



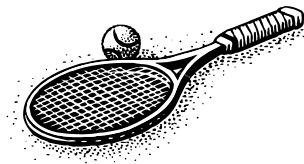
RÉGION ACADÉMIQUE
PROVENCE-ALPES-CÔTE D'AZUR

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



BACCALAUREAT GENERAL TECHNOLOGIQUE ET PROFESSIONNEL

EPREUVES PONCTUELLES FACULTATIVES ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE



Ce livret est présenté afin de faciliter l'inscription des candidats aux épreuves facultatives EPS des baccalauréats généraux, technologiques et professionnels.

Il leur permettra de faire des choix pertinents en fonction de leurs compétences personnelles.

SOMMAIRE

- ❖ Présentation générale de l'épreuve -page 3 à 4-
- ❖ Présentation de l'épreuve nationale de **NATATION** -page 5 à 7-
- ❖ Présentation de l'épreuve nationale de **TENNIS** -page 8 à 10-
- ❖ Présentation de l'épreuve nationale de **JUDO** -page 11 à 13-
- ❖ Présentation de l'épreuve académique de **DANSE**-page 14 à 18-
- ❖ Présentation de l'épreuve académique de **RUGBY**-page 19 à 21-
- ❖ Présentation de l'épreuve nationale **HAUT NIVEAU**-page 22 à 25-

Présentation générale de l'épreuve

L'épreuve facultative d'EPS évaluée à l'examen ponctuel terminal s'adresse à tous les candidats qui passent les épreuves de l'enseignement commun en contrôle en cours de formation ou en contrôle ponctuel.

Elle s'adresse à des candidats qui ont un niveau de pratique nettement supérieur aux exigences de l'EPS obligatoire dans les activités concernées.

Ne peuvent s'inscrire à l'épreuve facultative :

- Les candidats dispensés de l'épreuve obligatoire d'EPS.
- Les candidats inscrits à l'épreuve facultative évaluée en CCF.
- Les candidats inscrits à l'épreuve de complément d'EPS.

Les candidats inscrits à l'examen facultatif ponctuel choisissent une seule épreuve parmi :

- Les trois épreuves proposées dans la liste nationale spécifique à l'enseignement facultatif ponctuel (**Natation de distance, Judo, Tennis**).

- Les deux épreuves proposées dans la liste académique spécifique (**Danse, Rugby**).

Ces épreuves sont susceptibles d'évolutions au fil des sessions.

- L'épreuve Spécifique **entretien de haut niveau** (sport haut niveau et haut niveau sport scolaire).

L'épreuve se compose de deux parties :

- **Une épreuve physique** notée sur 16 points, en référence au niveau 5 de compétence attendu fixé nationalement. Les exigences sont identiques à celles de l'épreuve facultative en contrôle en cours de formation.
- **Un entretien** noté sur 4 points qui 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.

Les coefficients sont :

Si l'option EPS est choisie en vœux N°1 : Coefficient 2

Si l'option EPS est choisie en vœux N°2 : Coefficient 1

Dans l'académie de Nice les activités proposées sont:

- Tennis (liste nationale)
- Judo (liste nationale)
- Natation de distance : 800 m (liste nationale)
- Danse : chorégraphie individuelle (liste académique)
- Rugby (liste académique)
- Entretien sportif de haut niveau

Textes officiels en vigueur au Baccalauréat Général et technologique:

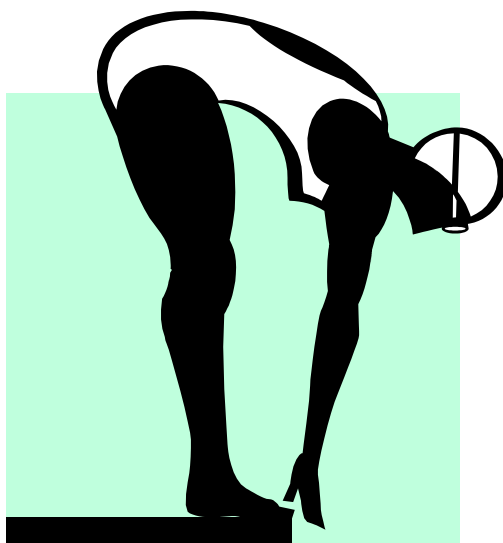
- Arrêté du 21-12-2011 paru au J.O. du 13-1-2012
Baccalauréats général et technologique. Modalités d'organisation du contrôle en cours de formation et de l'examen ponctuel terminal prévus pour l'éducation physique et sportive.
- Circulaire 2015-066 du 16-04-2015 parue au BOEN n°17 du 23-04-2015
La présente circulaire précise les modalités d'évaluation aux baccalauréats général et technologique.
- Circulaire n° 2017 - 073 du 19-04-2017 parue au BOEN n° 17 du 27-04-2017
Évaluation de l'éducation physique et sportive- liste nationale d'épreuve : modification.
- Circulaire n°2018-067 du 18-06-2018 parue au BOEN n°25 du 21-06-2018

Textes officiels en vigueur au Baccalauréat Professionnel:

- Arrêté du 07-07-2015 parue au BOEN n°32 du 3 septembre 2015
Création d'une unité facultative d'EPS dans le diplôme du baccalauréat professionnel.
- Circulaire n°2015-180 du 10-11-2015 parue au BOEN n°42 du 12 novembre 2015.
La présente circulaire a pour objet de préciser la liste nationale des activités pouvant être choisies au titre de cette épreuve ainsi que les modalités de l'épreuve,
- Circulaire n°2018-029 du 26-02-2018 parue au BOEN n°9 du 1^{er} mars 2018
Évaluation de l'éducation physique et sportive aux examens du baccalauréat professionnel, du brevet des métiers d'art, du certificat d'aptitude professionnelle et du brevet d'études professionnelles.

NATATION

DE DISTANCE



EPREUVE FACULTATIVE PONCTUELLE NATATION DE DISTANCE

Conseils aux candidats pour choisir cette épreuve

- Avoir un bon niveau en natation acquis par une pratique régulière de l'activité.
- L'épreuve implique une réelle préparation durant l'année et une réflexion sur sa pratique personnelle.
- La nage du crawl et un départ plongé sont obligatoires pour l'épreuve.

COMPETENCES ATTENDUES DE 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 ».

DESCRIPTION DE L'ÉPREUVE.

