

# EDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

## Livret Candidat

1

**Baccalauréat général**  
**Enseignement de Spécialité : Éducation Physique Pratiques et  
Culture Sportives**  
**Epreuve terminale pour les candidats individuels**

**Session 2023**

**Rectorat de l'académie d'Aix-Marseille**  
**Place Lucien Paye**  
**13 621 Aix-en-Provence Cedex 1**  
**Téléphone : 04.42.91.70.00**

## LES TEXTES DE REFERENCE

La note de service du 24-3-2022 au [BO n°15 du 14 avril 2022](#), définit l'épreuve terminale dans l'enseignement de spécialité en éducation physique, pratiques et culture sportives (EPPCS) de la voie générale. Elle est applicable à compter de la session 2023 du baccalauréat.

L'épreuve porte sur le programme défini par l'arrêté du 2 juin 2021 fixant le programme d'enseignement de spécialité pour les classes de première et terminale de la voie générale, publié au [BO n° 25 du 24 juin 2021](#).

L'épreuve se compose de deux parties :

- une épreuve écrite d'une durée de 3h30,
- une épreuve orale d'une durée de 30 minutes : une pratique physique (15 minutes cumulées d'observation) et un oral (15 minutes).

Conformément aux dispositions de l'article D. 334-19 du Code de l'éducation, le candidat qui, pour cause de force majeure dûment constatée, n'a pas pu se présenter à tout ou partie de l'épreuve terminale de l'enseignement de spécialité éducation physique, pratiques et culture sportives, est convoqué par le recteur de l'académie à une épreuve de remplacement au titre de la ou des parties auxquelles il n'a pas pu se présenter.

Cette épreuve de remplacement est organisée à la fin de l'année scolaire en cours ou au début de l'année scolaire suivante.

### I. L'ÉPREUVE ÉCRITE

L'épreuve écrite nationale est décomposée en deux parties : une dissertation et une étude de documents (même condition que les candidats scolarisés).

La première partie est obligatoire, la seconde partie propose aux candidats un choix entre deux sujets. La première partie est une dissertation sur un sujet général de culture sportive en relation avec la thématique du programme « enjeux de la pratique sportive dans le monde contemporain ».

La deuxième partie propose au candidat deux sujets, relevant de deux parties de programme différentes, comportant une question et un ensemble de documents pouvant réunir textes, données chiffrées, iconographies. Le candidat doit s'appuyer à la fois sur le contenu des documents et sur ses connaissances pour répondre à la question. Le candidat choisit un des deux sujets.

Le candidat est évalué sur sa connaissance et sa compréhension de la culture sportive, ainsi que sur sa capacité à analyser une thématique et à faire des liens entre la théorie et sa pratique.

L'épreuve est notée sur 20, chacune des parties est notée sur 10.

### II. L'ÉPREUVE ORALE

Cette épreuve orale est composée de deux parties, une épreuve pratique suivie d'un entretien.

La durée de cette épreuve est de 30 minutes

Le candidat choisit, une activité physique, sportive et artistique (APSA) parmi les deux proposées par l'autorité académique un mois avant l'épreuve.

Ces deux APSA sont issues d'une liste de cinq APSA relevant de cinq champs d'apprentissage différents. Lors de l'entretien, les questions du jury amènent le candidat à commenter et analyser sa pratique. L'entretien vise à apprécier ses capacités d'analyse et sa réflexion sur sa propre pratique en lien avec sa culture sportive.

### III. LA LISTE DES CINQ APSA

La liste des cinq APSA retenues par les autorités académiques relevant des cinq champs d'apprentissage pour la partie pratique concernant les candidats individuels est la suivante :

Champ d'apprentissage (CA)	CA 1	CA 2	CA 3	CA 4	CA 5
Activités physiques sportives et artistiques (APSA)	Natation de Vitesse	Escalade	Danse	Badminton	Musculation

La prestation physique du candidat est notée à l'aide d'un référentiel établi par les autorités académiques, en référence au cadre national proposé pour l'enseignement de spécialité. Les différents référentiels sont donnés en annexe.

