

académie
Rennes



RÉGION ACADÉMIQUE
BRETAGNE

MINISTÈRE
DE L'ÉDUCATION NATIONALE

MINISTÈRE
DE L'ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR,
DE LA RECHERCHE
ET DE L'INNOVATION

DEXACO

INSPECTION PÉDAGOGIQUE RÉGIONALE

LIVRET CANDIDAT



ÉPREUVES FACULTATIVES EN PONCTUEL



BACCALAURÉATS

GENERAL ET TECHNOLOGIQUE

ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

Ce livret est présenté afin de faciliter l'inscription des candidats aux épreuves facultatives EPS des baccalauréats généraux et technologiques. En effet, il leur permettra de faire des choix plus pertinents en fonction de leurs compétences concernant ces épreuves.

Les candidats peuvent choisir entre les trois propositions nationales (tennis, natation de distance, judo) et les deux propositions académiques (danse, gouren).

Un livret « art-danse » détaillé est déjà à disposition des candidats sur le site EPS de l'académie de Rennes.

Le livret a été réalisé en collaboration avec l'Inspection Pédagogique Régionale et les coordonnateurs de centre de l'académie de Rennes. L'inspection pédagogique régionale tient à remercier ce groupe pour le travail accompli.

SOMMAIRE

PARTIE A : Présentation des épreuves

PARTIE B: Les Activités Physiques Sportives et Artistiques

- Épreuve de **JUDO** (liste nationale)
- Épreuve de **NATATION DE DISTANCE** (liste nationale)
- Épreuve de **TENNIS** (liste nationale)
- Épreuve de **GOUREN** (liste académique)
- Épreuve de **DANSE** (liste académique)

PARTIE A : Présentation des épreuves

Texte officiel en vigueur :

Arrêté du 21-12-2011 - J.O. du 13-1-2012

Baccalauréats général et technologique. Modalités d'organisation du contrôle en cours de formation et de l'examen ponctuel terminal prévus pour l'éducation physique et sportive.

- Bulletin officiel spécial n°5 du 19 juillet 2012 - Circulaire n° 2012-093 du 8-6-2012 Modifiée par la circulaire 2015-066 du 16-4-2015 (BO 2015-066 du 16-4-2015)
- Modifiée par la circulaire 2017-073 du 19-04-2017

Évaluation de l'éducation physique et sportive aux baccalauréats de l'enseignement général et technologique - Liste nationale d'épreuves et référentiel national d'évaluation

« **Pour l'épreuve facultative:** elle s'adresse à tout candidat ayant passé les épreuves de l'enseignement commun CCF comme en ponctuel. Les candidats inscrits à l'examen facultatif ponctuel choisissent une épreuve parmi :

- les trois épreuves proposées dans la liste nationale spécifique à l'enseignement facultatif ponctuel, publiée en annexe de la présente circulaire et susceptible d'évolutions au fil des sessions;
- les deux épreuves éventuellement proposées dans la liste académique spécifique.

L'épreuve se compose de deux parties : **une épreuve physique et un entretien**. L'épreuve physique est notée sur 16 points, en référence au niveau 5 de compétence attendue 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. Un bilan de la session est établi à partir des rapports des responsables des centres d'examen. »

Dans l'académie de Rennes

- La liste nationale : tennis, judo et natation de distance (800 m)
- La liste académique : gouren et danse (chorégraphie individuelle)

Les jurys de l'académie de Rennes utiliseront les référentiels des épreuves facultatives ponctuelles présentés dans ce document.

PARTIE B: Les Activités Physiques Sportives et Artistiques

- Épreuve de **JUDO** (liste nationale)
- Épreuve de **NATATION DE DISTANCE** (liste nationale)
- Épreuve de **TENNIS** (liste nationale)
- Épreuve de **GOUREN** (liste académique)
- Épreuve de **DANSE** (liste académique)

