



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 2019 ◀

ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

Épreuve obligatoire
ÉPREUVE PONCTUELLE

Baccalauréat général et technologique Session 2019

Les candidats au baccalauréat général, ou technologique qui subissent l'examen terminal de l'épreuve obligatoire d'éducation physique et sportive, à la session 2018, doivent choisir un ensemble de deux épreuves représentant un couple indissociable, parmi la liste nationale ci-dessous :

- 3 X 500 mètres – Badminton
- 3 X 500 mètres – Tennis de Table
- Badminton – Sauvetage
- Gymnastique au sol – Tennis de Table
- Gymnastique au sol – Badminton

Important

L'inscription à chacune des épreuves **exige une préparation adaptée**.

La participation à chacune des épreuves nécessite une tenue adaptée.

Pour l'épreuve de sauvetage, le port du bonnet de bain est obligatoire ; les shorts et bermudas sont interdits.

Pour l'épreuve de tennis de table et de badminton en simple, les candidats devront se munir d'une raquette et de balles ou de volants homologués.

Baccalauréat Général et Technologique

Ce dispositif s'applique aux candidats aux baccalauréats d'enseignement général et technologique qui ne bénéficient pas de contrôle en cours de formation.

Doivent bénéficier d'un examen terminal les candidats individuels, les candidats scolarisés dans les établissements d'enseignement privés hors contrat, les candidats scolarisés au Centre national d'enseignement à distance (CNED), les candidats, relevant de handicap ou présentant une inaptitude partielle, aptes à subir l'épreuve mais dont les conditions de scolarisation n'ont pu permettre la mise en œuvre du contrôle en cours de formation.

Peuvent bénéficier de l'examen terminal les candidats sportifs de haut niveau inscrits sur la liste nationale arrêtée par le ministre chargé des sports, les espoirs ou partenaires d'entraînement inscrits sur les listes arrêtées par les préfets de région. La détermination du mode d'évaluation s'opère lors de l'inscription à l'examen.

Annexe

Le document qui suit présente les six activités physiques sportives et artistiques dans leurs définitions et modalités d'évaluation définies par la commission académique.

Les informations relatives à leur organisation ne sont mentionnées qu'à titre indicatif.



Région académique
HAUTS-DE-FRANCE



Éducation Physique et Sportive

3 x 500 mètres

BACCALAUREAT GENERAL ET TECHNOLOGIQUE

Session 2019

Dossier candidat

PAGE 2/7

COMPETENCE PROPRE A L'EPS :

Réaliser une performance mesurée à une échéance donnée.

COMPETENCES ATTENDUES :

Niveau Produire la meilleure performance, se préparer et récupérer efficacement de l'effort sur une série de courses dont l'allure est anticipée.

SITUATION D'EVALUATION :

En demi-fond, chaque élève réalise 3 courses de 500 m (récupération 10 minutes), chronométrées par un enseignant à la seconde. Les candidats courent sans montre ni chronomètre mais un temps de passage leur est communiqué aux 250 m.

Après l'échauffement le candidat choisit son type de contrat : avant la première course (indique sur une fiche le temps visé sur le 1^{er} 500m puis celui du 2^{ème} après la 1^{ère} course) **OU** après la première course (indique le temps visé sur les 2^{ème} et 3^{ème} 500m)

Le temps cumulé (somme des 3 temps réalisés) compte pour 70 % de la note de l'épreuve.

La préparation et l'écart au projet temps (somme des 2 écarts temps visés / temps réalisés) compte pour 30%.