### IV. LES THEMES D'ETUDES

Les thèmes d'études de la classe de première :

- Les métiers du sport et du corps humain
- La pratique physique et la santé
- La technologie des APSA

Les thèmes d'études de la classe de terminale :

- Enjeux de la pratique sportive dans le monde
- La technologie des APSA

### V. LE BAREME ET LA NOTATION DE L'EPREUVE ORALE

La partie orale est notée sur 20 points

Première partie : pratique physique / 12 points (15')

Deuxième partie : oral / 8 points

Des repères d'évaluation pour l'entretien (15'):

- Pertinence de l'exposé
- Capacité du candidat à analyser sa pratique en lien avec sa culture sportive, étayée par des connaissances théoriques

### VI. LA MISE EN ŒUVRE

#### La composition du jury

L'évaluation est assurée par deux professeurs de l'éducation nationale intervenant régulièrement dans l'enseignement de spécialité éducation physique, pratiques et culture sportives.

#### Le carnet de suivi

Le candidat peut utiliser son carnet de suivi pour y retracer son parcours, ses expériences de pratiquant et des réflexions personnelles.

Il peut également s'y référer au moment de l'entretien pour servir son propos.  
Ce carnet se construit tout au long du cycle terminal à travers les différentes situations vécues pour la préparation de cet enseignement de spécialité.

## VII. AIDE A LA PREPARATION

- [Consulter les documents ressources disponibles sur Eduscol](#)
- [Consulter les programmes pour s'appropriier les thèmes d'études](#)
- S'exercer à analyser, présenter et argumenter de manière synthétique et explicite son propos
- Prévoir un entraînement régulier tout au long de l'année
- Se tester à plusieurs reprises sur les différentes épreuves pour choisir laquelle présenter

## VIII. LES REFERENTIELS

- Natation de vitesse
- Escalade
- Danse
- Badminton
- Musculation

## EPREUVE : NATATION DE VITESSE

### I - COMPÉTENCE ATTENDUE

« Accroître son efficacité motrice dans 3 nages différentes et optimiser les paramètres de l'efficacité propulsive pour réaliser la meilleure performance motrice possible. »

### II – DESCRIPTION DE L'ÉPREUVE : cf référentiel

### III – CONDITIONS DE L'ÉPREUVE :

- L'épreuve se déroule en bassin de 25m ou de 50 m.
- Le port du bonnet de bain est obligatoire, le short et le bermuda ne sont pas autorisés.
- Le port du maillot de bain une pièce pour les filles est vivement conseillé.
- Les lunettes de natation sont admises. Les masques ne sont pas autorisés.
- En tout état de cause, se conformer au règlement intérieur de l'établissement d'accueil.

### IV – DÉROULEMENT DE L'ÉVALUATION :

#### 1<sup>ère</sup> phase : compétences relatives à la pratique des Apsa

- Accueil des candidats (appel, vérification d'identité).
- Explication sur le déroulement de l'épreuve.
- Echauffement : 30 minutes maximum.
- Épreuve : 15' maximum

#### 2<sup>ème</sup> phase : entretien avec le jury, 15'

Lors de l'entretien, les questions du jury amènent le candidat à commenter et analyser sa pratique. Elles visent à apprécier ses capacités d'analyse et sa réflexion sur sa propre pratique en lien avec sa culture sportive.

### V – MODALITÉS DE L'ÉVALUATION :

Cf. fiche épreuve ci-dessous

## Baccalauréat Général

### Enseignement de Spécialité Education Physique Pratiques et Culture Sportives

### Fiche certificative d'activité (FCA) : NATATION DE VITESSE

<b>Champ d'apprentissage N°1 :</b> "Réaliser une performance motrice maximale mesurable à une échéance donnée"		<b>APSA codifiée support :</b> Natation de vitesse	
<b>AFL du CA sur 10 points</b>	S'engager pour produire une performance maximale à l'aide de techniques efficaces, en gérant les efforts musculaires et respiratoires nécessaires et en faisant le meilleur compromis entre l'accroissement de vitesse d'exécution et de précision.	<b>AFL décliné dans l'activité</b>	<b>Compétences attendues :</b> Accroître son efficacité motrice dans 3 nages différentes. Optimiser les paramètres de l'efficacité propulsive pour réaliser la meilleure performance motrice possible.

