

<b>EPREUVE D'EDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE OBLIGATOIRE EN EVALUATION PONCTUELLE</b>
--

**Les Candidats qui relèvent de l'examen ponctuel sont :**

- des candidats individuels
- des candidats scolarisés dans des établissements privés hors contrat
- des candidats scolarisés au CNED

**Epreuve obligatoire : COUPLES d'ACTIVITES (activités indissociables à l'inscription) :**

- Gymnastique au sol et Tennis de table
- Demi - fond 3x500 m et Badminton
- Demi - fond 3x500 m et Tennis de table
- Gymnastique au sol et Badminton
- Sauvetage et Badminton

**Inscriptions aux épreuves :**

L'inscription aux épreuves d'éducation physique et sportive se fait en même temps que les autres épreuves de l'examen, qu'elles soient obligatoires ou facultatives, statut sportif de haut niveau et haut niveau du sport scolaire compris.

Aucune inscription ne se fera en dehors de ces délais.

En cas d'inaptitude, un certificat médical couvrant l'année scolaire doit être fourni à l'inscription.

**Evaluation des épreuves :****Niveau 4 exigé.**

L'évaluation des candidats est effectuée selon les mêmes exigences que pour le contrôle en cours de formation.

<b>ATHLETISME</b>
<p><b>1. Description de l'épreuve</b> Le candidat réalise 3 courses de 500 m (une course toutes les 10 minutes), chronométrées par le jury à la seconde. Le candidat court sans montre ni chronomètre mais un temps de passage lui est communiqué au 250 m. Avant l'épreuve, l'élève indique sur une fiche le temps visé sur le premier 500 m. Après la première course, il note sur sa fiche le temps visé pour le deuxième 500 m. Le temps cumulé (somme des 3 temps réalisés) est noté sur 14. L'écart au projet (somme des 2 écarts temps visés / temps réalisés) est noté sur 3. La préparation et la récupération sont notées sur 3.</p>
<p><b>2. Conditions de l'épreuve</b> Course sur piste d'une longueur permettant l'évaluation (400m, 330m, 300m, 250m). Le candidat doit se présenter avec une tenue de sport adéquate (chaussures lacées et vêtements adaptés).</p>
<b>SAUVETAGE</b>
<p><b>1. Description de l'épreuve</b> Epreuve comportant deux parties enchaînées : Parcours de 200m chronométré, soit 8 X 25m avec au moins huit obstacles à franchir (Par exemple 4 passages de tapis imposant un déplacement subaquatique de 2m et 4 passages dans des cerceaux disposés verticalement à 1 m environ de profondeur). Le nombre de tentatives est limité à 10, les modalités de franchissement sont libres. Tout contact avec l'obstacle est pénalisé. Au terme du 200m avec obstacles et sans arrêt, le candidat remonte le mannequin puis le remorque sur une distance de 10 à 40 m choisie par le candidat, voies respiratoires émergées en un temps limité. Le candidat communique avant le début de l'évaluation au jury son projet personnel de parcours : performance chronométrée, type de mannequin remorqué et la distance de remorquage.</p>
<p><b>2. Conditions de l'épreuve</b> L'épreuve se déroule en bassin de 25m ou de 50m. Le port du bonnet de bain est obligatoire. N'est pas autorisé le short ou le bermuda pour les garçons. Le port du maillot de bain une pièce pour les filles est vivement conseillé.</p>
<b>TENNIS DE TABLE</b>
<p><b>1. Description de l'épreuve</b> Les candidats sont regroupés en poules de 3 à 5 joueurs de niveau homogène. Dans chaque poule, le candidat dispute au moins 2 rencontres et en arbitre au moins une. Une rencontre se joue en un minimum de 2 sets gagnants de 11 points. Après la première séquence de jeu, chacun des candidats analyse la séquence passée et propose une stratégie pour la séquence suivante.</p>
<p><b>2. Conditions de l'épreuve</b> Le candidat dans la mesure du possible amènera sa raquette personnelle. (revêtement rouge pour une face de palette et noire pour l'autre face). Une tenue de sport adéquate (chaussures lacées et vêtements adaptés) est exigée</p>
<b>BADMINTON</b>
<p><b>1. Description de l'épreuve</b> Les candidats sont regroupés en poules de 3 à 5 joueurs de niveau homogène. Dans chaque poule, le candidat dispute au moins 2 rencontres. Une rencontre se joue en un minimum de 2 sets gagnants de 11 points. Après la première séquence de jeu, chacun des candidats analyse la séquence passée et propose une stratégie pour la séquence suivante.</p>
<p><b>2. Conditions de l'épreuve</b> Dans la mesure du possible, le candidat apportera sa raquette personnelle. Une tenue de sport adéquate (chaussures lacées et vêtements adaptés) est exigée.</p>
<b>GYMNASTIQUE AU SOL</b>
<p><b>1. Description de l'épreuve</b> Chaque candidat présente un projet d'enchaînement libre retranscrit sur une fiche type qui comporte son scénario en référence au code gym UNSS 2008/2012 (figurines, textes et niveau de difficultés). L'enchaînement présente des contraintes techniques clairement définies : nombre d'éléments, niveau de difficulté, variété des familles, changements de direction, mais aussi des contraintes de temps et d'espace. Le candidat devra ensuite faire un passage devant un jury et repérer les difficultés sur une fiche JUGE d'un autre candidat. Selon le nombre de candidats 2 essais peuvent être accordés avec 20 minutes d'intervalle. Seul le meilleur compte. Penser à prévoir la musique sur un CD pour le sol féminin si cela est souhaité.</p>
<p><b>2. Conditions de l'épreuve</b> Matériel nécessaire au candidat - Tenue près du corps : Garçons : T-shirt, short - Filles : T-shirt, justaucorps, short, cycliste...</p>

<b>EPREUVE D'EDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE</b> <b>FACULTATIVE</b> <b>EN EVALUATION PONCTUELLE</b>
--

**Epreuves facultatives d'EPS :**

Il s'agit d'une épreuve composée d'une prestation physique sur 16 points et d'un entretien sur 4 points, choisie par le candidat parmi une liste nationale spécifique à cet examen de trois épreuves et 2 épreuves académiques.