- L'épreuve comporte une prestation physique individuelle notée sur 16 points.
- Un entretien (de 10 à 15 minutes maximum) noté sur 4 points.

EPREUVE PHYSIQUE DE NATATION DE DISTANCE

CONDITIONS DE L'ÉPREUVE	<ul style="list-style-type: none">• Bassin de 50 M.• Parcours continu chronométré de 800 mètres en crawl.• Départ plongé.• Le candidat dispose d'un temps d'échauffement avant la réalisation de la performance.• Un seul passage par candidat.• Planche ou sifflet au dernier 50 M.• Le candidat commence par la prestation physique et enchaîne avec l'entretien dans la même demi-journée.
MATERIEL NECESSAIRE	<ul style="list-style-type: none">• Convocation.• Pièce d'identité.• Tenue de bain homologuée (short interdit).• Bonnet de bain obligatoire.• Lunettes autorisées.

EPREUVE ORALE DE NATATION DE DISTANCE

4 CHAMPS DE CONNAISSANCES SONT ABORDES

ANALYSE DU CANDIDAT SUR SA PRESTATION PHYSIQUE :

Retour sur l'épreuve du jour, sur la préparation à cette épreuve, les difficultés rencontrées.
Analyse personnelle de ses points forts, de ses points faibles...

CONNAISSANCES DE L'ACTIVITE NATATION :

Aspects techniques et tactiques (techniques de nage, stratégie de course...).

CONNAISSANCES SCIENTIFIQUES EN LIEN AVEC LA PRATIQUE DE LA NATATION :

Filières énergétiques, préparation physique, groupes musculaires sollicités, récupération...

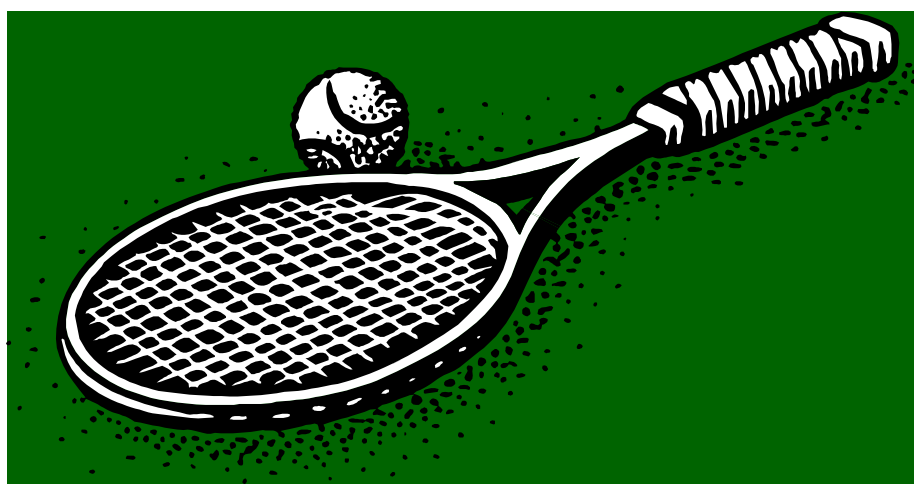
CONNAISSANCES REGLEMENTAIRES ET CULTURELLES DE L'ACTIVITE NATATION :

Ordre du starter, virage, reprise de nage, principes d'efficacité, actualités, championnats...