JUDO



ÉPREUVE PHYSIQUE JUDO

Information	<ul style="list-style-type: none"> • RAPPEL : la note obtenue en relation avec la fiche d'évaluation nationale doit être reportée à 16/20. Les 4 points restants correspondent à l'épreuve d'entretien • L'entretien se déroule à l'issue des trois combats
Protocole précis du déroulement de l'épreuve	<ul style="list-style-type: none"> • Accueil des candidats dans les tribunes • Appel pour pesée • Pesée et vérification de la convocation et de la pièce d'identité du candidat • Les candidats seront regroupés par poule de quatre ou cinq en fonction de leur poids, de leur sexe et de leur niveau • Les rencontres se dérouleront de la manière suivante : quatre minutes de RANDORI : le ippon n'arrête pas le randori, il faut qu'un des deux combattants cumule trois ippons pour que le randori cesse avant les quatre minutes (en cas de différence de niveau trop importante, ceci garantira la sécurité du combattant dominé). Chaque candidat fera trois rencontres avec des adversaires différents, entrecoupés de huit à douze minutes de repos. • Lors des randoris, les candidats assurent l'arbitrage avec possibilité pour le jury d'intervenir s'il le juge nécessaire. Par conséquent, il est indispensable de connaître l'arbitrage (connaître le règlement et savoir arbitrer). En cas d'égalité de points à l'issue des quatre minutes de randori, une décision sera donnée après concertation avec le jury. • Un entretien de quinze minutes maximum à l'issue des combats. <p style="text-align: center;">L'épreuve implique une réelle préparation durant l'année et une réflexion sur sa pratique personnelle.</p>
Descriptif du matériel nécessaire	<ul style="list-style-type: none"> • Ceintures personnelles rouges (plus grade habituel) • Kimono personnel
Conseils aux candidats	<ul style="list-style-type: none"> • Il est fortement conseillé aux candidats d'avoir un vécu antérieur significatif dans l'activité et d'avoir une expérience compétitive. • Pour espérer avoir une note supérieure à 10, le niveau de référence équivaut à un pratiquant ceinture marron. • L'épreuve consiste en la réalisation de trois randoris, qu'il faut différencier des combats type shiai ; il est donc nécessaire pour le candidat de comprendre les attentes du jury de ce point de vue et de s'y préparer (NB : un randori est une forme de combat plus souple que le shiai, dans laquelle les 2 pratiquants doivent pouvoir s'exprimer). • En tout état de cause, un temps d'échauffement suivra la pesée et permettra au jury de vérifier que tous les candidats ont un niveau suffisant pour participer à l'épreuve sans mettre en danger leur propre sécurité et celle d'autrui.

JUDO		Principes d'élaboration de l'épreuve		
Compétence attendue		Chaque protagoniste réalise 3 randon de 4 minutes, entrecoupés de 8 à 12 minutes de repos. Les randon sont arbitrés par les élèves. L'arbitre annonce les avantages, les pénalités et fait respecter les règles de sécurité. Les combattants sont répartis par groupe morphologique et de niveau.		
Niveau 5		Degrés d'acquisition du niveau 5		
Points à affecter		Degrés d'acquisition du niveau 5		
Éléments à évaluer		Degrés d'acquisition du niveau 5		
08/20	Efficacité de l'organisation individuelle dans la circulation des statuts dominant/dominé :	De 0 à 9 points	De 10 à 16 points	De 17 à 20 points
	- préparation de l'attaque : saisie, posture, déplacement - technique d'attaque et de défense	Attaque : 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. Défense : 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.	Attaque : 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 choisis 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. Défense : le combattant propose une contre-attaque et peut reprendre l'initiative suite à un blocage ou une esquivé d'attaque. Dans la liaison debout-sol, il est capable de neutraliser les actions de Ton ou de fuir de façon organisée pour reprendre rapidement le combat debout.	Attaque : 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. Défense : le combattant propose presque toujours une contre-attaque et reprend rapidement l'initiative après blocage ou esquivé. 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.
06/20	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 oeuvre ce plan d'action.	Le combattant régule son plan d'action en cours de randon 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 randon sur 3 0 point	Gagne 2 randon sur 3 0,50 point	Gagne les 3 randon 1,25 point
04/20	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 déplacements. Il est capable d'attribuer une décision conforme à l'évolution du combat, lorsqu'aucun avantage n'est marqué.

➤ **Référence institutionnelle :**

Évaluation de l'éducation physique et sportive aux baccalauréats de l'enseignement général et technologique - Liste nationale d'épreuves et référentiel national d'évaluation. Circulaire n° 2012-093 du 8-6-2012 modifiée par la circulaire 2015-066 du 16-4-2015 : « L'entretien noté sur 4 points doit permettre d'attester les connaissances scientifiques, techniques, réglementaires et la réflexion du candidat sur sa pratique. »

➤ **Thèmes de questionnement possibles :**

L'entretien ne peut pas excéder **15 minutes**. Il s'agit bien **d'un entretien et non d'une interrogation** qui consisterait à poser une ou plusieurs questions et à attendre les réponses chez le candidat. Le point de départ de cet entretien reste la pratique du lycéen. Elle doit être au cœur de la démarche d'investigation. Tous les candidats ont vécu les grandes étapes qui concourent à la réalisation d'une performance sportive qui en délimite les conditions d'expression. Ils ont donc une expérience personnelle qui doit servir de toile de fond dans l'entretien.

Les questions du jury porteront sur : la capacité du candidat à analyser ses combats, les stratégies mises en œuvre par le candidat lors des randori (en fonction de ses points forts et des caractéristiques de l'adversaire).