6

<b>Principe d'élaboration de l'épreuve</b>
<p>Le temps total de l'épreuve (échauffement compris) ne peut pas excéder 2 heures          Les candidats disposent d'un temps d'échauffement maximum de 30'          Plusieurs élèves peuvent être observés en même temps</p> <p>L'évaluation s'articule autour d'une épreuve définie de la manière suivante : 50m + 2x25m, à nager le plus vite possible. Deux nages sont convoqués pour cette épreuve. Le 50m est nagé en crawl, les deux 25 m sont nagés dans une autre et même nage au choix du candidat et autre que le crawl. Une récupération de 10' est prévue entre le 50m et les 2x25m puis de 5' entre les 2x25m. Le règlement Fina s'applique pour la totalité de l'épreuve : départ, arrivée, virage, nage....</p> <p>Le jury est composé d'un secrétaire et 1 chronométreur. Le chronomètre est déclenché au signal du starter et est arrêté quand il touche le mur. A la fin de son 50 m le nageur récupère pour se préparer au prochain départ.          Le jury donne le départ, chronomètre jusqu'au contact au mur et compte le nombre de coups de bras réalisés sur chaque distance : 50m et chaque 25m.</p> <p>La performance prend à la fois en compte le temps réalisé sur 50m et l'addition des temps réalisés sur le 2 x 25 m. Elle permet d'évaluer la capacité du candidat à réaliser une performance motrice maximale.          L'indice technique révèle la capacité du candidat à créer et conserver de la vitesse. Il met en rapport la performance et le nombre de coups de bras (CB) total sur l'épreuve.</p>

## Baccalauréat Général

### Enseignement de Spécialité Education Physique Pratiques et Culture Sportives

### NATATION DE VITESSE - Fiche certificative d'activité (FCA) EPS

Éléments à évaluer			Degré 1				Degré 2				Degré 3				Degré 4			
Performance maximale	Filles	Tps moyen sur 50 m cr	61"	59"	57"	55"	53"	52"	51"	50"	49"	48"	47"	46"	45"	44"	43"	42"
												X1						
		Tps cumulé sur 2x25m	70"	65"	61"	59"	57"5	63"	62"	61"	60"	59"	58"	57"	56"	54"	52"	50"
												X1						
	Garçons	Tps sur 50m cr	50"	47"	44"	42"	40"	39"	38"5	38"	37"5	37"	36"	35"	34"	33"	32"	31"
Tps moyen cumulé sur 2x 25m		59"	55"	51"	48"	46"	45"5	45"	44"5	44"	43"5	43"	42"	41"	40"	39"	38"	
<b>Note sur 6 points</b>			<b>0</b>	<b>0,5</b>	<b>1</b>	<b>1,25</b>	<b>1,5</b>	<b>2</b>	<b>2,5</b>	<b>2,75</b>	<b>3</b>	<b>3,5</b>	<b>4</b>	<b>4,5</b>	<b>4,75</b>	<b>5</b>	<b>5,5</b>	<b>6</b>
<b>Efficacité technique</b> (nombre de coups de bras cumulés du 100m) / 6 pts			L'élève crée peu de vitesse et peine à la conserver. Les actions propulsives sont juxtaposées, non coordonnées et provoquent un ralentissement.				L'élève crée de la vitesse mais peine à la conserver. Les actions propulsives sont étriquées et incomplètes.				L'élève crée sa vitesse utile et la conserve. Les actions propulsives sont coordonnées et continues.				L'élève crée et conserve sa vitesse maximale utile. Les actions propulsives sont coordonnées, complètes et orientées.			
			130	126	122	118	113	111	108	106	104	102	99	96	93	89	85	80
			<b>0</b>	<b>0,5</b>	<b>1</b>	<b>1,25</b>	<b>1,5</b>	<b>2</b>	<b>2,5</b>	<b>2,75</b>	<b>3</b>	<b>3,5</b>	<b>4</b>	<b>4,5</b>	<b>4,75</b>	<b>5</b>	<b>5,5</b>	<b>6</b>
			Le manque de vitesse nuit à la coordination des actions propulsives.				Le manque de vitesse et de régularité nuisent à la continuité des actions propulsives.				La vitesse utile contrôlée sert la coordination des actions propulsives.				La vitesse maximale utile sert la continuité des actions propulsives.			