BACCALAUREAT GENERAL, TECHNOLOGIQUE ET PROFESSIONNEL

Compétences attendues		Principes d'élaboration de l'épreuve																																																																																																
Niveau 5	<p>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.</p>	<p>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 effectuée com me suit :</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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'émer sion. 																																																																																																
14/20	<p>Performance chronométrique Exemple: une fille réalise 15mn33, sa note est de 7/14</p>	<p>Degrés d'acquisition de niveau 5</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Note /14</th> <th>Garçons</th> <th>Filles</th> <th>Note /14</th> <th>Garçons</th> <th>Filles</th> <th>Note /14</th> <th>Garçons</th> <th>Garçons</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1</td> <td>17'00</td> <td>19'00</td> <td>5,5</td> <td>17'00</td> <td>16'32</td> <td>10</td> <td>14'49</td> <td>13'10</td> </tr> <tr> <td>1,5</td> <td>16'41</td> <td>18'40</td> <td>6</td> <td>16'41</td> <td>16'16</td> <td>10,5</td> <td>14'36</td> <td>13'00</td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>16'26</td> <td>18'24</td> <td>6,5</td> <td>16'26</td> <td>16'00</td> <td>11</td> <td>14'23</td> <td>12'50</td> </tr> <tr> <td>2,5</td> <td>16'11</td> <td>18'08</td> <td>7</td> <td>16'11</td> <td>15'44</td> <td>11,5</td> <td>14'10</td> <td>12'40</td> </tr> <tr> <td>3</td> <td>15'56</td> <td>17'52</td> <td>7,5</td> <td>15'56</td> <td>15'32</td> <td>12</td> <td>14'00</td> <td>12'30</td> </tr> <tr> <td>3,5</td> <td>15'41</td> <td>17'36</td> <td>8</td> <td>15'41</td> <td>15'20</td> <td>12,5</td> <td>13'50</td> <td>12'20</td> </tr> <tr> <td>4</td> <td>15'28</td> <td>17'20</td> <td>8,5</td> <td>15'28</td> <td>15'08</td> <td>13</td> <td>13'40</td> <td>12'10</td> </tr> <tr> <td>4,5</td> <td>15'15</td> <td>17'04</td> <td>9</td> <td>15'15</td> <td>14'56</td> <td>13,5</td> <td>13'30</td> <td>11'55</td> </tr> <tr> <td>5</td> <td>15'02</td> <td>16'48</td> <td>9,5</td> <td>15'02</td> <td>14'44</td> <td>14</td> <td>13'20</td> <td>11'40</td> </tr> </tbody> </table> <p>Bonus de 1pt pour performance réalisée dans un bassin de 50 mètres (dans la limite de 14 pts pour la performance chronométrique)</p>							Note /14	Garçons	Filles	Note /14	Garçons	Filles	Note /14	Garçons	Garçons	1	17'00	19'00	5,5	17'00	16'32	10	14'49	13'10	1,5	16'41	18'40	6	16'41	16'16	10,5	14'36	13'00	2	16'26	18'24	6,5	16'26	16'00	11	14'23	12'50	2,5	16'11	18'08	7	16'11	15'44	11,5	14'10	12'40	3	15'56	17'52	7,5	15'56	15'32	12	14'00	12'30	3,5	15'41	17'36	8	15'41	15'20	12,5	13'50	12'20	4	15'28	17'20	8,5	15'28	15'08	13	13'40	12'10	4,5	15'15	17'04	9	15'15	14'56	13,5	13'30	11'55	5	15'02	16'48	9,5	15'02	14'44	14	13'20	11'40
Note /14	Garçons	Filles	Note /14	Garçons	Filles	Note /14	Garçons	Garçons																																																																																										
1	17'00	19'00	5,5	17'00	16'32	10	14'49	13'10																																																																																										
1,5	16'41	18'40	6	16'41	16'16	10,5	14'36	13'00																																																																																										
2	16'26	18'24	6,5	16'26	16'00	11	14'23	12'50																																																																																										
2,5	16'11	18'08	7	16'11	15'44	11,5	14'10	12'40																																																																																										
3	15'56	17'52	7,5	15'56	15'32	12	14'00	12'30																																																																																										
3,5	15'41	17'36	8	15'41	15'20	12,5	13'50	12'20																																																																																										
4	15'28	17'20	8,5	15'28	15'08	13	13'40	12'10																																																																																										
4,5	15'15	17'04	9	15'15	14'56	13,5	13'30	11'55																																																																																										
5	15'02	16'48	9,5	15'02	14'44	14	13'20	11'40																																																																																										
06/20	<p>Gestion de l'effort: Temps réalisés sur la dernière tranche de 100 mètres</p> <p>Ecart entre les temps extrêmes réalisés par tranche de 100 m à l'exception de la première et de la dernière.</p>	<p>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.</p> <p>Le temps réalisé sur la huitième et dernière tranche de 100 mètres est strictement inférieure à celui de chacune des deuxième à septième tranches.</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>0 point</th> <th>3 points</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Supérieur à 13 sec: 0 pt (11 à 13 sec): 0,5 pt (9 à 10 sec): 1 pt</td> <td>(7 à 8 sec) : 1,5 pts (5 à 6 sec) : 2 pts</td> </tr> </tbody> </table> <p>(0 à 4 sec) : 3 pts</p>							0 point	3 points	Supérieur à 13 sec: 0 pt (11 à 13 sec): 0,5 pt (9 à 10 sec): 1 pt	(7 à 8 sec) : 1,5 pts (5 à 6 sec) : 2 pts																																																																																						
0 point	3 points																																																																																																	
Supérieur à 13 sec: 0 pt (11 à 13 sec): 0,5 pt (9 à 10 sec): 1 pt	(7 à 8 sec) : 1,5 pts (5 à 6 sec) : 2 pts																																																																																																	
04/20	<p>Le total sur 20 des points de pratique est ramené à 16 points</p> <p>Entretien individuel</p>																																																																																																	
Références :	<p>Circulaire n°2018-067 du 18 juin 2018 parue au BOEN n°25 du 21 juin 2018</p> <p>Circulaire n°2018-029 du 26 février 2018 parue au BOEN n°9 du 1er mars 2018</p>																																																																																																	

TENNIS



EPREUVE FACULTATIVE PONCTUELLE TENNIS

Conseils aux candidats pour choisir cette épreuve

- Avoir un bon niveau de jeu acquis par une pratique régulière de l'activité. classement fédéral 3^{ème} série FFT minimum recommandé.
- L'épreuve implique une réelle préparation durant l'année, une réflexion sur sa pratique personnelle et une connaissance de l'activité en général.
- La pertinence d'un projet tactique annoncé étant prise en compte dans l'évaluation, les candidats doivent connaître leurs propres caractéristiques et s'être préparés à analyser celles de leur adversaire.
- Le jury rappelle que l'échauffement personnel (général et spécifique), la récupération et l'arbitrage (justesse et autorité des annonces) ne doivent pas être négligés.

COMPETENCES ATTENDUES DE NIVEAU 5.

« Pour gagner le match, concevoir et conduire des projets tactiques en adaptant son jeu (varier le rythme, masquer les coups...) face à chaque adversaire ».

DESCRIPTION DE L'ÉPREUVE.

- L'épreuve comporte une prestation physique individuelle notée sur 16 points.
- Un entretien (de 10 à 15 minutes maximum) noté sur 4 points.

EPREUVE PHYSIQUE DE TENNIS

CONDITIONS DE L'ÉPREUVE	<ul style="list-style-type: none"> • Les candidats sont regroupés par niveau de jeu. • L'épreuve commence dès l'échauffement. • Chaque candidat dispute deux matches de simple en 1 set de 4 jeux avec « NO-AD » (no-advantage), avec des adversaires différents. • A la fin de la première rencontre, le candidat passe à la phase « analyse de jeu ». • Chaque candidat arbitre au moins une rencontre. • L'entretien se déroule à l'issue des rencontres. • Le candidat est convoqué sur une demi-journée.
MATERIEL NECESSAIRE	<ul style="list-style-type: none"> • Convocation. • Pièce d'identité. • La raquette et les balles sont fournies par le candidat.

EPREUVE ORALE DE TENNIS

ANALYSE DU CANDIDAT SUR LA PRESTATION PHYSIQUE :

Retour sur l'épreuve du jour, sur la préparation du candidat mise en place en vue de cette épreuve.

Analyse personnelle de ses points forts, de ses points faibles, état des ressources physiques et mentales...

CONNAISSANCES DE L'ACTIVITE TENNIS :

Aspects techniques (exemple : expliquer un geste) tactiques et stratégiques.

CONNAISSANCES SCIENTIFIQUES EN LIEN AVEC LA PRATIQUE DU TENNIS :

Filières énergétiques, préparation physique et mentale, groupes musculaires sollicités, principes d'échauffement,

CONNAISSANCES REGLEMENTAIRES ET CULTURELLES DE L'ACTIVITE TENNIS :

Arbitrage ; vocabulaires, définitions liées à l'activité. Références culturelles liées aux grands tournois et compétitions internationales.