<p>TEMPS 1 : LE PARCOURS SPORTIF</p> <p>Quel niveau de pratique actuel ? Quels cursus et quelles structures de formation ? Pourquoi ce parcours ? Quelles motivations ?</p>
<p>TEMPS 2 : THÈMES DE QUESTIONNEMENT POSSIBLES</p>
<p>CONNAISSANCES</p>
<p>1. Tactique mise en place lors des combats : Kumikata personnel ou de l'adversaire, attaques réalisées, déplacements, actions/réactions en fonction de l'adversaire, liaisons debout-sol.</p> <p>2. Principes d'efficacité : projection efficace, principes de déséquilibre, principes d'action à utiliser lors d'un retournement, différents types d'attaque en judo,</p> <p>3. Arbitrage : gestuelle en fonction de l'avantage ou de la sanction, ce qui est autorisé, interdit...</p>
<p>CAPACITÉS</p>
<p>1. Retour sur les séquences de combat : adaptations techniques en fonction des réactions de l'adversaire....</p> <p>2. Méthodes d'entraînement : préparation pour cette épreuve, ressources énergétiques sollicitées, amélioration de ces ressources, méthodes spécifiques judo (Nage-komi, Kakari-Geiko, etc.), méthodes hors judo</p>
<p>ATTITUDES</p>
<p>1. Apport de la pratique du judo, valeurs, code moral...</p>
<p>PERSPECTIVES</p>
<p>1. Perspective d'évolution en fonction des points forts et des points faibles</p> <p>2. Implication dans votre pratique (arbitrage, animation, etc.)</p>

NATATION

DE DISTANCE



ÉPREUVE PHYSIQUE DE NATATION DE DISTANCE

Information	<ul style="list-style-type: none">• RAPPEL : la note obtenue en relation avec la fiche d'évaluation nationale doit être reportée à 16/20. Les 4 points restants correspondent à l'épreuve d'entretien• Les candidats sont convoqués le matin pour l'épreuve physique et l'après-midi pour l'épreuve d'entretien. Deux types de convocation sont possibles tout en sachant que les horaires peuvent évoluer selon les disponibilités des installations : <p>Convocation 1 : Épreuve physique à 8h et épreuve d'entretien à 13h30 Convocation 2 : Épreuve physique à 10h et épreuve d'entretien à 15h</p>
Protocole précis du déroulement de l'épreuve	<ul style="list-style-type: none">• Bassin de 25m.• Planche ou sifflet au dernier 50m.• Le candidat déclenche par son départ les chronomètres des jurys.• Echauffement collectif de 20'.
Descriptif détaillé du matériel nécessaire	<ul style="list-style-type: none">• Convocation et pièce d'identité• Maillot de bain (short interdit)• Bonnet et lunettes

Natation de distance (Épreuve facultative) (référentiel rénové 2017)

Compétences attendues		Principes d'élaboration de l'épreuve											
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.		Le candidat effectue un parcours continu chronométré de 800 mètres en crawl à partir d'un départ plongé. Les temps sont relevés par le jury par tranche de 100 mètres. 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'émergence.											
Points à affecter													
14 points	Éléments à évaluer	Degrés d'acquisition du niveau 5											
		N/14	Filles	Garçons	N/14	Filles	Garçons	N/14	Filles	Garçons	N/14	Filles	Garçons
14 points 6 points	Performance chronométrique Exemple Une fille réalise 15 mn 33 Sa note est de 7 /14	1 pt	19'00	17'00	5,5 pts	16'32	14'49	10 pts	14'32	13'10	10 pts	14'32	13'10
		1,5 pt	18'40	16'41	6 pts	16'16	14'36	10,5 pts	14'20	13'00	10,5 pts	14'20	13'00
		2 pt	18'24	16'26	6,5 pts	16'00	14'23	11 pts	14'08	12'50	11 pts	14'08	12'50
		2,5 pts	18'08	16'11	7 pts	15'44	14'10	11,5 pts	13'56	12'40	11,5 pts	13'56	12'40
		3 pts	17'52	15'56	7,5 pts	15'32	14'00	12 pts	13'44	12'30	12 pts	13'44	12'30
6 points	Gestion de l'effort Temps réalisé sur la dernière tranche de 100mètres 3 pts	3,5 pts	17'36	15'41	8 pts	15'20	13'50	12,5 pts	13'32	12'20	12,5 pts	13'32	12'20
		4 pts	17'20	15'28	8,5 pts	15'08	13'40	13 pts	13'30	12'10	13 pts	13'30	12'10
		4,5 pts	17'04	15'16	9 pts	14'56	13'30	13,5 pts	13'08	11'50	13,5 pts	13'08	11'50
5 pts	16'48	15'02	9,5 pts	14'44	13'20	14 pts	12'56	11'40	14 pts	12'56	11'40		
6 points	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 pt	Bonus de 1pt si la performance est réalisée dans un bassin de 50 mètres (dans la limite de 14 pts pour la performance chronométrique).											
		Le temps réalisé sur la huitième et dernière tranche de 100 mètres est strictement inférieur à celui de chacune des deuxième à septième tranches. 3 pts											
6 points	Temps réalisé sur la huitième et dernière tranche de 100mètres 3 pts	Le temps réalisé sur la huitième et dernière tranche de 100 mètres est strictement inférieur à celui de chacune des deuxième à septième tranches. 3 pts											
		Supérieur à 13 sec : 0 pt Entre 11 et 13 sec : 0,5 pt Entre 9 et 10 sec : 1 pt Entre 7 et 8 sec : 1,5 pts Entre 5 et 6 sec : 2 pts Inférieur à 4 sec : 3 pts											

