

EDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

LIVRET CANDIDAT

**EXAMEN FACULTATIF PONCTUEL
BACCALAUREATS GÉNÉRAUX, TECHNOLOGIQUES ET
PROFESSIONNELS.**

ACADEMIES DE CRETEIL, PARIS ET VERSAILLES	JUDO	p4
	TENNIS	p7
	NATATION DE DISTANCE	p10
ACADEMIES DE CRETEIL ET PARIS	DANSE INDIVIDUELLE	p13
	ESCALADE	p17
ACADEMIE DE VERSAILLES	DEMI-FOND (épreuve adaptée)	p21
	TIR A LA SARBACANE (épreuve adaptée)	p27

Année scolaire 2015-2016

<p>RECTORAT 4 RUE G. ENESCO 94010 CRETEIL CEDEX Tél : 01 57 02 68 46</p>	<p>RECTORAT 94 AVENUE GAMBETTA 75984 PARIS CEDEX 20 Tél : 01 44 62 47 49</p>	<p>RECTORAT 3 BD DE LESSEPS 78017 VERSAILLES Tél : 01 30 83 40 41</p>
---	---	--

L'épreuve facultative d'EPS évaluée à l'examen ponctuel terminal :

Elle s'adresse à tous les candidats qui passent les épreuves de l'enseignement commun en contrôle en cours de formation comme en contrôle ponctuel. Les candidats inscrits à l'examen facultatif ponctuel choisissent une épreuve parmi :

- les épreuves proposées dans la liste nationale
- les épreuves proposées dans la liste ouverte par l'académie d'inscription à l'examen

L'exigence est celle du niveau 5 du référentiel national. L'épreuve facultative s'adresse à des candidats qui ont un niveau de pratique nettement supérieur aux exigences de l'EPS obligatoire dans les activités concernées. Les informations contenues dans le livret candidat doivent leur permettre d'opérer leurs choix en toute connaissance de cause.

Ne peuvent s'inscrire à l'épreuve facultative :

- ☞ Les candidats dispensés de l'épreuve obligatoire d'éducation physique et sportive
- ☞ Les candidats inscrits à l'épreuve facultative évaluée en contrôle en cours de formation
- ☞ Les candidats inscrits à l'épreuve de complément d'éducation physique et sportive

Les spécialités ouvertes au choix des candidats pour la session 2016 :

- Liste nationale:

- ☞ JUDO
- ☞ TENNIS
- ☞ NATATION DE DISTANCE

- Listes académiques:

Académie de Créteil	Académie de Paris	Académie de Versailles
DANSE ESCALADE	DANSE ESCALADE	DEMI-FOND TIR A LA SARBACANE <i>Ces deux épreuves s'adressent uniquement aux candidats en situation de handicap</i>

Candidats en situation de handicap :

Pour chacune des activités ouvertes au choix des candidats, les modalités et barèmes pourront être adaptés à la nature du handicap dans le respect des compétences attendues telles que définies par le programme en vigueur. **Une demande doit avoir été faite et justifiée au moment de l'inscription.**

Dans l'académie de Versailles, deux épreuves spécifiques sont proposées : demi-fond et tir à la sarbacane.

L'épreuve se compose de deux parties complémentaires :

- ☞ L'épreuve physique est notée sur 16 points, en référence au niveau 5 de compétences attendues fixé nationalement. Les exigences sont identiques à celles du contrôle en cours de formation. Pour les épreuves retenues à l'échelon académique, la compétence et le référentiel de niveau 5 sont validés par la commission académique.
- ☞ L'entretien noté sur 4 points doit permettre d'attester les connaissances scientifiques, techniques, réglementaires et la réflexion du candidat sur sa pratique.

La note obtenue sur 20 points est transmise au président du jury pour attribution définitive et pour information à la commission académique.

LIVRET CANDIDAT SESSION 2016

JUDO

Spécialité ouverte dans les académies de Créteil, Paris et Versailles

I - DESCRIPTION DE L'ÉPREUVE :

L'épreuve consiste en une prestation physique de trois à quatre combats évaluée sur 16 points, et d'un entretien évaluée sur 4 points.

II - CONDITIONS DE L'ÉPREUVE :

Tenue réglementaire exigée

1^{ère} Phase : Le candidat se présente à la pesée. Il justifie son grade par la présentation d'une attestation officielle. A défaut, le jury vérifie sa capacité à passer l'épreuve physique dans le respect de sa sécurité et de celle de ses partenaires. Le jury est habilité à interdire l'épreuve pratique aux candidats chez lesquels cette capacité s'avèrerait insuffisante.

2^{ème} Phase : La surface de combat est au minimum de 8m x 8m. Echauffement libre. Les combattants sont répartis, après pesée, par groupes morphologiques.

3^{ème} Phase : Début de l'épreuve, trois à quatre combats d'une durée comprise entre deux et quatre minutes, le jury se réservant le droit d'arrêter le combat. Chaque combat est arbitré par un candidat selon le règlement fédéral en vigueur. Le temps de repos est géré par le jury en fonction des conditions de l'épreuve.

L'entretien individuel sur l'activité est mené pendant 10 à 15 minutes maximum.

III - COMPÉTENCE ATTENDUE :

- Le niveau 5 de compétence du référentiel Judo (BO spécial n°5 du 19 juillet 2012).
- Pour gagner le combat, gérer ses ressources et s'adapter aux caractéristiques des adversaires pour conduire l'affrontement dans une situation de randori.
- **Il est difficile aux candidats qui n'ont pas au moins la ceinture marron de judo de révéler un niveau de compétence en adéquation avec les attendus de l'épreuve.**

IV - DÉROULEMENT DE L'ÉVALUATION :

- Chaque candidat est observé et évalué par un membre du jury
- L'arbitrage est assuré par les candidats sous couvert d'un membre du jury.

V - MODALITES D'ÉVALUATION :

Cf. Référentiel national N5

L'entretien permet au jury d'apprécier les connaissances du candidat et ses qualités de réflexion en tant que « citoyen cultivé, lucide, autonome, physiquement et socialement éduqué » (finalité de l'EPS, BO spécial n°4 du 29 avril 2010).

Il s'appuie sur des champs de questionnement variés qui dépassent le retour sur la prestation physique qui vient d'être réalisée et peuvent s'attacher selon les candidats à des problématiques telles que : se préparer, s'entraîner, se préserver, et plus largement sport et santé, sport et performance, performance et santé, sport et responsabilité, sport et spectacle, sport et société, sport et violence, sport et art, etc...

