH	600 m	LP (3kg)	CV (60m)	TS	SL	SH		1000 m	LP (4kg)	CV (80m)	TS	SL	SH	600 m	LP (3kg)	CV (60m)	TS	SL	SH
Note/20	Note/06	en min	en cm	en sec	en cm	en m	en cm	en min	en cm	en sec	en cm	en m	en cm	Note/06	en min	en cm	en sec	en cm	en m	en cm	en min	en cm	en sec	en cm	en m	en cm	Note/06	en min	en cm	en sec	en cm	en m	en cm	en min	en cm	en sec	en cm	en m	en cm
20	6.00	3.40	809	0.06	960	3.9	125	2.17	724	8.9	775	3.44	105	6.00	6.1	871	10.6	965	4.17	130	4.47	749	8.8	786	3.34	110	6.00	5.55	958	10.1	972	4.34	135	4.46	755	8.8	805	3.43	115
19	5.70	3.48	764	11	925	3.75	120	2.25	684	9.2	740	3.3	100	5.70	6.02	821	11	930	4.02	125	4.39	709	9.1	751	3.2	105	5.70	5.47	908	10.6	937	4.19	130	4.38	720	9.1	770	3.29	110
18	5.40	3.56	719	11.4	890	3.6	115	2.33	644	9.5	705	3.16	95	5.40	5.54	771	11.4	895	3.87	120	4.31	669	9.4	716	3.06	100	5.40	5.39	858	11	902	4.04	125	4.3	685	9.4	735	3.15	105
17	5.10	4.04	674	11.8	855	3.45	110	2.41	604	9.8	670	3.02	90	5.10	5.46	721	11.8	860	3.72	115	4.23	629	9.7	681	2.92	95	5.10	5.31	808	11.4	867	3.89	120	4.22	650	9.7	700	3.01	100
16	4.80	4.12	629	12.2	820	3.3	105	2.49	564	10.1	635	2.88	85	4.80	5.38	671	12.2	825	3.57	110	4.15	589	10	646	2.78	90	4.80	5.23	758	11.8	832	3.74	115	4.14	615	10	665	2.87	95
15	4.50	4.20	584	12.7	785	3.15	100	2.57	524	10.4	600	2.74	80	4.50	5.3	621	12.7	790	3.42	105	4.07	549	10.3	611	2.64	85	4.50	5.15	708	12.2	797	3.59	110	4.06	580	10.3	630	2.73	90
14	4.20	4.28	539	13.1	750	3	95	3.05	484	10.7	565	2.6	75	4.20	5.22	571	13.1	755	3.27	100	3.59	509	10.6	576	2.5	80	4.20	5.07	658	12.6	762	3.44	105	3.58	545	10.6	595	2.59	85
13	3.90	4.36	494	13.5	715	2.85	90	3.13	444	11	530	2.46	70	3.90	5.14	521	13.5	720	3.12	95	3.51	469	10.9	541	2.36	75	3.90	4.59	608	13	727	3.29	100	3.5	510	10.9	560	2.45	80
12	3.60	4.44	454	13.9	690	2.7	86.5	3.21	409	11.3	505	2.32	67	3.60	5.06	481	13.9	695	2.97	91.5	3.43	434	11.2	516	2.22	72	3.60	4.51	568	13.4	702	3.14	96.5	3.42	475	11.2	535	2.31	77
11	3.30	4.52	414	14.3	665	2.55	83	3.29	374	11.6	480	2.18	64	3.30	4.58	441	14.3	670	2.82	88	3.35	399	11.5	491	2.08	69	3.30	4.43	528	13.8	677	2.99	93	3.34	440	11.5	510	2.17	74
10	3.00	5.00	374	14.8	640	2.4	79.5	3.37	339	11.9	455	2.04	61	3.00	4.5	401	14.8	645	2.67	84.5	3.27	364	11.8	466	1.94	66	3.00	4.35	488	14.2	652	2.84	89.5	3.26	405	11.8	485	2.03	71
9	2.70	5.08	354	15.2	615	2.25	76	3.45	314	12.2	430	1.9	58	2.70	4.42	381	15.2	620	2.52	81	3.19	339	12.1	441	1.8	63	2.70	4.27	468	14.6	627	2.69	86	3.18	380	12.1	460	1.89	68
8	2.40	5.16	334	15.6	590	2.1	72.5	3.53	289	12.5	405	1.76	55	2.40	4.34	361	15.6	595	2.37	77.5	3.11	314	12.4	416	1.66	60	2.40	4.19	448	15	602	2.54	82.5	3.1	355	12.4	435	1.75	65
7	2.10	5.24	314	16	565	1.95	69	4.01	264	12.8	380	1.62	52	2.10	4.26	341	16	570	2.22	74	3.03	289	12.7	391	1.52	57	2.10	4.11	428	15.4	577	2.39	79	3.02	330	12.7	410	1.61	62
6	1.80	5.32	294	16.4	540	1.8	65.5	4.09	239	13.1	355	1.48	49	1.80	4.18	321	16.4	545	2.07	70.5	2.55	264	13.0	366	1.38	54	1.80	4.03	408	15.9	552	2.24	75.5	2.54	305	13.0	385	1.47	59
5	1.50	5.40	274	16.8	515	1.65	62	4.17	214	13.4	330	1.34	46	1.50	4.1	301	16.8	520	1.92	67	2.47	239	13.3	341	1.24	51	1.50	3.55	388	16.3	527	2.09	72	2.46	280	13.3	360	1.33	56
4	1.20	5.48	254	17.3	490	1.5	58.5	4.25	189	13.7	305	1.2	43	1.20	4.02	281	17.3	495	1.77	63.5	2.39	214	13.6	316	1.1	48	1.20	3.47	368	16.7	502	1.94	68.5	2.38	255	13.6	335	1.19	53
3	0.90	5.56	234	17.7	465	1.35	55	4.33	164	14	280	1.06	40	0.90	3.54	261	17.7	470	1.62	60	2.31	189	13.9	291	0.96	45	0.90	3.39	348	17.1	477	1.79	65	2.3	230	13.9	310	1.05	50
2	0.60	6.04	214	18.1	440	1.2	51.5	4.41	139	14.3	255	0.92	37	0.60	3.46	241	18.1	445	1.47	56.5	2.23	164	14.2	266	0.82	42	0.60	3.31	328	17.5	452	1.64	61.5	2.22	205	14.2	285	0.91	47
1	0.30	6.12	194	18.5	415	1.05	48	4.49	114	14.6	230	0.78	34	0.30	3.38	221	18.5	420	1.32	53	2.15	139	14.5	241	0.68	39	0.30	3.23	308	17.9	427	1.49	58	2.14	180	14.5	260	0.77	44

## Abréviations

[illegible]