



RÉGION ACADÉMIQUE
HAUTS-DE-FRANCE

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



BACCALAURÉAT GÉNÉRAL ET TECHNOLOGIQUE

► Session 2020 ◀

ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

**OPTION FACULTATIVE
ÉPREUVE PONCTUELLE**

En référence à l'article 17 de l'arrêté du 21-12-2011 relatif aux modalités d'organisation du contrôle en cours de formation et de l'examen ponctuel terminal prévus pour l'éducation physique et sportive des baccalauréats d'enseignement général et technologique et la note de service n° 2012-093 du 8-6-2012 relative à l'évaluation de l'éducation physique et sportive de l'enseignement général et technologique, **ces dispositions s'appliquent** :

- aux candidats scolarisés dans un établissement public ou privé sous contrat d'association **qui n'ont pas suivi l'enseignement facultatif**,
- aux candidats individuels,
- aux candidats des établissements privés hors contrat.

Ils doivent avoir été évalués dans le cadre de l'E.P.S. obligatoire :

- soit en Contrôle en Cours de Formation (CCF) (3 activités de 3 compétences propres à l'EPS distinctes),
- soit en contrôle ponctuel terminal (un ensemble de deux épreuves).

L'épreuve est choisie par les candidats présentant l'épreuve ponctuelle terminale d'option en E.P.S, parmi la liste limitative ci-dessous, arrêtée par le recteur :

NATATION DE DISTANCE	<i>800m crawl</i>
JUDO	
TENNIS	
DANSE	<i>l'option EPS-Danse ne doit pas être confondue avec l'option facultative ART-Danse. Les deux épreuves sont différentes, mais peuvent être choisies par un même candidat).</i>
ATHLETISME	<i>Course de DEMI-FOND (2 x 800m)</i>

L'épreuve porte sur **une seule activité** notée sur 20, en points entiers :

- La prestation physique est notée sur 16 points.
- L'entretien, de quinze minutes maximum, est noté sur 4 points.

ATTENTION	<p>Ces épreuves s'adressent à des spécialistes (pratique régulière de l'activité).</p> <p>Les niveaux d'exigence sont nettement supérieurs à ceux de l'épreuve obligatoire et correspondent au niveau 5 des compétences attendues</p>
------------------	---

La participation à chacune des épreuves nécessite une tenue et un matériel adaptés.

Le document qui suit présente les **cinq activités physiques sportives et d'expression** retenues par le Recteur de l'académie d'Amiens pour la session 2020.

Modalités d'évaluation de l'épreuve facultative des sportifs de haut niveau et de haut niveau du sport scolaire

Circulaire n° 2012-093 du 8-6-2012 publiée au Bulletin officiel spécial n°5 du 19 juillet 2012 - Circulaire n° 2013-131 du 28-8-2013 publiée au Bulletin n° 33 du 12 septembre 2013

IMPORTANT :

pour bénéficier des avantages liés à leur statut les candidats doivent impérativement :

- 1 **S'INSCRIRE** à l'épreuve facultative d'EPS en CCF, *cette note sera saisie sur le logiciel EPSNET dans la rubrique « EPS Facultatif CCF »*
- 2 **JUSTIFIER** de son statut de sportif de haut niveau ou officiel scolaire (à joindre à la confirmation d'inscription)
- 3 **L'ABSENCE A L'EPREUVE D'ENTRETIEN avec le jury entraîne automatiquement la note de 0 / 20.**

Les candidats sportifs de haut niveau des fédérations sportives

Sont considérés sportifs de haut niveau les inscrits sur les listes arrêtées par le ministère chargé des sports, les espoirs ou partenaires d'entraînement et les candidats des centres de formation des clubs professionnels. Ces candidats peuvent bénéficier **d'une des deux modalités adaptées** suivantes s'ils sont ou ont été listés **lors de leur cursus de lycéen**.

1 - Enseignement commun, deux possibilités au choix du candidat :

- **soit évaluation en cours de formation** (CCF) sur trois épreuves :

- deux de compétences propres différentes,
- plus la discipline (quelle que soit la compétence) notée 20/20.

- **soit évaluation en contrôle ponctuel** :

- une activité à choisir dans la liste nationale des couples d'épreuves
- plus la discipline (quelle que soit la compétence) notée 20/20.