Compétences attendues		Principes d'élaboration de l'épreuve		
<p>NIVEAU 5 : Pour gagner le match, concevoir et conduire des projets tactiques en adaptant son jeu (varier le rythme, masquer les coups, ect.) face à chaque adversaire.</p>				
Pts à affecter	Éléments à évaluer	Degrés d'acquisition du niveau 5		
		De 0 à 9 points	De 10 à 16 points	De 17 à 20 points
04/20	Gestion du rapport de forces	Analyse réaliste mais le projet se limite à des éléments habituels (jouer sur le revers..) qui peuvent néanmoins être efficaces. De 0 à 2 points	Analyse points forts et points faibles. Projet construit mais ne fait pas basculer le rapport de force. De 2 à 3 points	Adaptation aux points forts et faibles de chacun. Les cibles sont les espaces libérés par l'adversaire et les points faibles identifiés Projet construit et efficace De 3 à 4 points
03/20	Trajectoires variées	Utilise 1 à 2 paramètres (vitesse, direction, longueur, hauteur, effet) De 0 à 1.5 pts	Maitrise de 2 à 4 paramètres De 1.5 à 2.5 pts	Maitrise les 5 paramètres. Créer de l'incertitude De 2.5 à 3 pts
03/20	Déplacement / Replacement	Déplacements tardifs, déséquilibrés. Coordination spatio temporelle faible Replacement sans tenir compte du renvoi. De 0 à 1.5 pts	Déplacement rapide. coordination spatio temporelle à améliorer Se replace en fonction des renvois vers l'anticipation. De 1,5 à 2,5 pts	Déplacements rapide sur toute vitesse de balle, coordination spatio temporelle optimale (timing) Anticipation et engagement optimal protégé toujours l'espace à défendre. De 2,5 à 3 pts
04/20	Qualité et Efficacité des frappes	Espace de jeu restreint Vitesse d'exécution uniforme De 0 à 1.5 pts Service : 1ère balle explosive, 2 balles identiques, ou 2ème balle sécuritaire De 0 à 0.5 pts	Utilisation de l'espace total Varie la vitesse dans un même effet De 1.5 à 2 pts Service : Différenciation 1ère et 2nde balle avec des variations en direction et en vitesse. De 0.5 à 0.75 pts	Gestion risque/sécurité (jouer vite et précis) Varie les effets avec un maximum de rythme. De 2 à 3pts Service : Variation des effets pour les 2 balles De 0.75 à 1 pt
02/20	Engagement et arbitrage	Le candidat gère son engagement en se préparant physiquement et psychologiquement et arbitre		
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.		
04/20		Le total sur 20 des points de pratique est ramené à 16 points		
04/20		Entretien individuel		
Références: Circulaire n° 2012-093 du 19 juillet 2012 parue au BOEN n°5 du 19 juillet 2012				
Références: Circulaire n°2018-029 du 26 février 2018 parue au BOEN n°9 du 1er mars 2018				

JUDO



EPREUVE FACULTATIVE PONCTUELLE JUDO

Conseils aux candidats pour choisir cette épreuve

- Avoir un bon niveau de jeu acquis par une pratique régulière de l'activité.
- Le niveau de référence minimum exigée équivaut à un pratiquant ceinture marron.
- L'épreuve implique une réelle préparation durant l'année, une réflexion sur sa pratique personnelle.

COMPETENCES ATTENDUES DE 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 ».

DESCRIPTION DE L'ÉPREUVE.

- L'épreuve comporte une prestation physique individuelle notée sur 16 points.
- Un entretien (de 10 à 15 minutes maximum) noté sur 4 points.

EPREUVE PHYSIQUE DE JUDO

CONDITIONS DE L'ÉPREUVE	<ul style="list-style-type: none">• Attention, pour participer à l'épreuve les candidats doivent avoir un niveau suffisant afin de ne pas mettre en danger leur propre sécurité ni celle d'autrui.• Dans un souci de sécurité et compte tenu des exigences de l'épreuve, pendant le temps d'échauffement, une phase d'observation des candidats permettra de vérifier certains pré requis (chutes, règlements...).• Les candidat(e)s disposent d'un temps d'échauffement.• Les candidats sont répartis, après pesée, par groupes morphologiques et de niveau.• Chaque candidat dispute 3 à 4 randori d'une durée comprise entre 2 à 4 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.
MATERIEL NECESSAIRE	<ul style="list-style-type: none">• Convocation.• Pièce d'identité.• Un judogi complet (veste, pantalon, ceinture).

EPREUVE ORALE DE JUDO

4 CHAMPS DE CONNAISSANCES SONT ABORDES

ANALYSE DU CANDIDAT SUR LA PRESTATION PHYSIQUE :

Retour sur l'épreuve du jour : sur la préparation du candidat pour cette épreuve, sur l'analyse de ses randori, de ses forces, de ses faiblesses.

CONNAISSANCES DE L'ACTIVITE JUDO:

Aspects techniques, tactiques et stratégiques.

CONNAISSANCES SCIENTIFIQUES EN LIEN AVEC LA PRATIQUE DU JUDO:

Filières énergétiques, préparation physique, groupes musculaires sollicités, principes d'échauffement,

CONNAISSANCES REGLEMENTAIRES ET CULTURELLES DE L'ACTIVITE JUDO:

Histoire du judo, arbitrage.

EPREUVE FACULTATIVE PONCTUELLE - OPTION EPS - JUDO
BACCALAUREAT GENERAL, TECHNOLOGIQUE ET PROFESSIONNEL



Compétences attendues		Principes d'élaboration de l'épreuve	
NIVEAU 5 :		Chaque protagoniste réalise 3 randori de 4 minutes, entrecoupés de 8 à 12 minutes de repos.	
Pour gagner le combat, gérer ses adversaires, s'adapter aux caractéristiques de son adversaire pour conduire l'affrontement dans le respect des règles de sécurité.		Les randori sont arbitrés par les élèves. L'arbitre annonce les avantages, les pénalités et fait respecter les règles de sécurité.	
Les combats sont répartis par groupe morphologique et de niveau		Les combats sont répartis par groupe morphologique et de niveau	
Degrés d'acquisition de niveau 5			
Pts à affecter		De 0 à 9 points	De 10 à 16 points
Eléments à évaluer		De 0 à 9 points	De 10 à 16 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	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 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. Défense : 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.
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.
4/20	Gain du combat 2 points	Gagne 0 ou 1 randori sur 3 0 à 0,25 pt	Gagne 2 randori sur 3 0,5 à 1pt
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.
Le total sur 20 des points de pratique est ramené à 16 points			
4/20	Entretien individuel	L'activité (terminologie, règlement...), le pratiquant dans l'activité (préparation, gestion du combat, technique et tactique personnelles), et sur la pratique sociale	
Références :		Circulaire n°2018-067 du 18 juin 2018 parue au BOEN n°25 du 21 juin 2018 Circulaire n°2018 - 029 du 26 février 2018 parue au BOEN n°9 du 1er mars 2018	

DANSE



**EPREUVE FACULTATIVE PONCTUELLE
EPS - DANSE**

Conseils aux candidats pour choisir 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 durant l'année et une réflexion sur sa pratique personnelle.
- Tous les styles de danse sont acceptés dans la mesure où la composition répond à un développement thématique qui doit s'expliquer et se justifier.
- Ne pas confondre avec l'épreuve facultative artistique danse - ART DANSE-

COMPETENCES ATTENDUES DE NIVEAU 5.