LIVRET CANDIDAT SESSION 2016

JUDO		PRINCIPES D'ELABORATION DE L'EPREUVE		
COMPETENCE ATTENDUE		Chaque protagoniste réalise 3 randori de 4 minutes, entrecoupés de 8 à 12 minutes de repos.		
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		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	ELEMENTS 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 pour reprendre rapidement le combat debout.	<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 d'une attitude défensive à une attitude offensive.
8/20	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.
	Gain du combat (2 points)	Gagne 0 ou 1 randori sur 3	Gagne 2 randori sur 3	Gagne les 3 randori
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

Spécialité ouverte dans les académies de Créteil, Paris et Versailles

I - DESCRIPTION DE L'ÉPREUVE :

- Chaque candidat dispute au moins 2 rencontres contre des adversaires de niveaux proches.
- Chaque rencontre se joue en 1 jeu décisif. de 11 ou 15 points gagnants en fonction du nombre de candidats.
- Les changements de côtés s'effectueront tous les 6 points.
- Chaque candidat devra arbitrer au moins un match.

II - CONDITIONS DE L'ÉPREUVE

- Les candidats classés apporteront leur licence FFT.
- L'épreuve se déroule sur un terrain extérieur ou intérieur en terre battue ou dur.
- Une tenue adaptée est exigée (chaussure de tennis réglementaires - short ou jupe de tennis).
- Chaque candidat apportera sa raquette et une boîte de balles neuves.

III - COMPÉTENCE ATTENDUE

- Le niveau 5 de compétence du référentiel tennis (BO spécial n°5 du 19 juillet 2012).
- Le candidat devra être capable de : « Pour gagner le match, concevoir et conduire des projets tactiques en adaptant son jeu (varier le rythme, masquer les coups, etc...) face à chaque adversaire ».
- **Il est difficile aux candidats non classés ou classés en quatrième série de révéler un niveau de compétence en adéquation avec les attendus de l'épreuve.**

IV - DÉROULEMENT DE L'ÉPREUVE

- **Accueil + Échauffement + Évaluation des niveaux :**
 - Explication du déroulement et des attendus de l'épreuve.
 - Échauffement général et spécifique 10 min (1 contre 1 sur demi-terrain).
 - Pendant l'échauffement les membres du jury observent les candidats afin de les classer par niveaux.
- **Prestation physique :**
 - Chaque candidat rencontre au moins 2 adversaires en 1 jeu décisif de 11 ou 15 points gagnants.
 - Entre chaque rencontre, le joueur disposera de 3 à 5 min de récupération.
- **Entretien :**

Cf. Référentiel national N5

L'entretien permet au jury d'apprécier les connaissances du candidat et ses qualités de réflexion en tant que « citoyen cultivé, lucide, autonome, physiquement et socialement éduqué » (finalité de l'EPS, BO spécial n°4 du 29 avril 2010).

Il s'appuie sur des champs de questionnement variés qui dépassent le retour sur la prestation physique qui vient d'être réalisée et peuvent s'attacher selon les candidats à des problématiques telles que : se préparer, s'entraîner, se préserver, et plus largement sport et santé, sport et performance, performance et santé, sport et responsabilité, sport et spectacle, sport et société, sport et violence, sport et art, etc...

LIVRET CANDIDAT SESSION 2016

TENNIS		Principes d'élaboration de l'épreuve			
Compétence attendue		Les matchs se jouent en 1 jeu décisif de 11 à 15 points gagnants en fonction du nombre de candidats. 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. À 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, etc.) face à chaque adversaire.					
Points à affecter	Éléments à évaluer	0 point	9 points	Degrés d'acquisition du niveau 5 10 points 16 points	17 points 20 points
		04/20	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.	
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. Remplacement 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 2ème 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.
02/20	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.
04/20	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.			

NATATION DE DISTANCE

Spécialité ouverte dans les académies de Créteil, Paris et Versailles

I - DESCRIPTION DE L'ÉPREUVE :

- Elle comporte une prestation physique notée sur 16 points et un entretien noté sur 4 points.
- La candidate ou le candidat réalise un 800 mètres **crawl** chronométré, dans le respect des contraintes réglementaires fixées par l'épreuve.

II - CONDITIONS DE L'ÉPREUVE :

- Le candidat doit se conformer au règlement intérieur de l'établissement (port du bonnet obligatoire, ne sont pas autorisés le short ou le bermuda pour les garçons ; le port du maillot de bain une pièce est fortement conseillé pour les candidates).
- Le jury a autorité pour interdire le départ à un candidat dont la tenue n'est pas conforme au règlement intérieur de l'établissement.
- L'épreuve de 800 mètres **crawl** implique une action alternée et un retour des bras vers l'avant, une action alternée des jambes de type battements, des phases d'immersion du visage plus longues que les phases d'émersion.
- Un signal sonore préviendra le candidat lors du passage aux 700m.

III - COMPÉTENCE ATTENDUE :

- Le niveau 5 de compétence du référentiel natation de distance (BO spécial n°5 du 19 juillet 2012).
- 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.
- **Il est difficile aux candidats qui ne bénéficient pas d'un entraînement régulier de révéler un niveau de compétence en adéquation avec les attendus de l'épreuve.**

IV - DÉROULEMENT DE L'ÉVALUATION :

1^{ère} phase :

- Accueil des candidats (appel, vérification d'identité et signature sur liste des présences)
- **Le candidat devra connaître son temps d'engagement (temps prévu au 800m) pour pouvoir le communiquer dès son arrivée au chef de centre, afin de permettre au jury de constituer les séries.**
- Explications sur le déroulement de l'épreuve.

2^{ème} phase :

- Passage de l'épreuve pratique incluant la phase d'échauffement ; l'échauffement n'excèdera pas 30 minutes.

3^{ème} phase :

- Passage de l'entretien oral d'une durée maximale de 15'

V - MODALITES D'ÉVALUATION :

Cf. Référentiel national N5

L'entretien permet au jury d'apprécier les connaissances du candidat et ses qualités de réflexion en tant que « citoyen cultivé, lucide, autonome, physiquement et socialement éduqué » (finalité de l'EPS, BO spécial n°4 du 29 avril 2010).

Il s'appuie sur des champs de questionnement variés qui dépassent le retour sur la prestation physique qui vient d'être réalisée et peuvent s'attacher selon les candidats à des problématiques telles que : se préparer, s'entraîner, se préserver, et plus largement sport et santé, sport et performance, performance et santé, sport et responsabilité, sport et spectacle, sport et société, sport et violence, sport et art, etc...