EPS – BACCALAUREAT EXAMEN TERMINAL PONCTUEL

Session 2019

POINTS À AFFECTER	ÉLÉMENTS À ÉVALUER	COMPÉTENCE DE N4 NON ACQUISE DE 0 à 9 pts			COMPÉTENCE DE NIVEAU 4 EN COURS D'ACQUISITION De 10 à 20 pts					
		Note / 14	Temps Filles	Temps Garçons	Note /14	Temps Filles	Temps Garçons	Note /14	Temps Filles	Temps Garçons
14 pts	Temps cumulé pour les trois 500 m réalisés (barème différencié garçons-filles)	0.7	10.50	8.05	7.0	7.20	5.14	11.2	6.55	4.29
		1.4	10.20	7.38	7.7	7.03	5.05	11.9	5.47	4.24
		2.1	9.50	7.11	8.4	6.47	4.56	12.6	5.41	4.19
		2.8	9.24	6.49	9.1	6.31	4.48	13.3	5.35	4.15
		3.5	8.59	6.28	9.8	6.17	4.40	14.0	5.30	4.10
		4.2	8.37	6.10	10.5	6.03	4.34			
		4.9	8.15	5.53						
		5.6	7.56	5.37						
		6.3	7.38	5.24						
3 pts	Anticipation de l'allure Ecart au projet (barème mixte)	Note / 3	Écart en secondes Barème mixte		Note / 3	Écart en secondes Barème mixte		Note / 3	Écart en secondes Barème mixte	
		0.3	20		1.5	9		2.4	4	
		0.6	16		1.8	7		2.7	3	
		0.9	13		2.1	5		3.0	2	
		1.2	11							
3 pts	Préparation et récupération	0 point			1.5 pts			3 pts		
		Mise en train désordonnée (couses rapide ou marche) mobilisations articulaires incomplètes pas de préparation spécifique à un effort de 500m	Mise en train progressive Intègre dans son 1 ^{er} échauffement des allures de son 500m Mobilisation des articulations et des groupes musculaires sollicités pour l'épreuve Récupération active après l'effort (marche , étirements)			Mise en train progressive et continue Vérification de l'allure sur plusieurs dizaines de m avant le 1 ^{er} départ Mobilisation des articulations des groupes musculaires prioritairement sollicités pour l'épreuve Récupération intégrant une mise en activité pour le 2 ^{ème} et 3 ^{ème} 500m				

Candidat Garçon :

Le temps prédit avant la première course 1'43". Temps réalisé 1'44"

Ecart : 1"

Le temps prédit avant la deuxième course 1'49". Temps réalisé 1'52"

Ecart : 3"

Temps réalisé lors de la troisième course 1'45"

Notation :

Temps cumulé : 1'44" + 1'52" + 1'45" = 5'21"

6.3 Pts / 14

Ecart prédiction / réalisation 1" + 3" = 4"

2.4 Pts / 3

Préparation et récupération :

1.5 Pts / 3

Candidat Fille :

Le temps prédit avant la première course 2'15". Temps réalisé 2'18"

Ecart : 3"

Le temps prédit avant la deuxième course 2'18". Temps réalisé 2'15"

Ecart : 3"

Temps réalisé lors de la troisième course 2'12"

Notation :

Temps cumulé : 2'18" + 2'15" + 2'12" = 6'45"

8.4 Pts / 14

Ecart prédiction / réalisation 3" + 3" = 6"

1.8 Pts / 3

Préparation et récupération :

1.5 Pts / 3

Tout candidat s'arrêtant au cours du 3^{ème} 500m se verra attribuer une note de 3 points (2 x 500m + départ du 3^{ème} 500m)

COMPETENCES ATTENDUES : Obtenir le gain de la rencontre

Niveau 4 : Pour gagner le match, faire des choix tactiques, et produire des frappes variées en direction, longueur et hauteur afin de faire évoluer le rapport de force en sa faveur.

SITUATION D'ÉVALUATION :

Deux phases se succèdent :

- Une phase de repérage des niveaux de jeu sous forme d'une montante – descendante (tie-break) à l'issue de laquelle les candidats sont regroupés par poule de 3 ou 4 joueurs de niveau proche.
- Une phase de notation, au cours de laquelle le candidat rencontre des adversaires de niveau très proche. Les rencontres se jouent en 2 sets gagnants de 11 points (modalité tie-break). 2 points d'écart si égalité.

A l'issue du premier set le candidat analyse la séquence qui vient de se dérouler et propose une stratégie pour la séquence suivante.