➤ **Référence institutionnelle :**

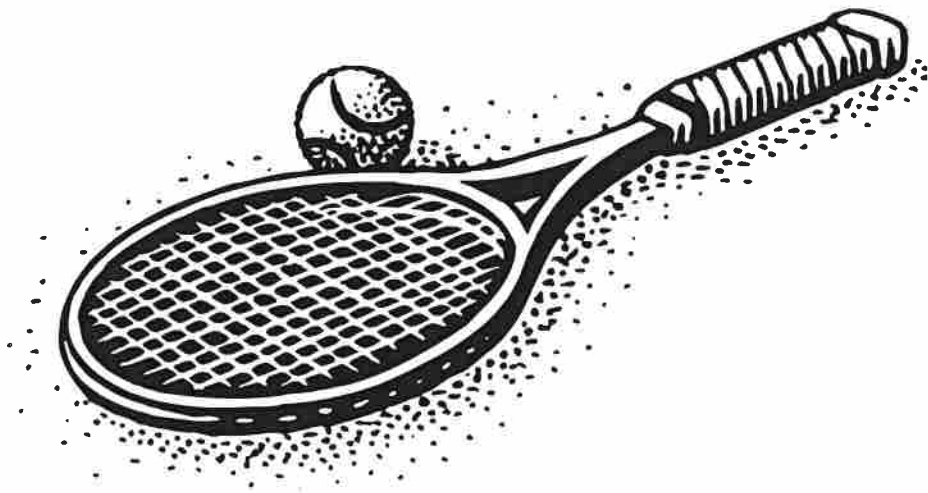
Évaluation de l'éducation physique et sportive aux baccalauréats de l'enseignement général et technologique - Liste nationale d'épreuves et référentiel national d'évaluation. Circulaire n° 2012-093 du 8-6-2012 modifiée par la circulaire 2015-066 du 16-4-2015 modifiée par la circulaire 2017-073 du 19-04-2017 : « L'entretien noté sur 4 points doit permettre d'attester les connaissances scientifiques, techniques, réglementaires et la réflexion du candidat sur sa pratique. »

➤ **Thèmes de questionnement possibles :**

L'entretien ne peut pas excéder **15 minutes**. Il s'agit bien **d'un entretien et non d'une interrogation** qui consisterait à poser une ou plusieurs questions et à attendre les réponses chez le candidat. Le point de départ de cet entretien reste la pratique du lycéen. Elle doit être au cœur de la démarche d'investigation. Tous les candidats ont vécu les grandes étapes qui concourent à la réalisation d'une performance sportive qui en délimite les conditions d'expression. Ils ont donc une expérience personnelle qui doit servir de toile de fond dans l'entretien.

<p>TEMPS 1 : LE PARCOURS SPORTIF Quel niveau de pratique actuel ? Quels cursus et quelles structures de formation ? Pourquoi ce parcours ? Quelles motivations ?</p>
<p>TEMPS 2 : THÈMES DE QUESTIONNEMENT POSSIBLES</p>
<p>CONNAISSANCES</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Les points de règlement (départ, virage, reprise de nage...) • Le vocabulaire spécifique au milieu aquatique (poussée d'Archimède, résistances à l'avancement) • Son niveau de performance actuel • Préparation à l'épreuve : échauffement spécifique, renforcement musculaire, hygiène de vie.... • Analyser et justifier sa préparation à l'épreuve
<p>CAPACITES</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Juger de l'efficacité de sa nage (nombre de coups de bras sur la longueur...) • Les principes d'une nage économique : battements équilibrés, respiration longue, trajet aérien relâché, gestion de l'effort ...) • Les données anatomiques, physiologiques et biomécanique (filières énergétiques, groupes musculaires sollicités, rapport intensité/durée, récupération...) • Analyser sa course (qualitatif/quantitatif) • Analyser sa technique de nage • Exposer son projet de nage personnalisé • Reconnaître ses points forts et ses points faibles
<p>ATTITUDES</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Apport de la pratique de la natation • Valeurs à développer • Continuité dans votre pratique • Epreuve et gestion du stress
<p>PERSPECTIVES</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Perspective d'un plan entraînement par rapport à la performance réalisée