LIVRET CANDIDAT SESSION 2010

NATATION DE DISTANCE		PRINCIPES D'ELABORATION DE L'EPREUVE								
COMPETENCE ATTENDUE		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.								
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.		La prestation est considérée comme réglementaire si la nage est effectuée comme suit : - 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.								
POINTS A AFFECTER	ELEMENTS A EVALUER	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	19'20	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	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. 0,5 Point			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. de 1 Point à 1,5 Point			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. de 1,5 Point à 2 Points		
	Gestion de l'effort : Ecart entre les temps extrêmes réalisés par tranche de 100 mètres à l'exception de la première et de la dernière	Inférieur ou égal à 10 s : 0,5 Point			Inférieur ou égal à 8 s : 1 Point Inférieur ou égal à 6 s : 1,5 Point			Inférieur ou égal à 4 s : 2 Points		
	Virages	Les virages ralentissent la progression : 0 point Les virages sont efficaces. Ils sont effectués par redressement : 0,5 Point			Les virages sont efficaces. Les culbutes sont présentes en début de parcours. de 1 à 1,5 Point			Les virages sont efficaces. Les culbutes sont le plus souvent présentes. 2 Points		

DANSE INDIVIDUELLE

Spécialité ouverte dans les académies de Créteil et Paris

Les impératifs pour se présenter à cette épreuve :

- Avoir une formation spécialisée en danse en tant que chorégraphe, danseur/interprète et spectateur. Une pratique régulière est nécessaire ainsi qu'une fréquentation des spectacles vivants.
- L'épreuve implique une réelle préparation spécifique durant l'année et une réflexion sur sa pratique personnelle.

Chaque candidat doit se présenter muni de la fiche jointe à la convocation (cf. modèle ci-dessous) dûment remplie intitulée :

- ➔ Fiche de présentation de la chorégraphie

I - DESCRIPTION DE L'ÉPREUVE :

L'épreuve comporte :

- **une prestation physique individuelle** (composition chorégraphique) notée sur 16 points.
- **un entretien** noté sur 4 points en deux parties :
 - première partie : Lors d'un exposé de 3 minutes maximum, le candidat rend compte de sa prestation en mettant en relation son ressenti lors de l'épreuve au regard de son projet initial.
 - deuxième partie : Lors d'un échange-discussion avec le jury, le candidat justifie ses choix chorégraphiques en s'appuyant sur son parcours et ses connaissances du monde de la danse.

II - CONDITIONS DE L'ÉPREUVE :

- Les candidats disposent d'un temps d'échauffement avant le passage de la chorégraphie.
- Si le(s) candidat a (ont) choisi d'utiliser des accessoires et / ou des décors, il(s) devra(ont) les fournir personnellement et les installer rapidement.
- Les candidats proposeront leur musique exclusivement sur un support numérique équipé d'une prise mini-jack (lecteur mp3 ou téléphone). **Pas d'ordinateur, ni de clé usb, ni de CD.** S'il s'agit d'un téléphone, celui-ci devra être en mode avion et sans code d'accès.

Vérifier scrupuleusement la bonne lecture des deux supports sur une sono autre qu'un ordinateur (chaîne hi-fi, poste audio).

L'épreuve pratique n'est pas publique. Seuls les candidats sont admis à assister à l'épreuve.

Prise de vue (photo et vidéo) interdite.

Un seul passage est autorisé.

III - COMPÉTENCE ATTENDUE :

Chorégraphie Individuelle Niveau 5 : Composer et présenter une chorégraphie individuelle à partir de choix personnels, avec un niveau d'engagement émotionnel maîtrisé et une stylisation du mouvement au service du propos chorégraphique. Justifier les choix chorégraphiques de la prestation, lors de l'entretien, en s'appuyant sur son parcours, et ses connaissances du monde de la danse (styles, chorégraphes et œuvres).

Il est difficile aux candidats qui ne bénéficient pas d'un entraînement régulier de révéler un niveau de compétence en adéquation avec les attendus de l'épreuve.

IV - MODALITES D'EVALUATION:

Cf. Référentiel national N5

L'entretien permet au jury d'apprécier les connaissances du candidat et ses qualités de réflexion en tant que « citoyen cultivé, lucide, autonome, physiquement et socialement éduqué » (finalité de l'EPS, BO spécial n°4 du 29 avril 2010).

Il s'appuie sur des champs de questionnement variés qui dépassent le retour sur la prestation physique qui vient d'être réalisée et peuvent s'attacher selon les candidats à des problématiques telles que : se préparer, s'entraîner, se préserver, et plus largement sport et santé, sport et performance, performance et santé, sport et responsabilité, sport et spectacle, sport et société, sport et violence, sport et art, etc...

LIVRET CANDIDAT SESSION 2016

EPREUVE FACULTATIVE PONCTUELLE D'EPS - DANSE
Session 2016

FICHE DE PRESENTATION DE LA CHOREGRAPHIE

(document à remettre le jour de l'épreuve)

Nom de l'élève :

THEME DEVELOPPE DANS LA CHOREGRAPHIE :

REFERENCES MUSICALES CHOISIES:

DANSE CHOREGRAPHIE INDIVIDUELLE		PRINCIPES D'ÉLABORATION DE L'ÉPREUVE		
COMPÉTENCES ATTENDUES		Présenter une chorégraphie individuelle. Durée (2' à 3'), espace scénique et emplacement des spectateurs définis. Le monde sonore est choisi par le candidat (musique, bruitage, silence...). Donner un titre, un argument, et les références du monde sonore. <u>Lors d'un entretien individuel de 15 minutes:</u> - dans un premier temps, compte-rendu de sa prestation en mettant en relation son ressenti lors de l'épreuve au regard de son projet initial (3 minutes maximum). - dans un second temps, échanges et discussion avec le jury autour des champs méthodologique, pratique et culturel.		
NIVEAU 5 : Composer et présenter une chorégraphie individuelle à partir de choix personnels, avec un niveau d'engagement émotionnel maîtrisé et une stylisation du mouvement au service du propos chorégraphique. Justifier les choix chorégraphiques de la prestation, lors de l'entretien, en s'appuyant sur son parcours, et ses connaissances du monde de la danse (styles, chorégraphes et œuvres).		DEGRE D'ACQUISITION DU NIVEAU 5		
POINTS A AFFECTER	ÉLÉMENTS À ÉVALUER	De 0 à 9 points	De 10 à 15 points	De 16 à 20 points
COMPOSITION 8/20	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Procédé(s) de composition choisi(s) pour créer l'ossature générale de la chorégraphie ▪ Construction de l'espace scénique (direction et trajets) ▪ Relations au temps (structure du déroulement) ▪ Choix et exploitation des éléments scénographiques : (monde sonore, costumes et maquillage, accessoire et/ou décor) 	<p align="center">0 à 4 pts</p> <p>Projet cohérent, mené à terme:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Procédés repérables. Un propos se dégage et la réalisation commence à être assimilée. ▪ Trajets précis et organisés avec changements de direction. ▪ Relations au temps subies ou monotones. ▪ Éléments scénographiques utilisés de façon pertinente pour servir l'intention et/ou le thème. 	<p align="center">4,5 à 6 pts</p> <p align="center">Projet développé, polysémique</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Procédés choisis et assimilés. Le propos est traité de façon riche (diversifié et /ou original) et développé. ▪ Relations à l'espace combinées (niveaux, trajets, orientations) ▪ Relations au temps choisies, diversifiées. 	<p align="center">6,5 à 8 pts</p> <p align="center">Projet personnel, parti-pris original et prise de risque dans les choix.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Traitement singulier du thème. Distanciation, dimension poétique, installation d'un univers. ▪ Relations à l'espace et au temps subtiles et/ou symboliques Les relations sont particulièrement fluides et complexes dans la subtilité ou la vitesse d'exécution (partie du corps en contact inattendues ou peu accessibles, lutte contre les évidences)
		<ul style="list-style-type: none"> ▪ Eléments scénographiques utilisés de façon nuancée, créative ou originale. 		
INTERPRETATION 8/20	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Engagement moteur ▪ Engagement émotionnel 	<p align="center">0 à 3,5 pts</p> <ul style="list-style-type: none"> - Coordination maîtrisée de gestes simples, mais appuis précis et stables, gestes finis. Regard fixe et/ou informatif (ex : sur le départ d'un mouvement) ▪ Elève convaincant, engagé dans son rôle de façon intermittente. 	<p align="center">4 à 6,5 pts</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Coordination et dissociation maîtrisée de gestes plus complexes (buste engagé), variation d'énergie. Appuis variés, utilisation du déséquilibre, amplitude gestuelle. Regard vivant. - Elève convaincant, engagé dans son rôle en permanence. 	<p align="center">7 à 8 pts</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Virtuosité (subtilité ou vitesse d'exécution) Dissociation segmentaire, désaxe les mouvements, nuance les énergies, exploite ses caractéristiques singulières de danseur. ▪ Elève habité par sa danse. (est en état de danse, intensité de la présence, maîtrise du jeu d'énergie). Captive le spectateur.
ENTRETIEN 4/20	Justification des choix chorégraphiques en s'appuyant sur son parcours. Connaissances du monde de la danse (styles, chorégraphes et œuvres).	<p align="center">0 à 1 pt</p> <p align="center">Justification partielle, qui n'éclaire pas le propos.</p> <p>Les connaissances sont insuffisantes ou très superficielles.</p>	<p align="center">1,5 à 2,5 pts</p> <p align="center">Justification cohérente des choix qui éclairent le propos.</p> <p>Les connaissances sont globales ou inégales selon les champs abordés.</p>	<p align="center">3 à 4 pts</p> <p align="center">Justification affinée des choix, jusqu'à une éventuelle prise de position singulière.</p> <p>Les connaissances sont éclairées et diversifiées.</p>

ESCALADE

Spécialité ouverte dans les académies de Créteil et Paris

I - DESCRIPTION DE L'ÉPREUVE

- L'épreuve comporte une prestation physique notée sur 16 points et un entretien noté sur 4 points.
- Le candidat réalise un enchaînement de 2 voies différentes, **en tête et non connues** dont la répartition se fait de façon aléatoire dans le(s) niveau(x) de cotation choisi(s).
- Il doit également assurer un autre candidat sur au moins une voie.
- Le candidat effectue la pose d'une moulinette (manœuvre de maillon rapide) ou d'un rappel auto-assuré sur la voie destinée à l'atelier « autonomie en haut de la voie ».
- Un entretien de 10 minutes lors de l'épreuve pratique permet d'attester des connaissances scientifiques, techniques, matérielles et de la réflexion du candidat sur sa pratique. Cet entretien débutera par l'analyse de la prestation passée du candidat dans une voie.

II - CONDITIONS DE L'ÉPREUVE

- L'épreuve se déroule sur une structure artificielle d'escalade (SAE) d'une hauteur supérieure à 7 mètres. Le candidat se présente en tenue de sport. Une paire de chaussons d'escalade paraît indispensable et l'utilisation modérée de magnésie (en poudre ou liquide) est autorisée.
- Le matériel pour le passage de l'épreuve est fourni par le centre d'examen (baudrier, descendeur, longe, cordelettes...).
- L'épreuve nécessite de maîtriser les techniques de sécurité pour s'équiper (baudrier), s'encorder avec nœud de huit et nœud d'arrêt proche du pontet, grimper et assurer en tête.
- Le jury a autorité pour interdire ou stopper l'épreuve d'un candidat mettant en jeu son intégrité physique ou celle des autres.

III - COMPÉTENCE ATTENDUE

- Le niveau 5 de compétence du référentiel Escalade (BO spécial n°5 du 19 juillet 2012).
- Prévoir et conduire son déplacement de manière fluide et lucide selon des itinéraires variés en direction et en volume pour grimper en tête des voies de difficulté proche de 6 ou plus... Assurer avec anticipation sa sécurité et celle d'autrui.
- **Il est difficile aux candidats qui ne bénéficient pas d'un entraînement régulier de révéler un niveau de compétence en adéquation avec les attendus de l'épreuve.**

IV - DÉROULEMENT DE L'ÉVALUATION

1ère phase :

- ☞ Accueil des candidats (appel, vérification d'identité et signature sur liste des présences).
Évaluation des prérequis nécessaires pour grimper (mettre son baudrier et faire son nœud

d'encordement avec nœud d'arrêt) et pour assurer (savoir utiliser un descendeur. Présentation du mur et lecture du protocole d'accueil.

- ☞ Choix des niveaux des 2 voies. Les binômes et l'ordre de passage sont alors déterminés par le jury et annoncés aux candidats.
- ☞ Les candidats disposent de 15 minutes d'échauffement sans encordement dans une zone réservée.