2 - Enseignement facultatif, les candidats sont évalués sur deux parties :

- le niveau de pratique physique est noté 16/20
- l'entretien avec le jury, d'une durée de 15 minutes, est noté sur 4 points et porte sur les connaissances scientifiques, techniques, réglementaires et sur l'analyse par le candidat de sa pratique de haut niveau.



Document à fournir OBLIGATOIREMENT avec la confirmation d'inscription : courrier de la fédération sportive du candidat ou du ministère de la ville, de la jeunesse et des sports attestant qu'il est bien inscrit sur la liste officielle

Les candidats sportifs de haut niveau du sport scolaire ou officiels scolaires certifiés

Ce sont les candidats jeunes sportifs ayant réalisé **des podiums aux championnats de France scolaires** ainsi que **les jeunes officiels certifiés au niveau national ou international durant leur scolarité en classe de seconde ou première de lycée**.

Les candidats sont évalués sur deux parties :

- le niveau de pratique physique est noté 16/20
- l'entretien avec le jury, d'une durée de 15 minutes, est noté sur 4 points et porte sur les connaissances scientifiques, techniques, réglementaires et sur l'analyse par le candidat de sa pratique de haut niveau.



Document à fournir OBLIGATOIREMENT pour les sportifs de haut niveau scolaire avec la confirmation d'inscription : courrier du candidat validé par son chef d'établissement précisant le sport pratiqué ainsi que la date et le classement.



Document à fournir OBLIGATOIREMENT pour jeunes officiels scolaires avec la confirmation d'inscription : photocopie de la carte de jeune officiel.



ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE - OPTION FACULTATIVE

NATATION DE DISTANCE : 800 m CRAWL

Conditions de l'épreuve

- Réaliser la meilleure performance sur un **800 m crawl**
- Performance à réaliser en tenant compte des règlements de la FINA (style de nage, départs et virages)

Pré requis

- être capable de ne réaliser le 800 mètres **QUE** dans la nage « crawl » : nage ventrale en bras alternés avec retour aérien, jambes type battements, tête plus souvent dans l'eau que hors de l'eau.
- Aucune reprise d'appui ne sera admise pendant l'épreuve.

Attention : Cette épreuve de durée nécessite une préparation importante.

Toute l'épreuve doit être nagée exclusivement en crawl sous peine de disqualification

Modalités d'évaluation

La note sur 20 points est attribuée en fonction :

- de la performance réalisée **14 points**
- du temps du dernier 100 m..... **1 point**
- de l'écart entre les temps extrêmes **1 point**
- d'un entretien de 15minutes.....**4 points**

Tableaux de performance

/ 14 points

GARÇONS	Temps	17'00	16'41	16'26	16'11	15'56	15'41	15'28	15'15	15'02	14'49	14'36	14'23	14'10	14'
800 m crawl	NOTE	1	1.5	2	2.5	3	3.5	4	4.5	5	5.5	6	6.5	7	7.5
FILLES	Temps	19'	18'40	18'24	18'08	17'52	17'36	17'20	17'04	16'48	16'32	16'16	16'00	15'44	15'32

GARÇONS	Temps	13'50	13'40	13'30	13'20	13'10	13'	12'50	12'40	12'30	12'20	12'10	11'55	11'40
800 m crawl	NOTE	8	8.5	9	9.5	10	10.5	11	11.5	12	12,5	13	13,5	14
FILLES	Temps	15'20	15'08	14'56	14'44	14'32	14'20	14'08	13'56	13'44	13'32	13'20	13'08	12'56

Temps réalisé sur le dernier 100m

/ 1 point

- Si le dernier 100m est plus rapide que les 100m précédents (1^{er} 100m exclu) :**1 point**

Ecart entre les temps extrêmes

/ 1 point

L'idée est de vérifier la régularité du candidat au cours de l'épreuve : mesure de l'écart de temps entre le 100m le plus rapide et le 100 m le plus lent (sans le 1er et dernier 100m) :

- Écart inférieur ou égal à 4 secondes : **1 point**

Entretien

/ 4 points

- Préparation à l'effort (échauffement)
et à l'épreuve (plan d'entraînement) : **2 points**
- Gestion de l'épreuve du jour en fonction
des temps réalisés à chaque 100 m : **1 point**
- Discussion sur le vécu sportif du candidat (spécialité,
connaissances réglementaires et culturelles de la natation) : **1 point**



ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE - OPTION FACULTATIVE
JUDO

Définition de l'épreuve

Chaque candidat réalise une série de randoris (3 au minimum) de 4 minutes, entrecoupés de 8 à 12 minutes de repos.