« Composer et présenter une chorégraphie individuelle à partir de choix personnels exprimés et partagés, avec un niveau d'engagement émotionnel maîtrisé et une stylisation du mouvement au service du propos chorégraphique. Connaître et utiliser des procédés et éléments scéniques qui renforcent le thème développé ».

DESCRIPTION DE L'EPREUVE.

- L'épreuve comporte une prestation physique individuelle, une composition chorégraphique, en **SOLO de 1 minute 30 à 2 minutes, notée** sur 16 points.
- Un entretien (de 10 à 15 minutes maximum) noté sur 4 points.

EPREUVE PHYSIQUE DE DANSE

<p>CONDITIONS DE L'EPREUVE</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Accueil. • Les candidats sont convoqués pour une demi-journée. • Le public n'est pas autorisé à assister aux épreuves. • Une salle pour la présentation des chorégraphies et une salle pour l'échauffement et l'attente. • Le candidat débutera par sa prestation physique, <u>un seul passage par candidat</u>, et enchainera avec l'entretien. • L'entretien se déroule avec le jury qui a noté sa prestation. • Une sonorisation de la salle avec un lecteur CD et/ou un ordinateur relié à une enceinte pour écouter les clés USB et MP3. • Espace scénique : 10 m / 8 m de profondeur, matérialisé aux 4 coins.
<p>MATERIEL NECESSAIRE</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Convocation. • Pièce d'identité. • Son montage audio (possibilité également d'utiliser le silence), sur clef USB (de préférence) ou lecteur type Ipod. • Si le candidat a choisi d'utiliser des accessoires et/ou décors. • Chaque candidat doit se présenter muni d'une fiche dûment remplie intitulée: La fiche de présentation de la chorégraphie (en page 17).

CONSIGNES et REMARQUES IMPORTANTES	<ul style="list-style-type: none"> • Eviter l'absence de thème. • Eviter l'excès d'accessoires de maquillage et de costumes. • Ne pas multiplier les extraits musicaux. • Prévenir le jury avant la prestation si vous utilisez le silence. • La mise en place ou le retrait d'éléments de décor ou de scénographie apportés par le candidat ne doivent pas excéder 1 minute. Tout élément qui pourrait souiller ou endommager l'espace n'est pas autorisé. • Le montage sonore éventuel doit être calé et sur la durée de la composition entre 1'30 et 2'. Attention aux musiques trop connues, top du moment... • Le CD ou la clé USB ne doivent contenir uniquement que le morceau destiné à l'épreuve (une seule piste). • Le téléphone portable est interdit comme support pour sa musique. • Une sauvegarde peut être effectuée sur un appareil personnel (type MP3), mais elle ne devra en aucun cas être le support principal ; le candidat devra de plus, se munir de son câble avec port USB ou prise jack. • Si le candidat s'arrête dans sa chorégraphie, suite à un trou de mémoire, le jury encouragera ce dernier à poursuivre, un deuxième passage n'est pas autorisé.
---	--

EPREUVE ORALE DE DANSE

<p>ANALYSE DU CANDIDAT SUR LA PRESTATION PHYSIQUE : Retour sur l'épreuve du jour, sur la préparation du candidat mise en place en vue de cette épreuve. Etre capable d'explicité sa démarche de création et les procédés de composition mis en œuvre dans la composition qu'il a créé. Argumenter et justifier ses choix. Il pourra prendre appui sur des passages de la prestation (en action) permettant d'illustrer et d'enrichir l'analyse.</p>
<p>CONNAISSANCES DE L'ACTIVITE DANSE : Aspects techniques, analyse et explication du mouvement. Pistes de réflexion :</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Codification du mouvement. ✓ Les fondamentaux : appuis, équilibre, poids, regard.... ✓ Les composantes : espace, temps, énergie. ✓ Les procédés de composition : contraste, répétition, accumulation, transposition..... ✓ Son, costume, accessoires.
<p>CONNAISSANCES SCIENTIFIQUES EN LIEN AVEC LA PRATIQUE DE LA DANSE : Préparation physique et mentale, groupes musculaires sollicités, principes d'échauffement.</p>
<p>CONNAISSANCES CULTURELLES DE L'ACTIVITE DANSE :</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Connaissances des chorégraphes contemporains ✓ Connaissances des différents styles de danse. ✓ Faire preuve de curiosité artistique.

ÉPREUVE FACULTATIVE EPS DANSE

FICHE DE PRESENTATION DE LA CHOREGRAPHIE

NOM et PRENOM :

TITRE DE LA CHOREGRAPHIE :

THEME(S) ABORDE(S) DANS LA CHOREGRAPHIE :

Idées que vous avez voulu exprimer et faire ressentir au spectateur	Par quel(s) procédé(s)

Si vous avez choisi un support sonore donnez :

Le titre :

Sa durée :

NB : Le chronomètre est déclenché dès le début de la musique s'il y en a une.

Si le candidat compose sur le silence, un signal sonore sera donné en début et en fin de prestation.

Aucune manipulation de musique ne peut être demandée au jury,

(Ex : avancer la musique à 30s du début, faire un arrêt ...etc).