2ème phase :

- Déroulement de l'épreuve pratique.
 - ☞ Le candidat dispose de 7 minutes pour réaliser chacune de ses 2 voies. Le chronomètre se déclenche lorsque le candidat a effectué son nœud d'encordement.
 - ☞ Le jury précise au candidat les prises de départ imposées ainsi que le numéro du relais à mousquetonner pour valider sa voie.
 - ☞ Pendant la prestation ne pas tirer sur les dégaines, respecter la couleur de prise autorisée, ne pas attraper le haut du mur avant d'avoir mousquetonné le dernier point de la voie
 - ☞ Toutes les dégaines doivent être mousquetonnées dans l'ordre de progression. La voie est considérée comme terminée lorsqu'une dégaine est mousquetonnée sur l'un des points de relais dans le temps imparti de 7 minutes.
 - ☞ Les candidats s'assurent mutuellement sur leur première voie.
 - ☞ Dix minutes minimum séparent les 2 prestations.
 - ☞ Lors de la seconde voie, le candidat est assuré par un membre du jury.
 - ☞ Sur l'atelier « autonomie en haut de la voie » le candidat doit se vacher et effectuer la pose d'une moulinette ou d'un rappel auto-assuré sans erreur. 10 minutes maximum sont autorisées pour effectuer les manipulations, rejoindre le sol et se déséquiper.

Exigences et cas particuliers pour l'épreuve.

- Le jury arrête la progression du candidat en cas d'erreur de mousquetonnage non immédiatement corrigé : dégaine vrillée, « yoyo », mousquetonnage tardif en dessous du pontet, oubli de dégaines.
- En cas de chute et/ou d'arrêt (« sec »), le candidat repart à la dernière dégaine mousquetonnée ou du sol (en cas de chute avant la première dégaine). Il repart en tête dans le temps imparti des 7 minutes.
- Dès que les deux pieds ont quitté le sol, tout retour au sol est assimilé à une chute.
- A la seconde chute ou à la fin des 7 minutes, la prestation sur la voie s'arrête.
- Dans les cas d'arrêt de l'épreuve, la note de performance = les points de cotation x nombre de dégaines mousquetonnées / nombre de dégaines total à placer (relais compris).
- En cas d'incident technique pendant l'épreuve (prise qui tourne ou qui casse) provoquant une gêne signalée par le candidat, le jury décide de faire repasser le candidat après 10 minutes de récupération. Dès lors qu'il continue sa progression, cet incident ne peut plus être évoqué plus tard pour expliquer une chute ultérieure.
- Pour les manipulations de cordes destinées à poser une moulinette ou réaliser un rappel auto-assuré, le candidat lorsqu'il s'estime prêt demande au jury l'autorisation de se décrocher et

poursuivre sa manipulation. De même lorsqu'il souhaite se dévacher. Dans le cas contraire, l'épreuve s'arrête et le candidat suit les consignes du jury pour rejoindre le sol.

V - MODALITES D'EVALUATION

Cf. Référentiel national N5

L'entretien permet au jury d'apprécier les connaissances du candidat et ses qualités de réflexion en tant que « citoyen cultivé, lucide, autonome, physiquement et socialement éduqué » (finalité de l'EPS, BO spécial n°4 du 29 avril 2010).

Il s'appuie sur des champs de questionnement variés qui dépassent le retour sur la prestation physique qui vient d'être réalisée et peuvent s'attacher selon les candidats à des problématiques telles que : se préparer, s'entraîner, se préserver, et plus largement sport et santé, sport et performance, performance et santé, sport et responsabilité, sport et spectacle, sport et société, sport et violence, sport et art, etc...

LIVRET CANDIDAT SESSION 2016

ESCALADE		Principes d'élaboration de l'épreuve									
Compétence attendue		Le dispositif comprend des voies de niveau 4c à 7a, d'une longueur minimale de 7 m en SAE et 12 m en falaise. Les dégaines sont à poser par le grimpeur. Le candidat réalise un enchaînement de deux voies différentes (en 45' maximum) plus ou moins connues et tirées au sort dans le(s) niveau(x) de cotation choisi(s). 10 minutes de récupération sont autorisées entre les 2 ascensions. La note finale résulte de la moyenne des notes obtenues sur les deux voies. Avant le départ, sur une portion de voie désignée par l'enseignant (entre deux points d'assurage), le candidat décrit la succession de pas qu'il pense effectuer pour franchir cette zone. En cas de 1ère chute ou de repos artificiel, le candidat peut reprendre sa progression à la dernière dégaine posée. À la seconde chute, l'épreuve s'arrête. L'épreuve s'arrête également si le candidat effectue une erreur de mousquetonnage non corrigée immédiatement ou ne mousquetonne pas tous les points. Dans le cas d'un arrêt de l'épreuve, pour la partie « cotation de l'itinéraire », le candidat marque les points en fonction de la hauteur de voie gravie et les points accordés seront obligatoirement inférieurs à la moitié des points prévus pour le niveau de difficulté tenté. Sur au moins une voie, le candidat effectuera la pose d'une moulinette (manœuvre de maillon rapide) ou la descente en rappel (rappel auto- assuré).									
Niveau 5 Prévoir et conduire son déplacement de manière fluide et lucide selon des itinéraires variés en direction et en volume pour grimper en tête des voies de difficulté proche de 6 ou plus Assurer avec anticipation sa sécurité et celle d'autrui.											
Points à affecter	Éléments à évaluer	Degrés d'acquisition du niveau 5									
11/20	Cotation de l'itinéraire choisi	Points attribués en fonction de la cotation de la voie-									
		Cotation		4c	5a	5b	5c	6a	6b	6c	7a
		Garçons	En tête	0,5	1	2	3	5	7	9	11
		Filles	En tête	1	2	3	5	7	9	11	
03/20	Coordination de l'action grimper/s'assurer	Erreur de mousquetonnage	Pose hésitante des dégaines ou de la moulinette. Mousquetonnage sans erreur.	Pose des dégaines sans erreur. Mousquetonnage intégré dans la progression. Vachage et pose d'une moulinette sans erreur.			Manipulations assurées. Pose d'un rappel auto-assuré.				
		0 point	1 point	2 points			3 points				
02/20	Coordonnations des actions assureur/grimpeur.	Assurage sécuritaire		Assurage fluide. Communication claire. Début d'anticipation et d'amorti de la chute du grimpeur.			Cohésion du binôme. Amorti assuré de la chute				
		0,5 point		1 point			2 points				
04/20	Lecture anticipée de la voie	Non-réalisation du pas prévu ou tentatives multiples. Rythme séquentiel et « haché ».		Hésitations mais réalisation des pas prévus dans le passage annoncé. Rythme inadapté.			Les pas sont réalisés comme prévu dans un rythme approprié et avec aisance.				
		0 point	1 point	2 points			3 points	4 points			