Les candidats sont jugés tant sur leur efficacité dans ces combats que sur leur capacité d'adaptation aux caractéristiques du judoka adverse.

La compétence attendue est celle de niveau 5 : « *Pour gagner le combat, gérer ses ressources et s'adapter aux caractéristiques de l'adversaire pour conduire l'affrontement dans une situation de randori.* »

Les randoris 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.

Condition de l'épreuve

Venir avec un **kimono réglementaire** et le passeport de judo si le candidat en possède un.

Avoir un vécu dans l'activité équivalent à un minimum de 200 heures de pratique effective (environ 3 ans en club avec 2h00 de pratique hebdomadaire).

Une pesée des candidats sera réalisée à leur arrivée.

Critères d'évaluations

Prestation / 16 points	Entretien / 4 points
Série de randori / 13 points	<ul style="list-style-type: none"> - Analyse réflexive sur la prestation réalisée. - Connaissances dans les registres tactiques, techniques, réglementaires, historiques, de l'entraînement (exercices conventionnels, préparation physique, planification de l'entraînement dans la perspective d'une échéance donnée, ...).
Arbitrage / 3 points	



TENNIS

Condition de l'épreuve

- **Une phase d'échauffement** à partir de laquelle le jury effectue les groupes de notation en fonction des classements des joueurs
- **Une phase de notation**, au cours de laquelle le candidat rencontre au moins 2 adversaires. Les matchs se jouent en un set de 4 jeux gagnants avec jeu décisif à 3 jeux partout. Les règles essentielles sont celles du tennis (terrain, filet, service, décompte des points, changement de côté)

Chaque candidat arbitre au moins une rencontre et s'auto-arbitre sur au moins une rencontre.

Pré requis

Un niveau de jeu réel et **minimum proche ou équivalent de la 3^{ème} série** attesté par un entraîneur de club ou un enseignant d'EPS. Les joueurs licenciés FFT pourront remettre au responsable de jury leur attestation de licence 2019-2020.

Matériel

Chaque candidat doit amener **une raquette et 4 balles**, les chaussures de sport doivent être propres.

Compétence attendue de 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.

Critères d'évaluation:

- Prestation physique sur 16 points :

- Qualité des techniques au service de la tactique sur **10 points**
- Gestion de l'engagement et arbitrage sur **2 points**
- Gain des rencontres sur **4 points**

- Entretien sur 4 points :

- Analyse des rencontres sur **1 point**
- Aspects réglementaires, terminologiques et culturels sur **1 point**
- Entraînement et préparation du joueur sur **1 point**
- Pratique personnelle (parcours et perspectives) sur **1 point**



ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE - OPTION FACULTATIVE
EPS DANSE

Définition de l'épreuve

- Présenter une chorégraphie **individuelle** construite à **partir d'un thème, d'une intention ou d'un fil conducteur**.
- La chorégraphie doit être élaborée dans une **démarche artistique**. **Ce ne doit pas être qu'une démonstration technique**.
- La durée est comprise entre **deux minutes trente et trois minutes**
- Sur un espace de **8m x 10m** (salle de danse ou gymnase)
- **L'espace est orienté** par rapport aux spectateurs et au jury
- **Donner un titre** à sa chorégraphie et fournir un argument (expliquer le titre) écrit ou oral au jury
- Un matériel sono sera à la disposition du candidat (port USB)
- Le candidat se présente avec un **costume de son choix**. Il peut utiliser des accessoires

Conditions de l'épreuve

- Un lieu sera réservé à l'échauffement des candidats.
- Les candidats disposeront d'un temps pour marquer sans musique leur espace de scène.
- **Sonorisation** de la prestation : chaque candidat doit avoir **son propre support sonore sur une clé USB vierge (et pas sur smartphone) où seul figure le support sonore choisi.**
- **Accessoires** : La mise en place et le retrait des accessoires doivent se faire rapidement (1 minute environ) afin de ne pas perturber le bon déroulement de l'examen.
- Le jury se réserve le droit de ne pas autoriser la mise en place d'un matériel compromettant soit la sécurité du candidat, soit celle des autres candidats.
- Tout accessoire risquant d'endommager la salle ou le revêtement de sol est à proscrire (talons aiguilles, chaise aux pieds non protégés, utilisation d'eau ou de feu, etc...)