TENNIS



ÉPREUVE PHYSIQUE DE TENNIS

<p>Organisation et répartition des jurys (rôles, tâches...)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Distribution d'une chasuble de couleur à chaque candidat à l'entrée sur le court avant l'échauffement. (facilité de repérage des candidats). • L'entretien se déroule à l'issue des rencontres.
<p>Protocole précis du déroulement de l'épreuve</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Rappel du déroulement de l'épreuve avant l'échauffement. L'épreuve commence dès l'échauffement. • Échauffement de départ 10 minutes MAXIMUM. Échauffement entre les matchs 5 minutes MAXIMUM. • Au début des rencontres, le jury vous donnera une feuille d'analyse de vos matchs et d'élaboration d'une stratégie pour la suite de la rencontre. • Déroulement des rencontres : <p>* TOUS les matchs se déroulent en 1 set de 4 jeux gagnants avec jeu décisif à 3 partout.</p> <p>* Deux matchs par joueur seront organisés. Un match complémentaire sur un autre terrain peut vous être proposé si nécessaire.</p> <p>* À chaque changement de côté, le candidat peut analyser, par écrit, la séquence de jeu qui vient de se dérouler et peut proposer une stratégie pour la séquence suivante, soit les 2 jeux suivants.</p> <p>* Les candidats restituent leur fiche d'analyse des rencontres avant l'entretien.</p> <p>* L'entretien se déroule à l'issue des rencontres.</p>
<p>Descriptif détaillé du matériel nécessaire</p>	<ul style="list-style-type: none"> • La raquette et les balles sont fournies par le candidat. • Des chaussures de salle adaptées et propres sont conseillées. • Un chronomètre par terrain est à disposition afin de faciliter la gestion de l'échauffement. • La fiche d'analyse des rencontres et les crayons sont fournis.

Référentiel pour le tennis

TENNIS		Principes d'élaboration de l'épreuve					
Compétence attendue		Degrés d'acquisition du niveau 5					
Niveau 5		Degrés d'acquisition du 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.		Degrés d'acquisition du niveau 5					
Points à affecter		0 point	5 points	10 points	15 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.	Le candidat connaît bien ses points forts, il détecte globalement les points faibles de l'adversaire, il construit un projet et le met en place mais il parvient peu à le faire évoluer, si nécessaire, en cours de jeu.	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.	L'analyse repose sur les éléments essentiels qui vont permettre de proposer un projet efficace qui s'appuie sur les points faibles et forts de l'adversaire au regard de ses propres possibilités.	Optimisation de la gestion du couple risques/efficacité : 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.	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.
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. Replacement 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 exposée, 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.	L'analyse repose sur les éléments essentiels qui vont permettre de proposer un projet efficace qui s'appuie sur les points faibles et forts de l'adversaire au regard de ses propres possibilités.	Optimisation de la gestion du couple risques/efficacité : 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.	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.	
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.	L'analyse repose sur les éléments essentiels qui vont permettre de proposer un projet efficace qui s'appuie sur les points faibles et forts de l'adversaire au regard de ses propres possibilités.	Optimisation de la gestion du couple risques/efficacité : 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.	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 en tenant compte des écarts de scores.	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.	L'analyse repose sur les éléments essentiels qui vont permettre de proposer un projet efficace qui s'appuie sur les points faibles et forts de l'adversaire au regard de ses propres possibilités.	Optimisation de la gestion du couple risques/efficacité : 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.	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.	

FICHE D'ANALYSE DE VOTRE MATCH

Changements de côté	Analyse de son match		Stratégie établie pour les 2 prochains jeux
N°1
N°2
N°3

➤ **Référence institutionnelle :**

Évaluation de l'éducation physique et sportive aux baccalauréats de l'enseignement général et technologique - Liste nationale d'épreuves et référentiel national d'évaluation. Circulaire n° 2012-093 du 8-6-2012 modifiée par la circulaire 2015-066 du 16-4-2015 : « L'entretien noté sur 4 points doit permettre d'attester les connaissances scientifiques, techniques, réglementaires et la réflexion du candidat sur sa pratique. »

➤ **Thèmes de questionnement possibles :**

L'entretien ne peut pas excéder **15 minutes**. Il s'agit bien **d'un entretien et non d'une interrogation** qui consisterait à poser une ou plusieurs questions et à attendre les réponses chez le candidat. Le point de départ de cet entretien reste la pratique du lycéen. Elle doit être au cœur de la démarche d'investigation. Tous les candidats ont vécu les grandes étapes qui concourent à la réalisation d'une performance sportive qui en délimite les conditions d'expression. Ils ont donc une expérience personnelle qui doit servir de toile de fond dans l'entretien.


<p>TEMPS 1 : LE PARCOURS SPORTIF</p> <p>Quel niveau de pratique actuel ? Quels cursus et quelles structures de formation ? Pourquoi ce parcours ? Quelles motivations ?</p>
<p>THÈMES DE QUESTIONNEMENT POSSIBLES</p>
<p>CONNAISSANCES</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Utiliser un vocabulaire spécifique (langage utilisé) à l'activité tennis de plus en plus riche et détaillé pour expliciter la mise en difficulté de l'adversaire et la préservation de son propre équilibre.
<p>CAPACITÉS</p>
<ul style="list-style-type: none"> • S'appuyer sur des éléments propres à son jeu et au jeu de l'adversaire pour expliciter
<p>ATTITUDES</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Gérer ses émotions • Accepter la défaite par une analyse lucide sans la mise en évidence de facteurs externes de causalité
<p>PERSPECTIVES</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Analyse du jeu produit pendant la rencontre et explicitation de la stratégie mise en œuvre.