COURSE DE DEMI-FOND : EPREUVE ADAPTÉE

Spécialité ouverte dans l'académie de Versailles

I - DESCRIPTION DE L'EPREUVE :

- En course de demi-fond, chaque candidat réalise 2 courses de 600 m (récupération 12 mn maximum entre les courses), chronométrées à la seconde près par un enseignant.
- Les candidats courent sans montre ni chronomètre mais des temps de passage leurs sont communiqués aux 200m et aux 400m.
- Après l'échauffement et avant la première course, le candidat indique sur une fiche le temps visé pour le premier 600 m.
- Avant la deuxième course, les candidats indiquent leur temps de passage au 200m et le temps visé sur 600m

II - CONDITIONS DE L'EPREUVE

- L'épreuve se déroule sur une piste d'athlétisme de 400m en extérieur.
- Une tenue adaptée est exigée. Pour les candidats pratiquant en fauteuil roulant, il est autorisé voir conseillé de pratiquer avec un fauteuil d'athlétisme (3 roues).
- Chaque candidat apportera sa licence 2015-2016, ainsi qu'un bilan des compétitions réalisées dans l'année.
- Attention, cette épreuve n'est pas ouverte aux candidats classifiés D1 et F1.

III - COMPETENCE ATTENDUE

- Le niveau 5 de compétence du référentiel course de demi-fond (BO spécial n°5 du 19 juillet 2012).
- Le candidat devra être capable de : « Pour produire la meilleure performance, sur une série de courses, anticiper, réguler et optimiser la répartition des allures et la récupération en fonction des ressources du moment »
- **Le niveau minimum requis est celui d'un athlète expérimenté ayant vécu 3h d'entraînement par semaine pendant au moins 3 ans et ayant disputé au moins 1 compétition officielle dans l'année.**

IV - DEROULEMENT DE L'EPREUVE

- **Accueil + Echauffement + Vérification des Classifications :**
 - Explication du déroulement et des attentes de l'épreuve.
 - Echauffement général et spécifique 10 min.
 - Justification de la classification par le candidat et Testing si besoin.

- **Prestation physique** : voir Référentiel
- **Entretien**

V - MODALITES D'EVALUATION

Cf. Référentiel national N5

L'entretien permet au jury d'apprécier les connaissances du candidat et ses qualités de réflexion en tant que « citoyen cultivé, lucide, autonome, physiquement et socialement éduqué » (finalité de l'EPS, BO spécial n°4 du 29 avril 2010).

Il s'appuie sur des champs de questionnement variés qui dépassent le retour sur la prestation physique qui vient d'être réalisée et peuvent s'attacher selon les candidats à des problématiques telles que : se préparer, s'entraîner, se préserver, et plus largement sport et santé, sport et performance, performance et santé, sport et responsabilité, sport et spectacle, sport et société, sport et violence, sport et art, etc...

LIVRET CANDIDAT SESSION 2016

COURSE DE DEMI-FOND		PRINCIPES D'ÉLABORATION DE L'ÉPREUVE								
COMPÉTENCES ATTENDUES		Principe d'élaboration de l'épreuve								
NIVEAU 5 Pour produire la meilleure performance, sur une série de courses, anticiper, réguler et optimiser la répartition des allures et la récupération en fonction des ressources du moment.		En demi-fond, chaque candidat réalise 2 courses de 600 m (récupération 12 mn maximum entre les courses), chronométrées à la seconde près par un enseignant. Les candidats courent sans montre ni chronomètre mais des temps de passage leurs sont communiqués aux 200m et aux 400m. Après l'échauffement et avant la première course, le candidat indique sur une fiche le temps visé pour le premier 600 m. Avant la deuxième course, les candidats indiquent leurs temps de passage aux 200m et 600m.								
POINTS À AFFECTER	ÉLÉMENTS À ÉVALUER	Degrés d'acquisition du NIVEAU 5								
14/20	Temps cumulés pour les deux 600 m réalisés	Note /14	Tps fille	Tps garçon	Note /14	Tps fille	Tps garçon	Note /14	Tps fille	Tps garçon
		0.7	7.10	4.40	7	6.05	3.57	11.2	5.37	3.43
		1.4	6.54	4.25	7.7	6.00	3.55	11.9	5.30	3.40
		2.1	6.44	4.19	8.4	5.56	3.53	12.6	5.22	3.37
		2.8	6.36	4.14	9.1	5.52	3.51	13.3	5.15	3.34
		3.5	6.30	4.10	9.8	5.48	3.49	14	5.08	3.31
		4.2	6.25	4.07	10.5	5.44	3.47			
		4.9	6.20	4.04						
		5.6	6.15	4.01						
		6.3	6.10	3.59						
04/20	Ecart aux projets : - Projet de performance sur 600m - Projet des temps de passage	• Écart de plus de 15 secondes 0 point			Écart compris entre 15 et 10 secondes 2 points			Écart inférieur à 10 secondes 4 points		
02/20	Récupération	La phase de récupération est trop passive, pas de liaison directe avec l'effort consenti 0 point			Récupération active immédiatement après l'effort (course lente, étirements) 1 point			Toutes les dimensions de la récupération sont présentes, chronologiquement positionnées. On conjugue l'effort fait et l'effort à faire. 2 points		