Modalités d'évaluation

La note sur 20 points est attribuée en fonction :

Du solo réalisé / 16 points	De l'entretien / 4 points
<ul style="list-style-type: none"> - Réalisation et interprétation du danseur / 10 points - Construction de la chorégraphie..... / 6 points 	<ul style="list-style-type: none"> - démarche artistique : justification des choix artistiques de sa chorégraphie - critères de réalisation et de transformation des formes (technique et composantes du mouvement : espace, temps, énergie) - références culturelles : styles de danse, expérience de spectateur

Critères d'évaluation*

		Solo monotone . Enchaînement de formes corporelles sans thème ni intention, ni fil directeur	Solo développant partiellement une intention, un thème ou un fil conducteur.	Solo créant un univers poétique ou plastique. Entre dans le domaine artistique.	Solo transportant le spectateur dans un univers poétique ou plastique émouvant . Valeur artistique.
	Éléments évalués	0 → 1,5	1,5 → 3	3 → 4,5	4,5 → 5
RÉALISATION ET INTERPRÉTATION DU DANSEUR					
10 Points	ENGAGEMENT MOTEUR du danseur / 5 points	Motricité simple faisant apparaître des défaillances techniques (gestes brouillons, absence de définition dans les formes)	Motricité maîtrisée, peu complexe (gestes simples et précis)	Motricité complexe, pas toujours maîtrisée : Des variations dynamiques du mouvement	Motricité complexe et maîtrisée Définition subtile du mouvement
	QUALITE D'INTERPRÉTATION du danseur / 5 points	Danse pour lui, "récite" sa danse	S'engage de façon intermittente dans son rôle	S'engage en permanence dans son rôle. Est convaincant.	Interprète de façon nuancée, "touche" émotionnellement le spectateur
CONSTRUCTION DE LA CHOREGRAPHIE					
6 points	Eléments évalués	0 → 1,5	2 → 3	3,5 → 4,5	5 → 6
		Absence d'écriture chorégraphique	Écriture chorégraphique partielle	Écriture chorégraphique définie et structurée	Écriture chorégraphique signifiante
	"Lisibilité" du projet et développement du propos chorégraphique. Utilisation d'éléments scénographiques (monde sonore, costumes, décors, maquillages, objets, etc...)	Pas de thème ou d'intention ou de fil directeur Succession de pas Enchaînement de mouvements sans développement. Éléments scénographiques décoratifs	Esquisse de projet Apparition de choix lié au thème, à l'intention ou au fil directeur. Succession de "trouvailles" Éléments scénographiques naïfs ou redondants	Choix précis laissant apparaître un ou deux principes de composition et des éléments scénographiques au service du projet. Éléments scénographiques utilisés de façon pertinente	Parti pris original Prise de risque et singularité dans les choix chorégraphiques Éléments scénographiques utilisés de façon créative.
	Travail sur les formes corporelles et les modalités d'articulation entre elles.	Formes corporelles : des gestes du quotidien mimés, technique codifiée plaquée.	Début de transformation de formes corporelles en lien avec une intention, un thème, un fil conducteur.	Formes corporelles transformées et /ou agencées en cohérence avec une intention un thème, un fil conducteur.	Formes corporelles personnelles, singulières, originales renforçant le thème ou l'intention ou le fil conducteur.
Gestion de l'espace scénique (direction, trajets, lieux)	Pas de choix d'espace : face au Jury	Quelques choix d'espace scénique et de trajets en lien avec une intention, un thème, un fil conducteur.	Espace scénique construit faisant apparaître une intention, un thème, un fil conducteur.	Espace scénique structuré en permanence pour éclairer et renforcer le projet.	

*à titre indicatif, document non contractuel

Quelques repères pour l'entretien*

Entretien sur 4 points :
L'entretien de 15 minutes évaluera la réflexion du candidat sur sa composition, ses connaissances techniques, culturelles et artistiques.