7

Exemple : une nageuse réalise 48" au 50m Cr départ plongé (en temps moyen) et 57" au 2 x 25m départ plongé. Sa performance de vitesse (X1) est à la croisée des 2 résultats. Cette performance de vitesse est reportée sur la ligne grisée de performance maximale, elle obtient 4 pts. Cette même nageuse réalise 106 coups de bras sur 100m et obtient 2,75 pts en efficacité technique. Sa note AFL est donc de 6,75 pts (4 + 2,75).

## EPREUVE : ESCALADE

### I - COMPÉTENCE ATTENDUE

« Réussir une voie en développant des appuis adaptés à une voie dans un niveau de difficulté et en utilisant les principes mécaniques d'une motricité efficace.  
S'engager d'un point de vue physique tout en restant lucide sur ses choix au regard de ses ressources. ».

### II – DESCRIPTION DE L'ÉPREUVE cf référentiel

### III – CONDITIONS DE L'ÉPREUVE :

- L'épreuve se déroule en Structure Artificielle d'Escalade (SAE).
- Les équipements (boudriers, cordes, système d'assurage) sont fournis par les autorités académiques.
- En tout état de cause, se conformer au règlement intérieur de l'établissement d'accueil.

### IV – DÉROULEMENT DE L'ÉVALUATION :

#### 1<sup>ère</sup> phase : compétences relatives à la pratique des Apsa

- Accueil des candidats (appel, vérification d'identité).
- Explication sur le déroulement de l'épreuve.
- Echauffement : 30 minutes maximum.
- Épreuve : 15' maximum

#### 2<sup>ème</sup> phase : entretien avec le jury, 15'

**Lors de l'entretien, les questions du jury amènent le candidat à commenter et analyser sa pratique. Elles visent à apprécier ses capacités d'analyse et sa réflexion sur sa propre pratique en lien avec sa culture sportive.**

### V – MODALITÉS DE L'ÉVALUATION :

Cf. fiche épreuve ci-dessous

## Baccalauréat Général

### Enseignement de Spécialité Education Physique Pratiques et Culture Sportives

#### Fiche certificative d'activité (FCA) : ESCALADE

<b>Champ d'apprentissage N°2 :</b>		<b>APSA codifiée support :</b> Escalade	
"Réaliser une performance motrice maximale mesurable à une échéance donnée"			
<b>AFL du CA sur 12 points</b>	« S'engager à l'aide d'une motricité spécifique pour réaliser en sécurité et à son meilleur niveau, un itinéraire dans un contexte incertain. »	<b>AFL décliné dans l'activité</b>	<b>Compétences attendues :</b> Réussir une voie en développant des appuis adaptés à une voie dans un niveau de difficulté et en utilisant les principes mécaniques d'une motricité efficace. S'engager d'un point de vue physique tout en restant lucide sur ses choix au regard de ses ressources.

#### Principe d'élaboration de l'épreuve

Le temps total de l'épreuve (échauffement compris) ne peut pas excéder 2 heures.  
 Les candidats disposent d'un temps d'échauffement maximum de 30 minutes.  
 Plusieurs élèves peuvent être observés en même temps  
 L'observation peut être fractionnée sur différentes périodes

Réalisation d'une voie en tête, moulINETTE- tête ou moulINETTE dans un niveau de difficulté choisi par le candidat à partir du topo du mur d'escalade de la structure artificielle. Chaque cotation est proposée sur au moins 4 voies différentes. L'élève doit réaliser sa voie en assurant sa sécurité dans un temps maximum de 7 minutes.

L'assureur sera évalué le jour de l'épreuve. Un contre assureur est également présent. L'escalade est autorisée par le professeur après vérification du protocole de sécurité.

Le PASS de l'académie d'Aix Marseille s'applique le jour de l'épreuve.