GOUREN



ÉPREUVE PHYSIQUE DE GOURN

Information	<ul style="list-style-type: none">• RAPPEL : la note obtenue en relation avec la fiche d'évaluation académique doit être reportée à 16/20. Les 4 points restants correspondent à l'épreuve d'entretien.• Les combats se déroulent le matin et les entretiens l'après-midi.
Protocole précis du déroulement de l'épreuve	<ul style="list-style-type: none">• Accueil des candidats dans la salle.• Pesée et vérification des convocations et de la carte d'identité des candidats.• Répartition des candidats en poule par sexe et par catégories de poids.• Echauffement commun.• Serment des lutteurs en breton puis en français par un ou une des candidats(es).• Deux combats de cinq minutes dont deux minutes de combat souple, un 3^{ième} combat peut être demandé par le jury si nécessaire.• Entretien de quinze minutes maximum.

 APSA : GOUREN COMPÉTENCES ATTENDUES		PRINCIPES D'ÉLABORATION DE L'ÉPREUVE		
POINTS A AFFECTER	ÉLÉMENTS À ÉVALUER	DEGRÉ D'ACQUISITION DU NIVEAU 1	DEGRÉ D'ACQUISITION DU NIVEAU 2	DEGRÉ D'ACQUISITION DU NIVEAU 3
En situation de combat gérer ses ressources en fonction des caractéristiques de l'adversaire pour conduire l'affrontement de façon individualisée à son avantage	Efficacité en combat aménagé Fréquence des attaques Gestion de l'effort et rapport de force	Perd ses combats. Les points marqués sont inférieurs aux points subis. Elève combatif mais l'intensité de l'opposition diminue tout au long du combat	Gagne un combat sur deux. Les points marqués et subis s'équilibrent. Elève combatif et lucide, les actions sont nombreuses. L'intensité de l'opposition reste stable tout au long du combat	Gagne ses deux combats. Les points marqués sont nettement supérieurs aux points subis. Les actions sont nombreuses. L'élève est dominateur et conclut rapidement l'effort géré en fonction du potentiel de l'adversaire.
08/20	Système d'attaque et de défense - saisies, attitudes - variété des attaques et des opportunités - comportement défensif - orientation, qualité des actions	Pas de saisies à priori. Attend la faute de l'adversaire. Cherche à placer son spécial. Bloque le combat en défense Esquive en fuyant (ex : recul) Ne contrôle pas, ne guide pas son adversaire dans la chute, ne termine pas l'action.	Saisies adaptées et efficaces Techniques variées, adaptées aux caractéristiques de l'adversaire (<i>kliked, lez, peron, briad, skoaz etc...</i>) dans 3 directions. Contre-attaque efficacement, oriente son adversaire dans la chute pour marquer.	Saisies efficaces et variées Prépare, enchaîne, se crée des opportunités (feinte). Attaque dans 4 directions Attaque dans l'attaque en opposition défensive. Recherche le <i>lamm</i> : oriente et contrôle son adversaire dans la chute pour gagner le combat.
04/20	Arbitrage	Suit le combat. Annonce les pénalités pour les grosses fautes. Maîtrise la gestuelle mais hésite parfois	Gère le combat et se place. Intervient et annonce les pénalités dans les situations dangereuses. Maîtrise la gestuelle et se fait entendre de tous.	Gère le combat et anticipe les déplacements. Affirme son autorité dans toutes les situations (ex : refus ou manque de combativité, chute non maîtrisée, décisions claires pendant et à l'issue du combat).

Deux périodes de cinq minutes :

- 2' en combat souple : les adversaires sont à tour de rôle en attaque et en défense
- 3' en combat aménagé (arrêt du combat après trois *lammou*)

Un élève participe à l'arbitrage avec deux adultes à chaque combat : rituel, éthique, gestes, valeurs des actions (*fazi* , *kein* , *kostin* , *lamm*)

Les élèves (garçons et filles) sont organisés par groupes de trois , de niveaux hétérogènes , par catégories de poids et de sexe

Nota : une troisième période peut être organisée en cas de nécessité ex : élève isolé(e)

➤ **Référence institutionnelle :**

Évaluation de l'éducation physique et sportive aux baccalauréats de l'enseignement général et technologique - Liste nationale d'épreuves et référentiel national d'évaluation. Circulaire n° 2012-093 du 8-6-2012 modifiée par la circulaire 2015-066 du 16-4-2015 : « L'entretien noté sur 4 points doit permettre d'attester les connaissances scientifiques, techniques, réglementaires et la réflexion du candidat sur sa pratique. »

➤ **Thèmes de questionnement possibles :**

L'entretien ne peut pas excéder **15 minutes**. Il s'agit bien **d'un entretien et non d'une interrogation** qui consisterait à poser une ou plusieurs questions et à attendre les réponses chez le candidat. Le point de départ de cet entretien reste la pratique du lycéen. Elle doit être au cœur de la démarche d'investigation. Tous les candidats ont vécu les grandes étapes qui concourent à la réalisation d'une performance sportive qui en délimite les conditions d'expression. Ils ont donc une expérience personnelle qui doit servir de toile de fond dans l'entretien.