	0 → 1	1.5 → 2.5	3 → 4
	Simplicité du discours Pas de références Peu de connaissances	Sait décrire Début d'analyse	Argumente S'appuie sur des connaissances Fait appel à son imaginaire
Démarche artistique	<ul style="list-style-type: none"> - Discours relevant plus d'une logique d'accumulation ou de reproduction, que d'une véritable démarche artistique. 	<ul style="list-style-type: none"> - Le candidat justifie ses choix artistiques dans sa propre construction chorégraphique (donne des exemples). 	<ul style="list-style-type: none"> - Sait décrire une démarche artistique. - Peut expliciter les différentes étapes allant de l'émergence du projet à l'aboutissement d'une œuvre.
Connaissances techniques	<ul style="list-style-type: none"> - Peu de connaissance du vocabulaire technique. - Pas de connaissance des composantes du mouvement (espace, temps, énergie). 	<ul style="list-style-type: none"> - Connaît les critères de réussite de différentes formes techniques : tour, saut, porter, chute... - Sait illustrer des transformations corporelles à partir des différentes composantes du mouvement. 	<ul style="list-style-type: none"> - Sait argumenter à propos des sensations qui accompagnent la réalisation technique.
Références culturelles	<ul style="list-style-type: none"> - En référence à sa seule pratique, le candidat n'a qu'une "vague idée" des différents styles de danse existants. 	<ul style="list-style-type: none"> - Le candidat peut relater son expérience de spectateur (peut parler au moins d'une œuvre chorégraphique ou d'un chorégraphe), et donner un point de vue sur la prestation des autres candidats. - Il peut mettre en valeur ses connaissances et rendre compte de son expérience. 	<ul style="list-style-type: none"> - Le candidat pose un regard critique sur des œuvres variées et sur les prestations des autres candidats. - Il est capable d'une réflexion personnelle à partir de son expérience

**à titre indicatif, document non contractuel*

	<p>ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE - OPTION FACULTATIVE</p> <p>ATHLETISME - COURSE DE DEMI-FOND</p> <p>2 X 800m</p>
---	--

Conditions de l'épreuve

- Réaliser la meilleure performance sur le temps cumulé de 2 courses de **800 m**
- Chaque candidat réalise 2 courses de 800 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 400m et aux 600m.
- Après l'échauffement et avant la première course, le candidat indique sur une fiche le temps visé pour le premier 800 m. Avant la deuxième course, les candidats indiquent leurs temps de passage aux 400m et 600m.

Attention : Cette épreuve nécessite une préparation importante.

Modalités d'évaluation

La note sur 20 points est attribuée en fonction :

- de la performance réalisée **14 points**
- écart aux projets **2 points**
- de l'entretien **4 points**

Entretien :

Durée maximum : **15 minutes**

- Préparation à l'effort (échauffement) et à l'épreuve (plan d'entraînement)
- Gestion de l'épreuve du jour en fonction des temps réalisés aux 400m, 600m et 800m.
- Discussion sur le vécu sportif du candidat (spécialité, connaissances réglementaires et culturelles de l'athlétisme)

Tableaux de performance

/ 14 points

GARÇONS	Temps	7'28	7'09	6'51	6'34	6'19	6'05	5'52	5'40	5'29	5'19
2 x 800m	NOTE	0.7	1.4	2.1	2.8	3.5	4.2	4.9	5.6	6.3	7
FILLES	Temps	9'03	8'41	8'20	8'00	7'41	7'24	7'08	6'53	6'39	6'26

GARÇONS	Temps	5'11	5'03	4'55	4'51	4'47	4'43	4'40	4'37	4'34	4'31
2 x 800m	NOTE	7.7	8.4	9.1	9.8	10.5	11.2	11.9	12.6	13.3	14
FILLES	Temps	6'20	6'13	6'07	6'01	5'55	5'49	5'43	5'37	5'31	5'25

Ecart aux projets

/ 2 points

Somme des temps des 3 temps annoncés : (temps du 1^{er} 800m, 400m du 2^{ème} 800m et 600m du 2^{ème} 800m)

- Ecart supérieur à 15" : **0 point**
- Ecart compris entre 10" et 15" : **1 point**
- Ecart inférieur à 10" : **2 points**

Entretien

/ 4 points

- Préparation à l'effort (échauffement) et à l'épreuve (plan d'entraînement) : **2 points**
- Gestion de l'épreuve du jour en fonction des temps réalisés au 400m, 600m et 800m : **1 point**
- Discussion sur le vécu sportif du candidat (spécialité, connaissances réglementaires et culturelles de l'athlétisme) : **1 point**