COURSE DE DEMI-FOND		PRINCIPES D'ÉLABORATION DE L'ÉPREUVE								
COMPÉTENCES ATTENDUES		Principe d'élaboration de l'épreuve								
NIVEAU 5 Pour produire la meilleure performance, sur une série de courses, anticiper, réguler et optimiser la répartition des allures et la récupération en fonction des ressources du moment.		En demi-fond, chaque candidat réalise 2 courses de 600 m (récupération 12 mn maximum entre les courses), chronométrées à la seconde près par un enseignant. Les candidats courent sans montre ni chronomètre mais des temps de passage leurs sont communiqués aux 200m et aux 400m. Après l'échauffement et avant la première course, le candidat indique sur une fiche le temps visé pour le premier 600 m. Avant la deuxième course, les candidats indiquent leurs temps de passage aux 200m et 600m.								
POINTS À AFFECTER	ÉLÉMENTS À ÉVALUER	Degrés d'acquisition du NIVEAU 5								
14/20	Temps cumulés pour les deux 600 m réalisés	Note /14	Tps fille	Tps garçon	Note /14	Tps fille	Tps garçon	Note /14	Tps fille	Tps garçon
		0.7	7.10	4.40	7	6.05	3.57	11.2	5.37	3.43
		1.4	6.54	4.25	7.7	6.00	3.55	11.9	5.30	3.40
		2.1	6.44	4.19	8.4	5.56	3.53	12.6	5.22	3.37
		2.8	6.36	4.14	9.1	5.52	3.51	13.3	5.15	3.34
		3.5	6.30	4.10	9.8	5.48	3.49	14	5.08	3.31
		4.2	6.25	4.07	10.5	5.44	3.47			
		4.9	6.20	4.04						
		5.6	6.15	4.01						
6.3	6.10	3.59								
04/20	Ecart aux projets : - Projet de performance sur 600m - Projet des temps de passage	• Écart de plus de 15 secondes 0 point			Écart compris entre 15 et 10 secondes 2 points			Écart inférieur à 10 secondes 4 points		
02/20	Récupération	La phase de récupération est trop passive, pas de liaison directe avec l'effort consenti 0 point			Récupération active immédiatement après l'effort (course lente, étirements) 1 point			Toutes les dimensions de la récupération sont présentes, chronologiquement positionnées. On conjugue l'effort fait et l'effort à faire. 2 points		

COURSE DE DEMI-FOND		PRINCIPES D'ÉLABORATION DE L'ÉPREUVE								
COMPÉTENCES ATTENDUES		Principe d'élaboration de l'épreuve								
NIVEAU 5 Pour produire la meilleure performance, sur une série de courses, anticiper, réguler et optimiser la répartition des allures et la récupération en fonction des ressources du moment.		En demi-fond, chaque candidat réalise 2 courses de 600 m (récupération 12 mn maximum entre les courses), chronométrées à la seconde près par un enseignant. Les candidats courent sans montre ni chronomètre mais des temps de passage leurs sont communiqués aux 200m et aux 400m. Après l'échauffement et avant la première course, le candidat indique sur une fiche le temps visé pour le premier 600 m. Avant la deuxième course, les candidats indiquent leurs temps de passage aux 200m et 600m.								
POINTS À AFFECTER	ÉLÉMENTS À ÉVALUER	Degrés d'acquisition du NIVEAU 5								
14/20	Temps cumulés pour les deux 600 m réalisés	Note /14	Tps fille	Tps garçon	Note /14	Tps fille	Tps garçon	Note /14	Tps fille	Tps garçon
		0.7	6.01	4.25	7	5.00	3.42	11.2	4.37	3.29
		1.4	5.52	4.17	7.7	4.56	3.40	11.9	4.31	3.25
		2.1	5.43	4.10	8.4	4.52	3.38	12.6	4.25	3.22
		2.8	5.35	4.04	9.1	4.48	3.36	13.3	4.19	3.19
		3.5	5.28	3.58	9.8	4.45	3.34	14	4.13	3.15
		4.2	5.21	3.54	10.5	4.42	3.32			
		4.9	5.15	3.51						
		5.6	5.10	3.48						
		6.3	5.05	3.45						
04/20	Ecart aux projets : - Projet de performance sur 600m - Projet des temps de passage	• Écart de plus de 15 secondes 0 point			Écart compris entre 15 et 10 secondes 2 points			Écart inférieur à 10 secondes 4 points		
02/20	Récupération	La phase de récupération est trop passive, pas de liaison directe avec l'effort consenti 0 point			Récupération active immédiatement après l'effort (course lente, étirements) 1 point			Toutes les dimensions de la récupération sont présentes, chronologiquement positionnées. On conjugue l'effort fait et l'effort à faire. 2 points		

COURSE DE DEMI-FOND		PRINCIPES D'ÉLABORATION DE L'ÉPREUVE								
COMPÉTENCES ATTENDUES		Principe d'élaboration de l'épreuve								
NIVEAU 5 Pour produire la meilleure performance, sur une série de courses, anticiper, réguler et optimiser la répartition des allures et la récupération en fonction des ressources du moment.		En demi-fond, chaque candidat réalise 2 courses de 600 m (récupération 12 mn maximum entre les courses), chronométrées à la seconde près par un enseignant. Les candidats courent sans montre ni chronomètre mais des temps de passage leurs sont communiqués aux 200m et aux 400m. Après l'échauffement et avant la première course, le candidat indique sur une fiche le temps visé pour le premier 600 m. Avant la deuxième course, les candidats indiquent leurs temps de passage aux 200m et 600m.								
POINTS À AFFECTER	ÉLÉMENTS À ÉVALUER	Degrés d'acquisition du NIVEAU 5								
14/20	Temps cumulés pour les deux 600 m réalisés	Note /14	Tps fille	Tps garçon	Note /14	Tps fille	Tps garçon	Note /14	Tps fille	Tps garçon
		0.7	7.13	5.20	7	6.14	4.39	11.2	5.45	4.22
		1.4	7.03	5.12	7.7	6.09	4.36	11.9	5.37	4.18
		2.1	6.54	5.06	8.4	6.05	4.34	12.6	5.30	4.14
		2.8	6.48	5.01	9.1	6.01	4.32	13.3	5.23	4.10
		3.5	6.41	4.56	9.8	5.57	4.29	14	5.16	4.06
		4.2	6.35	4.52	10.5	5.53	4.26			
		4.9	6.29	4.48						
		5.6	6.24	4.45						
		6.3	6.19	4.42						
04/20	Ecart aux projets : - Projet de performance sur 600m - Projet des temps de passage	• Écart de plus de 15 secondes 0 point			Écart compris entre 15 et 10 secondes 2 points			Écart inférieur à 10 secondes 4 points		
02/20	Récupération	La phase de récupération est trop passive, pas de liaison directe avec l'effort consenti 0 point			Récupération active immédiatement après l'effort (course lente, étirements) 1 point			Toutes les dimensions de la récupération sont présentes, chronologiquement positionnées. On conjugue l'effort fait et l'effort à faire. 2 points		

TIR A LA SARBACANE : EPREUVE ADAPTÉE

Spécialité ouverte dans l'académie de Versailles

I - DESCRIPTION DE L'EPREUVE :