DIFFÉRENCIATION FILLES – GARÇONS :

- La différenciation filles – garçons se construit au niveau de la répartition des points dans les éléments suivants :
- Actions de frappes
- Déplacements, placements, replacements

Éléments à évaluer	Critères d'évaluation	Points à affecter
GESTION DU RAPPORT DE FORCE (ANALYSE de la pertinence et de l'efficacité des choix stratégiques)	Analyse peu lucide. Propositions « standards » peu ou pas visibles. Pas d'influence sur l'évolution du score.	05 /20
	Analyse principalement son jeu en identifiant certains de ses points forts, qu'il va essayer d'utiliser le plus souvent possible. Commence à parler du jeu de son adversaire et commence à adapter son jeu au score.	
	Le joueur adapte son propre jeu en fonction de l'analyse du jeu adverse (points forts, points faibles) et de l'évolution du score.	
<ul style="list-style-type: none"> • Qualité des techniques au service de la tactique • Actions de frappes (variété, qualité, efficacité) • Déplacements, placements, replacements (rapidité, équilibre) 	Utilise un coup prioritaire qui ne sort que rarement l'adversaire du centre du terrain. Sort progressivement du jeu de face et à l'amble. Déplacements difficiles si les trajectoires adverses sont variées.	10/20
	Utilise plusieurs coups de manière complémentaire qui produisent des trajectoires variées. Recherche la rupture de l'échange. Le smash apparaît Sort souvent l'adversaire du centre du jeu par des frappes de profil. Déplacements et placements efficaces si moindre pression. Se replace après la frappe.	
	Construit la rupture en utilisant des coups variés et pertinents. Jeu rapide utilisant plusieurs paramètres en fonction des retours adverses. Sort nettement et rapidement l'adversaire du centre du jeu. Déplacements et placements efficaces dans toutes les phases de jeu. Se replace dans la frappe et anticipe les retours possible.	
GAIN DES RENCONTRES (Prise en compte du niveau technique et tactique et du classement dans la poule)	Le candidat joue de manière réactive au coup par coup et cumule une majorité de défaites.	05/20
	Le candidat cherche à rompre l'échange lors d'une situation favorable et équilibre le nombre de victoires et de défaites.	
	Le gain de l'échange est le fruit d'un projet tactique systématique et adapté. Le nombre de victoires et majoritaire.	



Éducation Physique et Sportive
TENNIS DE TABLE

COMPÉTENCE ATTENDUE	PRINCIPES D'ÉLABORATION DE L'ÉPREUVE
<p>Niveau 4 : Pour gagner le match, faire des choix tactiques. Construire le point en adaptant particulièrement son déplacement afin de produire des frappes variées (balles placées, accélérées et présentant un début de rotation).</p>	<p><u>Deux phases se succèdent :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Une phase de repérage des niveaux de jeu sous forme d'une montante – descendante à l'issue de laquelle les candidats sont regroupés par poule de 3 ou 4 joueurs de niveau proche. - Une phase de notation, au cours de laquelle le candidat rencontre au moins 2 adversaires. Les rencontres se jouent en 2 sets gagnants de 11 points en respectant les 2 points d'écart si égalité. L'alternance des services s'effectue tous les 2 points sauf en cas d'égalité à 10 (service alterné).
<p>RÉPARTITION DES POINTS</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 5 points sur la capacité du candidat à <u>opérer des choix stratégiques pertinents pour dominer le rapport de force.</u> (exemple: Le candidat perd le premier set en cherchant à provoquer son adversaire sur son coup droit, il change de stratégie et recherche systématiquement le revers pour l'empêcher d'attaquer.)
	<ul style="list-style-type: none"> - 10 points sur la capacité du candidat à <u>utiliser des frappes variées et efficaces, à jouer sur le rythme, les placements et les rotations des balles</u> de manière appropriée. - Seront évaluées également la capacité à <u>utiliser le service comme une arme offensive</u> ainsi que la <u>capacité à se déplacer et à se placer de manière efficace et équilibrée.</u>
	<ul style="list-style-type: none"> - 5 points sur la capacité du candidat à <u>gagner les rencontres</u> lors de l'épreuve.

L'ÉPREUVE comporte 2 parties enchaînées :

- Nager 200m** en franchissant **8 obstacles** placés par le jury. L'épreuve est chronométrée.

Les obstacles sont placés verticalement en profondeur, imposant une immersion d'environ 1m ou horizontalement, imposant un déplacement sous l'eau d'au moins 2m. Les modalités de franchissement sont libres. Tout obstacle saisi ou non franchi entraîne une pénalité.