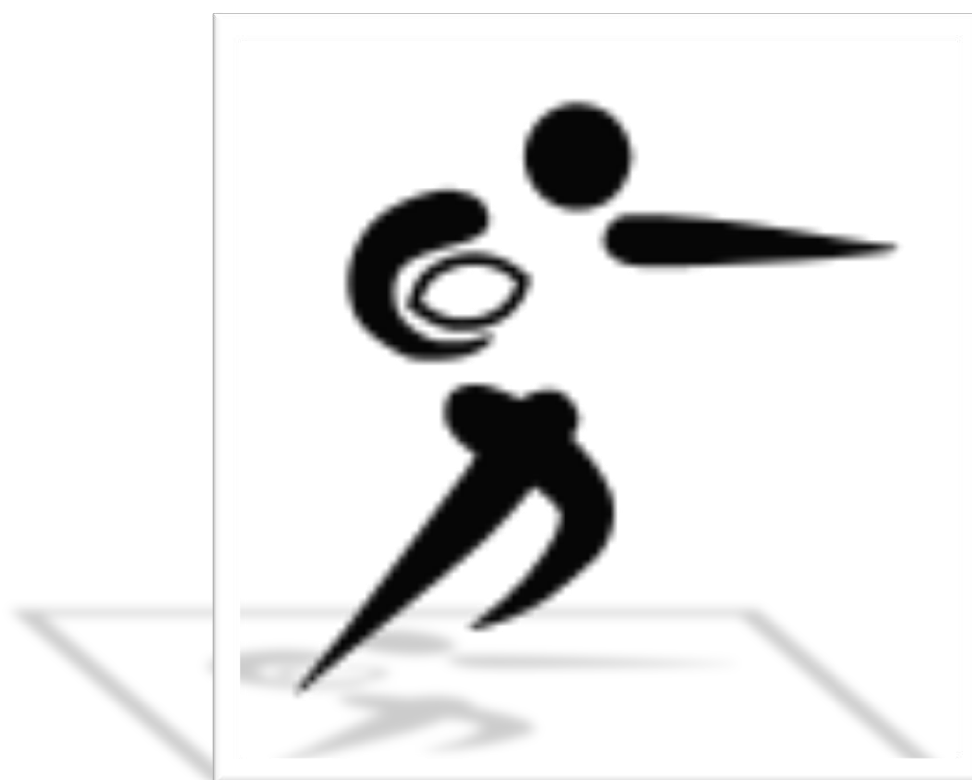
Prévoir une clé USB avec une seule piste et un deuxième support différent en cas de problème de lecture de la clé USB.

EPREUVE FACULTATIVE PONCTUELLE EPS-DANSE

BACCALAUREAT GENERAL, TECHNOLOGIQUE ET PROFESSIONNEL

DANSE : CHOREGRAPHIE INDIVIDUELLE		
POINTS A AFFECTER	ELEMENTS A EVALUER	CRITERES D'EVALUATION
DANSEUR CHOREGRAPHIE 8 points	Développement du projet (structuration de l'espace, temps, énergie et scénographie)	De 0 à 4 points : De « Traitement uniforme et/ou esquissé » à « Traitement singulier dans le choix des procédés de composition »
	Vocabulaire gestuel en rapport avec le thème	De 0 à 4 points : De « Banal, codifié, plaqué sur un titre, sans rapport le thème » à « Formes corporelles en rapport avec l'univers symbolique et culturel »
DANSEUR INTERPRETE 8 points	Engagement moteur	De 0 à 4 points : De « Motricité maladroite et approximative » à « Motricité variée, complexe avec prise de risque pondérée »
	Engagement émotionnel	De 0 à 4 points : « De Danseur peu assuré (trou de mémoire, hésitations) ou qui récite sa danse » à « Danseur convaincant et dont l'interprétation suscite l'émotion »
EPREUVE ORALE 4 points	Le candidat explicite son projet, notamment les procédés de composition chorégraphique utilisés pour créer son solo. Les questions sont ensuite étendues aux différents paysages de la danse, aux chorégraphes ainsi qu'à la préparation physique et à la culture.	

RUGBY



EPREUVE FACULTATIVE PONCTUELLE RUGBY

Conseils aux candidats pour choisir cette épreuve

- Avoir un bon niveau de jeu acquis par une pratique régulière de l'activité en club ou à l'association sportive.
- L'épreuve implique une réelle préparation durant l'année, une réflexion sur sa pratique personnelle.

COMPETENCES ATTENDUES DE NIVEAU 5.

« Pour gagner le match, mettre en œuvre une organisation offensive capable de faire basculer le rapport de force en sa faveur en alternant opportunément jeu groupé, jeu déployé et jeu au pied. La défense se structure en deux rideaux et est capable de se réorganiser sur plusieurs temps de jeu ».

DESCRIPTION DE L'ÉPREUVE.

- L'épreuve comporte une prestation physique individuelle notée sur 16 points.
- Un entretien (de 10 à 15 minutes maximum) noté sur 4 points.

EPREUVE PHYSIQUE DE RUGBY à effectif réduit à 7

CONDITIONS DE L'ÉPREUVE	<ul style="list-style-type: none"> • Attention, pour participer à l'épreuve les candidats doivent avoir un niveau suffisant afin de ne pas mettre en danger leur propre sécurité ni celle d'autrui. • Dans un souci de sécurité et compte tenu des exigences de l'épreuve, pendant le temps d'échauffement, une phase d'observation des candidats permettra de vérifier certains pré requis (chutes, placages, règlements...). • Le candidat est convoqué sur une ½ journée (journée complète pour les filles). • Les candidats disposent d'un temps d'échauffement. • Des équipes de 7 joueurs + remplaçants sont constituées : (brassages ou en fonction des postes habituels et niveau de pratique). • Chaque candidat dispute au moins deux matches. le jury se réservant le droit d'arrêter le match. • Les règles sont celles du rugby à 7 (UNSS) • L'entretien se déroule à l'issue des rencontres.
MATERIEL NECESSAIRE	<ul style="list-style-type: none"> • Convocation. • Pièce d'identité. • Crampons moulés et protège dents obligatoires. • Casque rugby conseillé.

EPREUVE ORALE DE RUGBY

4 CHAMPS DE CONNAISSANCES SONT ABORDES

ANALYSE DU CANDIDAT SUR LA PRESTATION PHYSIQUE :
Retour sur l'épreuve du jour, sa prestation, sa préparation mise en place en vue de cette épreuve.
CONNAISSANCES DE L'ACTIVITE RUGBY :
Aspects techniques, tactiques et stratégiques.
CONNAISSANCES SCIENTIFIQUES EN LIEN AVEC LA PRATIQUE DU RUGBY :
Filières énergétiques, préparation physique, groupes musculaires sollicités, principes d'échauffement,
CONNAISSANCES REGLEMENTAIRES ET CULTURELLES DE L'ACTIVITE RUGBY :
Arbitrage, rôles....