- L'épreuve consiste dans le respect strict des consignes de sécurité propres à la pratique de cette activité, à réaliser 6 volées de 3 dards à une distance de 2,5 m.
- Le centre de la cible est située à une hauteur de 1,3 m du sol pour les candidats FE et F1, et à une hauteur de 1,6m du sol pour les candidats D1.
- Le candidat dispose de 3 volées de 3 dards d'échauffement.
- Les cibles sont celles utilisées dans le cadre scolaire, de diamètre 170 mm et graduées de 1 à 10 pts.
- La note de performance est calculée au regard du total des points des 6 volées.
- Après son échauffement et avant le début du concours le candidat indique aux évaluateurs sa prévision concernant la moyenne de ses 3 meilleurs volées (une volée= 3 dards)

II - CONDITIONS DE L'EPREUVE

- Le candidat se présente avec son propre matériel :
 - Une sarbacane de longueur maximale 130 cm, de calibre 10 mm, système anti-retour obligatoire et avec adaptation d'embouchure spécifique autorisée.
 - Une potence (non obligatoire) : le point de support de la sarbacane doit être plat, d'une largeur minimum de 20 mm et dépourvu de toute matière absorbante susceptible de caler la sarbacane.
 - Les fléchettes ou dards (poids 1,10 g longueurs 110 mm)
- Une tenue sportive est exigée.
- Le candidat D1 peut effectuer l'épreuve soit debout soit assis.
- Une aide pourra être autorisée pour introduire la fléchette dans l'embout de la sarbacane. Cette aide pourra aussi maintenir la potence si besoin mais le tireur ne pourra recevoir aucune aide dans le maintien de la sarbacane (possibilité d'adaptation matérielle pour l'appui en bouche, élastique, masque ...)
- Le tireur ne peut disposer de plus de 3 points d'appui (potence, coude, bouche). L'appui des coudes sur la tablette de tir ou sur les accoudoirs du fauteuil est autorisé.

III - REGLEMENT PARTICULIER

- Le comptage des points se fait à la fin de chaque volée. Dans le cas d'une fléchette dite « cordon », les points de la zone la plus élevée sont comptabilisés.
- Lorsqu'une fléchette retombe au sol après avoir touché la cible, le tireur a le droit de recommencer ce tir.
- Dans le cas d'une fléchette plantée dans une autre fléchette, les points de la première fléchette seront à nouveau comptabilisés (même si sa pointe plante dans la cible).

IV - COMPETENCE ATTENDUE

- La compétence attendue de niveau 5 est : « pour produire et reproduire la meilleure performance se concentrer, se réguler, optimiser ses efforts et ses récupérations afin d'obtenir des scores élevés et réguliers sur une série de plusieurs volées enchainées »
- **Le niveau minimum requis est celui d'un candidat expérimenté ayant vécu au moins une compétition handisport de niveau national dans sa scolarité.**

V - DEROULEMENT DE L'EPREUVE

- **Accueil + Echauffement + Vérification des Classifications :**
 - Explication du déroulement et des attentes de l'épreuve.
 - Echauffement général et spécifique 10 min.
 - Justification de la classification par le candidat et Testing si besoin.
- **Prestation physique**
- **Entretien**

VI - MODALITES D'EVALUATION

Cf. Référentiel national N5

L'entretien permet au jury d'apprécier les connaissances du candidat et ses qualités de réflexion en tant que « citoyen cultivé, lucide, autonome, physiquement et socialement éduqué » (finalité de l'EPS, BO spécial n°4 du 29 avril 2010).

Il s'appuie sur des champs de questionnement variés qui dépassent le retour sur la prestation physique qui vient d'être réalisée et peuvent s'attacher selon les candidats à des problématiques telles que : se préparer, s'entraîner, se préserver, et plus largement sport et santé, sport et performance, performance et santé, sport et responsabilité, sport et spectacle, sport et société, sport et violence, sport et art, etc...

SARBACANE		PRINCIPES D'ÉLABORATION DE L'ÉPREUVE								
COMPÉTENCES ATTENDUES		Principe d'élaboration de l'épreuve								
NIVEAU 5 : pour produire et reproduire la meilleure performance se concentrer, se réguler, optimiser ses efforts et ses récupérations afin d'obtenir des scores élevés et réguliers sur une série de plusieurs volées enchainées.		L'épreuve consiste dans le respect strict des consignes de sécurité propres à la pratique de cette activité, à réaliser 6 volées de 3 dards à une distance de 2,5m Le centre de la cible est située à une hauteur de 1,3m du sol pour les candidats FE et F1, et à une hauteur de 1,6m du sol pour les candidats D1. Le candidat dispose de 3 volées de 3 dards d'échauffement. Les cibles sont celles utilisées dans le cadre scolaire, de diamètre 170mm et graduées de 1 à 10pts. La note de performance est calculée au regard du total des points des 6 volées. Après son échauffement et avant le début du concours le candidat indique aux évaluateurs son projet concernant la somme de ses 3 meilleures volées (une volée= 3 dards)								
POINTS À AFFECTER	ÉLÉMENTS À ÉVALUER	Degrés d'acquisition du NIVEAU 5								
10/20	Performance : score cumulé des 6 volées	Note /10	SCORE De à		Note /10	SCORE De à		Note /10	SCORE De à	
		0,5	1	6	5	79	90	8	143	150
		1	7	12	5,5	91	102	8,5	151	158
		1,5	13	18	6	103	114	9	159	166
		2	19	26	6,5	115	124	9,5	167	174
		2,5	27	34	7	125	134	10	175	180
		3	35	44	7,5	135	142			
		3,5	45	54						
		4	55	66						
4,5	67	78								
04/20	Total des 3 meilleures volées	Note /04	SCORE De à		Note /04	SCORE De à		Note /04	SCORE De à	
		0,2	0	3	2,0	36	40	3,2	71	75
		0,4	4	6	2,2	41	46	3,4	76	80
		0,6	7	9	2,4	47	52	3,6	81	83
		0,8	10	12	2,6	53	59	3,8	84	86
		1,0	13	15	2,8	60	65	4,0	87	90
		1,2	16	19	3,0	66	70			
		1,4	20	23						
		1,6	24	29						
1,8	30	35								
02/20	Ecart au projet	Sup. à 10% = 0 point			Sup. à 5% et Inf. ou égal à 10% = 1 Point		Inf. ou Égal à 5% = 2 Points			
04/20	Nombre de dards dans la zone centrale (zone de 8 à 10 pts)	0,5 pt	Entre 1 et 6 dards		2 pts	11 dards		3,5 pts	14 dards	
		1 pt	7 ou 8 dards		2,5 pts	12 dards		4 pts	15 dards et plus	
		1,5 pts	9 ou 10 dards		3 pts	13 dards				