Le candidat est hors épreuve (= 0/20) si aucun franchissement n'est tenté.

Passer les obstacles sans les heurter est valorisé ainsi que nager à allure régulière.

- Rechercher un mannequin** choisi (enfant ou adulte), immergé à environ **2m de profondeur**, et le remorquer sur une distance choisie (de 10 à 40m), sous forme d'aller retour en temps limité (moins d'1 minute). Il n'y a pas d'arrêt entre la première et la deuxième partie de l'épreuve.

L'élève communique avant le départ, son projet : performance chronométrée, type de mannequin remorqué et distance de remorquage.

LA REPARTITION DES POINTS :

Performance chronométrique : 6 points

Points	0,5	1	1,5	2	2,5	3	3,5	4	4,5	5	5,5	6
Garçons	≥ 7'15	6'45	6'15	5'45	5'30	5'15	5'00	4'45	4'30	4'15	4'00	≤ 3'45
Filles	≥ 8'00	7'30	7'00	6'30	6'15	6'00	5'45	5'30	5'15	5'00	4'45	≤ 4'30

Distance de remorquage et nature de l'objet remorqué : 6 points

Dépassement du temps (+5 secondes) ou arrêt avant la fin du retour (distance < 10 m) = 0 / 6 points

Aucun dépassement de temps ni arrêt avant la fin du retour :

Points	1	2	3	4	5	6
Mannequin enfant	10m<Dist<15m	15m<Dist<20m	≥ 20m	/	/	/
Mannequin adulte	10m	10m<Dist<15m	15m	20m	25m	30m

Nombre d'obstacles franchis : de - 4 points à 2 points

Points	+ 0,25 points par obstacle franchi	- 0,50 pts par obstacle saisi ou non franchi
--------	------------------------------------	--

Qualité du remorquage : 3 points

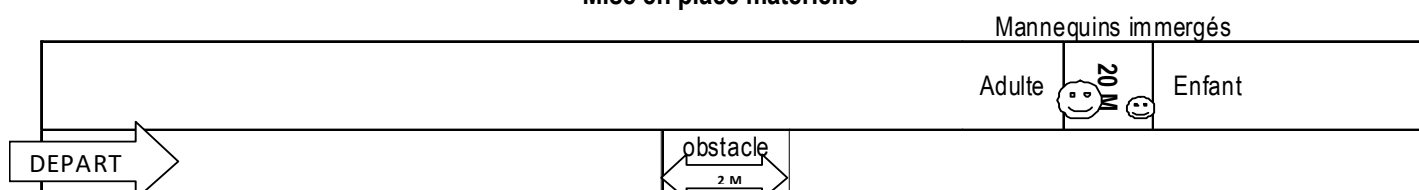
Points	De 0,5 à 1	De 1,5 à 2,5	3
Voies respiratoires du mannequin	Rarement émergées	Le plus souvent	Constamment

Conformité au projet : 3 points

Le projet concerne : la performance chronométrée (+/- 10'') - le type de mannequin - la distance de remorquage.

Points	0	1	2
Nombre d'erreurs entre le prévu et le réalisé	3	2	1

Mise en place matérielle



Fiche examen indispensable le jour de l'épreuve

Préparation de l'épreuve de sol :

1. Composer un enchaînement de 6 éléments minimum. Les 4 familles gymniques de la grille ci-dessous doivent être représentées.
2. Apporter cette fiche complétée ; tous les éléments doivent être surlignés et numérotés dans l'ordre de réalisation. L'évaluation se fera à partir de cette fiche.
3. Juger un enchaînement en repérant tous les éléments, en appréciant la fluidité de chaque séquence et en repérant les fautes d'exécution.

ATTENTION : Vous devez respecter les trois exigences suivantes

1. Les éléments proviennent de 4 familles avec au moins deux niveaux de difficulté.
2. L'enchaînement doit faire entre 30 secondes et une minute et doit être réalisé au minimum sur deux longueurs dont une diagonale.
3. La tenue doit être adéquate (collant ou corsaire pour les filles et short pour les garçons)

Familles	A = 0.40	B = 0.60	C = 0.80	D = 1.00
RV (ATR Roue)				
				 ou 2 roues enchaînées
Rotation arrière				
Rotation avant				
Élément gymnique				