Compétences attendues		Principes d'élaboration de l'épreuve	
<p>NIVEAU 5 : Pour gagner le match, mettre en œuvre une organisation offensive capable de faire basculer le rapport de force en sa faveur en alternant opportunément jeu groupé, jeu déployé et jeu au pied. La défense se structure en deux rideaux et est capable de se réorganiser sur plusieurs temps de jeu.</p>		<p>Match 7 contre 7 sur un terrain de 50 à 40 m, opposant des équipes dont le rapport de force est équilibré à priori. Chaque équipe dispute au moins 2 rencontres, les temps de repos sont mis à profit pour réajuster l'organisation collective en fonction du jeu adverse. Les règles essentielles sont celles du rugby à 7 scolaire (mêlée à 3 simulée, touche à 2 sans aide au sauteur, jeu au pied sur tout le terrain). Le placage se fait avec les deux bras. Il est interdit au-dessus des abdominaux, tout comme un placage retournant le porteur de balle à l'envers.</p>	
Points	Éléments à évaluer	Degrés d'acquisition du niveau 5	
10/20	Pertinence et efficacité De l'organisation collective.	<p>De 0 à 9 points</p> <p>L'équipe exploite le rapport de force quand il est favorable ou équilibré.</p> <p>de 0 à 3,5 points</p>	<p>De 10 à 16 points</p> <p>L'équipe fait basculer le rapport de force en sa faveur qu'il soit favorable, équilibré ou défavorable.</p> <p>de 4 à 6 points</p>
	Degré d'organisation collective de l'équipe. Analyse et exploitation du rapport de force entre les équipes	<p>Organisation collective offensive liée à des successions d'actions pour conserver la défense et la contourner, ou étiéer pour traverser. Alternance de Jeu Groupé/Jeu Déployé déséquilibrant et libérant des espaces. Le choix de la forme permet à l'équipe d'avancer dans un rapport de force favorable ou équilibré. Ligne défensive disposée en largeur pour bloquer la progression. Contestation au point de blocage (regroupement) et sur les bords mais tendance parfois à trop s'engager en nombre dans le regroupement.</p>	<p>Organisation collective réactive par enchaînements d'actions (mixage des 3 formes de jeu, groupé, déployé jeu au pied. Déplacements coordonnés des joueurs, variation du rythme de jeu. Continuité du jeu plus assurée malgré une distribution de rôles pas toujours adaptée. Placement constant des équipiers mais remplacement encore inégal selon la durée de la séquence de jeu.</p>
	<p>En Attaque (4 points). En Défense (4 points).</p>	<p>Réorganisation défensive incomplète après plusieurs regroupements offensifs qui ne permet pas d'inverser le rapport de force.</p> <p>Possession non significative, peu de marque.</p> <p>0 point</p>	<p>Ligne défensive pressant haut après plusieurs temps de jeu, coulisant, apparition d'une couverture en arrière du 1er rideau. Fait reculer l'attaque, provoque des récupérations dans la ligne d'affrontement.</p> <p>Temps de possession croissant, marques ponctuelles.</p> <p>1 point</p>
10/20	Efficacité collective (2 points).	<p>de 0 à 4,5 points</p>	<p>de 5 à 8 points</p>
	Contribution et efficacité individuelle du joueur dans l'organisation collective.	<p>Joueur engagé et réactif</p>	<p>Joueur ressource, organisateur et décisif.</p>
	<p>En Attaque (6 points).</p> <p>Prise de décisions dans la relation porteur de balle/non porteur de balle</p>	<p>Joueur capable de répondre à une situation rapidement et de coordonner certaines actions avec ses partenaires. PB : avance, provoque et conserve au contact passe avec précision. NPB : soutient au contact pour avancer, enjambe et protège le porteur au sol, ne se replace pas assez vite en largeur et profond pour assurer la circulation de balle.</p>	<p>Joueur capable d'enchaîner des actions coordonnées avec ses partenaires au moment « juste » en fonction du rapport de force. PB : crée un danger pour favoriser une rupture (fixe et décale, gagne à l'c1, s'engage dans l'intervalle et traverse la défense, joue au pied derrière la défense). NPB : Change son déplacement pour répondre au choix du porteur, précision de l'aide par de la réactivité et le geste technique juste sait être utile loin du ballon.</p>
04/20	<p>En défense (4 points).</p> <p>Efficacité individuelle pour protéger la cible et récupérer la balle.</p>	<p>Défenseur : Plaque et/ou bloque. Si proche du regroupement, lutte pour contester et récupérer. Si loin du regroupement, se replace sur une ligne de façon irrégulière pour protéger les côtés.</p>	<p>Défenseur : adapte sa conduite à la situation (presse haut, freine, pilote le coulisage de la ligne) Plaque l'adversaire et tente de récupérer le ballon, supplée un partenaire dépassé. Joueur capable de demander un temps mort ou de proposer des solutions lors du temps de concentration.</p>
	Références:	<p>Le total sur 20 des points de pratique est ramené à 16 points</p> <p>Entretien individuel</p>	
		<p>Circulaire n°2018-067 du 18 juin 2018 parue au BOEN n°25 du 21 juin 2018</p>	

ENTRETIEN DE HAUT NIVEAU



EPREUVE FACULTATIVE PONCTUELLE ENTRETIEN DE HAUT NIVEAU

Conditions d'inscription à cette option

Les Sportifs de haut niveau.

- Les candidats sportifs de haut niveau inscrits sur listes arrêtées par le ministère chargé des sports.
- Les sportifs ne figurant pas sur les listes ministérielles et appartenant à des structures d'entraînement labélisées par le ministère chargé des sports (Pôle France, Pôle France jeune, Pôle espoir).
- Les sportifs appartenant à un centre de formation d'un club professionnel et bénéficiant d'une convention de formation prévue à l'article L. 211-5 du code du sport.
- Les juges et arbitres inscrits sur la liste de haut niveau établie par le ministère chargé des sports.
- La période de référence, pour la prise en compte du statut du candidat, s'étend de son entrée en classe du lycée (seconde) jusqu'à la fin de l'année civile précédant la session de l'examen du baccalauréat à laquelle il se présente.