<p>TEMPS 1 : LE PARCOURS SPORTIF</p> <p>Quel niveau de pratique actuel ? Quels cursus et quelles structures de formation ? Pourquoi ce parcours ? Quelles motivations ?</p>
<p>TEMPS 2 : THÈMES DE QUESTIONNEMENT POSSIBLES</p>
<p>CONNAISSANCES</p>
<ul style="list-style-type: none"> - Le Gouren : dates anciennes et récentes - Evolution : le serment : écrit par qui, quand, pourquoi - La tenue : originelle, évolution - Les skoliou - Différents modes de rencontres / compétitions hiver/été - Autres luttes celtiques, les rencontres interceltiques
<p>CAPACITÉS</p>
<ul style="list-style-type: none"> - Se préparer physiquement au Gouren : ressources énergétiques
<p>ATTITUDES</p>
<ul style="list-style-type: none"> - Le serment : signification, incidence sur le comportement, le combat, les valeurs du lutteur
<p>PERSPECTIVES</p>
<ul style="list-style-type: none"> - Analyse de sa prestation : les points forts / faibles : pistes de progrès - Formation personnelle : passage de rannou, arbitrage. - Encadrement

DANSE



ÉPREUVE PHYSIQUE DE DANSE

<p align="center">Information</p>	<ul style="list-style-type: none"> • RAPPEL : la note obtenue (en relation avec la fiche d'évaluation académique ci-jointe) se compose de 16 points pour l'épreuve pratique et de 4 points pour l'entretien.
<p align="center">Protocole précis du déroulement de l'épreuve</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Accueil. • Echauffement. • Prestation de tous les candidats à la suite les uns des autres. • Entretien pour chaque candidat avec le jury qui a noté sa prestation. • Les candidats sont convoqués pour une demi-journée. • L'épreuve est terminée pour chaque candidat à l'issue de son entretien.
<p align="center">Descriptif détaillé des installations et du matériel</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Une salle pour la présentation des prestations. • Une salle d'échauffement. • Une sonorisation de la salle avec un lecteur CD et/ou un ordinateur relié à une enceinte pour écouter les clés USB. • Espace(s) scénique(s) de 12m/12m, matérialisé(s) aux 4 coins.
<p align="center">Support et montage audio</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Le montage audio doit être clairement finalisé entre 1'30 et 3' avec un début et une fin. • Le CD ou la clé USB ne doivent contenir que le montage audio concerné par l'épreuve. • Une sauvegarde peut être effectuée sur un appareil personnel (type MP3 ou téléphone), mais elle ne devra en aucun cas être le support principal ; le candidat devra de plus, se munir de son câble avec port USB.

PRINCIPES D'ELABORATION DE L'EPREUVE

APSA : DANSE

COMPETENCES ATTENDUES

NIVEAU 5 :

Composer et présenter une chorégraphie individuelle qui témoigne d'un travail de création personnelle à partir : d'un argument, d'un sujet, d'une idée, d'un propos, d'un thème, ...

Le candidat présente une chorégraphie individuelle lors d'un unique passage avec ou sans support musical, d'une durée de 1'30 au minimum et de 3' au maximum. Cette composition peut emprunter à tous les répertoires gestuels et à tous les styles de danse à condition qu'ils aient fait l'objet d'une transformation, significative d'une démarche de création, cette transformation est liée au projet chorégraphique et artistique.

Le candidat fournit une fiche synthèse (envoyée avec la convocation) dûment remplie, ainsi que son support sonore. Seuls les CD originaux ou gravés R+ seront acceptés. Les procédés et éléments scéniques sont autorisés. L'espace scénique matérialisé (12 mètres sur 12) peut être utilisé librement (les limites en sont franchissables) l'emplacement du jury est défini à l'avance par celui-ci. Les candidats disposent d'environ 20 minutes pour s'échauffer.

Un entretien de 15 minutes au maximum, fait suite à l'épreuve pratique.

ELEMENTS A EVALUER

Degré d'acquisition du NIVEAU 5

Interprétation et réalisation / 7,5pts

Réalisation motrice / 4,25 pts

De 0 à 2 pts

Vocabulaire gestuel précis, varié appuis maîtrisés.

De 2 à 3 pts

Vocabulaire plus complexe nuancé coordination et dissociation maîtrisées.

De 3 à 4,25 pts

Virtuosité (subtilité et aisance dans la complexité)

Engagement émotionnel / 3,25 pts

De 0 à 1,5 pts

Présence intermittente mais élève convaincant.