Liste nationale :

- Natation de distance
- Judo
- Tennis

Liste académique:

- Chorégraphie individuelle
- Football

**Evaluation des épreuves :**

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.

**Un candidat dispensé** de l'épreuve obligatoire d'EPS aux examens relevant de l'enseignement commun n'est pas autorisé à se présenter pour l'enseignement facultatif. **Les candidats en situation de handicap**, et non dispensés de l'épreuve obligatoire d'EPS peuvent bénéficier d'une épreuve adaptée académique dans le cadre de l'option facultative ponctuelle.

**Cas particulier :**

- ✓ Sportifs de Haut Niveau, espoirs inscrits sur liste nationale
- ✓ Lycéens engagés à haut niveau dans le sport scolaire (podiums nationaux, et Jeunes Officiels au niveau national) durant leur scolarité en classe de seconde ou première de lycée d'enseignement général et technologique.

Ces candidats peuvent valider dans le cadre de cet examen leur spécialité sportive selon des modalités adaptées :

- ✓ Part réservée à la pratique sportive automatiquement validée à 16 points.
- ✓ Entretien obligatoire permettant d'apprécier les connaissances scientifiques, techniques, réglementaires et la capacité de réflexion du candidat sur sa pratique sur 4 points. Cette disposition ne s'applique qu'après approbation de la commission académique d'harmonisation de notes.  
En cas de non présentation à l'entretien, la note obtenue sera de 00/20.

**Niveau attendu aux épreuves facultatives :**

Les candidats doivent être conscients du niveau attendu aux épreuves facultatives. Les statistiques démontrent que dans certaines disciplines un candidat sur deux n'obtient pas la moyenne à l'épreuve, ce qui signifie que leur niveau est insuffisant.

**Distinction entre l'épreuve de danse EPS et l'épreuve d'art-danse :**

L'attention des candidats qui souhaitent présenter une option danse lors des épreuves du baccalauréat doit être attirée sur la distinction entre l'épreuve facultative de danse « EPS », et l'épreuve facultative de danse « Arts » :

- ✓ l'épreuve facultative de danse qui relève du champ de l'EPS ;
- ✓ l'épreuve facultative de danse « arts » évalue la danse en tant que discipline artistique, au même titre que la musique, les arts plastiques, ou bien encore le théâtre.

<b>NATATION DE DISTANCE</b>
<p><u>Description de l'épreuve</u> Le candidat nage effectué un parcours continu chronométré de 800 mètres en crawl. 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 :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- action alternée et retour aérien des bras vers l'avant, action alternée des jambes de type « battements » ;</li> <li>- phases d'immersion du visage plus longues que les phases d'émersion.</li> </ul>
<b>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.</b>
<b>JUDO</b>
<p><u>Description de l'épreuve</u> Chaque protagoniste réalise 3 randoris de 4 minutes, entrecoupés de 8 à 12 minutes de repos. 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.</p>
<b>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.</b>
<b>TENNIS</b>
<p><u>Description de l'épreuve</u> 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 dispute plusieurs rencontres contre des adversaires de niveau proche et arbitre au moins une rencontre. A chaque changement de côté, le candidat analyse la séquence qui vient de se dérouler et propose une stratégie pour la séquence suivante.</p>
<b>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.</b>
<b>CHOREGRAPHIE INDIVIDUELLE</b>
<p><u>Description de l'épreuve</u> Présenter une composition chorégraphique individuelle (solo) notée sur 16 points. Durée (2' à 3'). Dans un espace scénique de 8m sur 10m Le monde sonore est choisi et fourni par le candidat, musique, bruitage, silence... Le candidat doit présenter par écrit le traitement chorégraphique de son projet ( titre et un argument éventuel, démarche de création, prise de risque artistique). Lors d'un entretien de 10 minutes noté sur 4 points le candidat défendra la pertinence de ses choix.</p>
<b>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.</b>
<b>FOOTBALL</b>
<p><u>Description de l'épreuve</u> Matches à 7 contre 7 (6 joueurs de champ et un gardien), sur un terrain de football à 7, opposant deux équipes dont le rapport de force est équilibré. Chaque équipe dispute plusieurs rencontres de 8 minutes, dont au moins deux rencontres contre la même équipe. Lors de chaque rencontre, chaque équipe peut bénéficier d'un « temps-mort » d'1 minute pour adapter son organisation en fonction du contexte de jeu et du score. Entre les deux rencontres opposant les mêmes équipes, un temps de concertation sera prévu, de manière à permettre aux joueurs d'une même équipe d'ajuster leurs organisations collectives en fonction des caractéristiques du jeu adverse. Les règles essentielles sont celles du football à 7. L'engagement est réalisé au pied et ballon au sol par le gardien depuis sa surface.</p>
<b>L'épreuve nécessite une expérience de compétition pour espérer une note supérieure à la moyenne</b>