Le haut niveau du sport scolaire

- Les candidats jeunes sportifs ayant réalisé des podiums aux championnats de France. Les jeunes officiels certifiés au niveau national ou international.
- La période de référence, pour la prise en compte du statut du candidat, s'étend sur les classes de seconde et première.

Les pièces justificatives sont à joindre au moment de l'inscription avec la fiche parcours sportif.

Références :

- Note de service 2014-071 du 30 avril 2014 publiée au BOEN du 5 juin 2014.
- Circulaire n° 2017-073 du 19 avril 2017 publiée au BOEN n°17 du 27 avril 2017.

Conseils aux candidats.

- Préparer un exposé structuré en analysant sa pratique au regard de connaissances théoriques.
- Ne pas se contenter de décrire son parcours.

DESCRIPTION DE L'ÉPREUVE.

- La partie réservée à la pratique sportive est automatiquement validée à 16 points.
- La partie entretien 15 minutes maximum est notée de 0 à 4 points
- Attention : Le candidat absent à la partie entretien de l'évaluation, se verra attribuer la note de « zéro » à l'ensemble de l'épreuve, sauf cas de force majeure dûment constatée.

EPREUVE ORALE

CONDITIONS DE L'ÉPREUVE	<ul style="list-style-type: none">• Accueil.• Les candidats sont convoqués pour une demi-journée.• Ordre de passage élaboré par le jury et communiqué le jour même.• Le public n'est pas autorisé à assister aux épreuves.
MATERIEL NECESSAIRE	<ul style="list-style-type: none">• Convocation.• Pièce d'identité.• Chaque candidat doit dès son inscription à l'épreuve avoir remplie une fiche intitulée: Parcours sportif du candidat (en page 24).



académie
Nice



Région académique
PROVENCE-ALPES-CÔTE D'AZUR

ACADEMIE DE NICE
BACCALAUREATS GENERAL, TECHNOLOGIQUE ET PROFESSIONNEL
SESSION 2019
EPREUVE FACULTATIVE ENTRETIEN DES SPORTIFS DE HAUT NIVEAU
PARCOURS SPORTIF DU CANDIDAT

NOM :

PRENOM :

ETABLISSEMENT :

BACCALAUREAT : GENERAL TECHNOLOGIQUE PROFESSIONNEL

CHOIX DU RANG D'OPTION DE L'EPREUVE FACULTATIVE :

Epreuve facultative 1 ou Epreuve facultative 2 (cocher la case correspondante)

DISCIPLINE SPORTIVE :

Votre statut

Listes Ministérielles (Sportifs de haut niveau- Espoirs- Partenaires d'entraînement, Juge, Arbitre)

Centre de Formation (précisez)

Structures d'entraînement labélisées (précisez)

UNSS :

Podium Jeune Officiel

Palmarès sportif (résultats et performances réalisées)

2018 :

2017 :

2016 :

Investissement au sein de l'AS scolaire – UNSS

Précisez les résultats sportifs, les activités, le type de participation durant leur scolarité en classe de seconde ou première (compétiteur, jeune officiel,...)

Année scolaire 2017/2018 :

Année scolaire 2016/2017 :

Investissement au sein du Club (ou fédération)

Précisez les activités au sein du club et éventuellement de la fédération, rôles tenus et/ou diplômes obtenus (arbitre, entraîneur, formateur, juge, dirigeant,...) :

Option facultative ponctuelle EPS : Epreuve spécifique « Sportif de Haut Niveau »

1. Analyse par le candidat de sa pratique de haut niveau	
Le parcours Sportif	-Niveau de pratique actuel (mise en perspective du candidat dans la hiérarchie des différents niveaux). -Cursus et structures de formation (analyse personnelle de son parcours) ex aides et freins -Analyse de sa motivation. Ressources personnelles, physiques et mentales.
La préparation physique du candidat	-Connaissances des qualités physiques essentielles dans l'activité du candidat et comment les développer. -Quels tests en rapport avec l'évaluation des différentes qualités physiques. -Connaissances des différents muscles sollicités dans l'activité. -Connaissances des différents principes liés à la musculation spécifique à l'activité.
La préparation mentale.	-Concentration, gestion du stress lié à la performance et les moyens de le gérer (joueur, arbitre). -Analyse de l'échec et de la réussite à l'entraînement et en compétition ex .outils, process
La gestion de la santé.	-Hygiène de vie et performance. -Echauffement, principes et fonctions. -Les dérives possibles liées à une pratique de haut niveau (dopage, violence, corruption, tricherie).
L'Investissement personnel du candidat.	-Dans sa pratique, au-delà de sa pratique (implication personnelle envers autrui, valeur personnelle, codes de conduite) etc -Dans sa reconversion. -Hors de sa pratique (investissement associatif, entraîneur, juge, arbitre)
2. Connaissances culturelles de l'activité.	
Les Connaissances « institutionnelles »	-Sur sa fédération, son club, sa pratique scolaire (EPS, AS, UNSS). Objectifs de l'AS, de l'UNSS ? Fonctionnement d'une AS ? Le parcours d'un jeune officiel ? (formation et suivi) Regard porté sur cette responsabilité ? -Regard historique sur son activité et son évolution (conditions de pratique, matériel, règlement...).
Les Connaissances « Culturelles ».	-Sur le sport en général, (sport et médiatisation, sport professionnel, sport amateur...)

Grille d'évaluation

1. Analyse par le candidat de sa pratique de haut niveau / 3 POINTS		
1 point	2 points	3 points
-Des connaissances théoriques superficielles -Quelques mises en relation intéressantes entre les divers champs de questionnement.	-De bonnes connaissances théoriques. -Une bonne argumentation et mise en relation de plusieurs champs de réflexion. -Fait preuve d'engagement et d'ouverture d'esprit. -Parait autonome dans la gestion de sa pratique.	-Lucidité par rapport à ses perspectives de carrière sportive(en tenant compte de ses résultats actuels et des débouchés professionnels de son sport.) -Prise de recul par rapport aux risques du sport de haut niveau (blessures, dopage, sur entraînement).
2. Connaissances culturelles de l'activité. / 1 POINT		
De 0 à 0.5 Pt		De 0.5 à 1 Pt
-Peu ou quelques connaissances culturelles. -Très centré sur sa pratique. Pas de réflexion sur son action et la place de sa pratique		Des connaissances élargies et une bonne réflexion sur son action et la place de sa pratique.