De 1,5 à 2,25 pts

Présence permanente (regard placé, maîtrise émotionnelle et concentration)

De 2,25 à 3,25 pts

Présence intense, affirmée et sensible (implication émotionnelle)

Construction chorégraphique / 8,5pts

Lisibilité du propos / 3,25pts

De 0 à 1,5 pts

Projet repérable et développé de façon cohérente.

De 1,5 à 2,25 pts

Projet très précis et affirmé.

De 2,25 à 3,25 pts

Traitement singulier du thème. Distanciation, dimension poétique, installation d'un univers.

Ecriture chorégraphique / 5,25 pts

De 0 à 2,5 pts

Développement articulé de façon clair. L'espace est traité en relation avec le propos. Les éléments scénographiques sont utilisés de façon pertinente pour servir l'intention.

De 2,5 à 3,75 pts

Développement qui témoigne de réels partis pris dans un traitement des fondamentaux du mouvement. L'espace est un élément d'écriture. Les éléments scénographiques enrichissent le propos.

De 3, 75 à 5,25 pts

Développement complexe et subtil (lutte contre les évidences). L'espace est traité de façon symbolique.

Entretien / 4 pts

Analyse de la prestation / 4 pts

De 0 à 1,5 pts

Décrit sa chorégraphie

De 1,5 à 2,25 pts

Explique la construction de sa chorégraphie, met en évidence des moments clés.

De 2,25 à 4 pts

Argument ses choix de composition, les justifie au regard de son projet.



MINISTÈRE NATIONAL
DE L'ÉDUCATION SUPÉRIEURE
ET DE LA RECHERCHE

OPTION FACULTATIVE EPS DANSE

FICHE DE SYNTHÈSE* (à remettre par le candidat au jury, le jour de l'épreuve)

NOM :

PRÉNOM :

ÉTABLISSEMENT :

TITRE DU SOLO ou MOTS CLÉS :

RÉFÉRENCE(S) MUSICALE(S) (auteurs et titres) :

ARGUMENTS (idées, sujet, thème, propos...) :

PRATIQUES et ACTIVITES autour de la DANSE :

*** Sur cette fiche de synthèse, nous invitons le candidat à développer le propos de sa chorégraphie plutôt qu'à décrire de manière linéaire sa prestation**

➤ **Référence institutionnelle :**

Évaluation de l'éducation physique et sportive aux baccalauréats de l'enseignement général et technologique - Liste nationale d'épreuves et référentiel national d'évaluation. Circulaire n° 2012-093 du 8-6-2012 modifiée par la circulaire 2015-066 du 16-4-2015 : « L'entretien noté sur 4 points doit permettre d'attester les connaissances scientifiques, techniques, réglementaires et la réflexion du candidat sur sa pratique. »

➤ **Thèmes de questionnement possibles :**

L'entretien ne peut pas excéder **15 minutes**. Il s'agit bien **d'un entretien et non d'une interrogation** qui consisterait à poser une ou plusieurs questions et à attendre les réponses chez le candidat. Le point de départ de cet entretien reste la pratique du lycéen. Elle doit être au cœur de la démarche d'investigation. Tous les candidats ont vécu les grandes étapes qui concourent à la réalisation d'une performance sportive qui en délimite les conditions d'expression. Ils ont donc une expérience personnelle qui doit servir de toile de fond dans l'entretien.

L'oral partira d'un questionnement sur le lien entre le propos chorégraphique et la prestation chorégraphique. Il pourra prendre appui sur des passages de la prestation (en action) permettant d'illustrer et d'enrichir l'analyse. **Compétence attendue chez le candidat :** « Analyser sa prestation chorégraphique en montrant les liens entre le propos et la gestuelle choisie, en s'appuyant sur les analyseurs de la motricité en danse et éventuellement sur des œuvres chorégraphiques »

THÈMES DE QUESTIONNEMENT POSSIBLES

CONNAISSANCES

1. Analyser son propos chorégraphique :

Pistes de réflexion : argument, sujet, thème, idée, déclencheur...

2. Analyser sa composition chorégraphique :

Pistes de réflexion :

- Les analyseurs du mouvement. Les fondamentaux : appuis, équilibre, poids, regard.... Les composantes : espace, temps, énergie. Les procédés de composition : contraste, répétition, accumulation, transposition.....
- Styles de danse.
- Son, costume, accessoires.

CAPACITÉS

1. Isoler des passages de sa prestation pour appuyer son analyse.

2. Transformer des passages de sa prestation en s'appuyant sur un ou plusieurs analyseurs du mouvement.

ATTITUDES

1. Faire preuve de curiosité artistique.

2. Communiquer sa motivation, son ressenti.

3. Analyser son parcours de danseur.

PERSPECTIVES

1. Faire preuve de recul par rapport à sa prestation, à d'autres productions, à un projet futur, aux danses actuelles, etc.

2. Evoquer ses projets.