Éléments à évaluer	Degré 1	Degré 2	Degré 3	Degré 4
<p><b>S’engager dans un niveau de difficulté adapté à ses ressources pour y effectuer un déplacement dans un temps défini.</b></p> <p>Sur 4 points</p>	<p>L’élève se surestime nettement et s’engage dans un niveau de difficulté dans lequel il se retrouve en échec.</p> <p>Indicateur projet : le parcours n’est réalisé que très partiellement ou abandon en cours d’épreuve.</p> <p>Indicateur temps : dépassement du temps important.</p> <p>Indicateur niveau : l’élève s’est engagé dans un parcours d’un niveau très éloigné de ses ressources.</p>	<p>Le choix de l’élève révèle une lucidité partielle. L’élève estime mal son niveau en sous estimant ou en surestimant légèrement.</p> <p>Indicateur projet : Le projet est partiellement terminé.</p> <p>Indicateur temps : le parcours est réalisé avec un léger dépassement, ou trop rapidement au regard du temps disponible.</p> <p>Indicateur niveau : le niveau de difficulté choisi n’est pas optimal au regard des ressources disponibles</p>	<p>L’élève est lucide et prudent. Il s’engage dans un niveau de difficulté dans lequel il dispose des ressources suffisantes pour assurer sa réussite.</p> <p>Indicateur projet : le projet a été mené à son terme avec une intensité modérée.</p> <p>Indicateur temps : Le parcours est réalisé dans le temps imparti disposant d’une marge de sécurité qui témoigne d’un engagement prudent.</p> <p>Indicateur niveau : le niveau de difficulté choisi est légèrement inférieur au niveau des ressources disponibles.</p>	<p>L’élève est lucide et engagé. Il s’engage dans un niveau de difficulté optimal au regard de ses ressources. La réussite est permise grâce à une prise de risque mesurée.</p> <p>Indicateur projet : Le projet a été mené à son terme avec une intensité élevée.</p> <p>Indicateur temps : parcours réalisé avec une exploitation maximale du temps.</p> <p>Indicateur niveau : excellente connaissance de ses propres limites, lui permet de s’en approcher sans les dépasser.</p>
	<b>0,25 à 1</b>	<b>1,25 à 2</b>	<b>2,25 à 3</b>	<b>3,25 à 4</b>

<p style="text-align: center;"><b>Choisir des trajectoires ou des itinéraires et adapter la conduite de son déplacement dans une recherche d'efficience</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Sur 6 points</b></p>	<p>Les choix de trajectoires et d'itinéraires ne tiennent pas compte de l'environnement rencontré</p> <p>La conduite du déplacement (propulsion, équilibre, rythme) est inefficace et inadaptée aux contraintes du milieu.</p> <p>La progression du candidat est très difficile (vitesse faible, nombreux arrêts, abandon)</p>	<p>Les choix de trajectoires et d'itinéraires, adaptés sur une partie seulement du parcours, révèlent une prise d'information partielle</p> <p>La conduite du déplacement se fait par adaptations successives, parfois guidées par la gestion de l'équilibre, au détriment de la propulsion, et donc de la vitesse de déplacement.</p> <p>La progression du candidat est saccadée et manque de fluidité.</p>	<p>Les choix d'itinéraires et de trajectoires sont pertinents sur la majeure partie du parcours. Ils révèlent une prise d'information globale.</p> <p>La conduite du déplacement se fait en intégrant les différents paramètres liés à l'équilibre, aux modes de propulsion et au rythme d'avancement.</p> <p>Il en résulte un déplacement efficace dans le milieu rencontré mais parfois coûteux en énergie.</p> <p>La progression du candidat est fluide sur la majorité du parcours.</p>	<p>Les choix d'itinéraires et de trajectoires sont optimisés sur la totalité du parcours. Ils révèlent une prise d'information précise</p> <p>La conduite du déplacement est réalisée en combinant subtilement équilibre, propulsion et rythme de progression. Il en résulte un déplacement efficace.</p> <p>La progression du candidat est fluide sur la totalité du parcours. Le rythme de progression articule lecture de l'environnement, accélération ou récupération pour optimiser les ressources au regard des caractéristiques du milieu</p>							
	<b>0,25</b>	<b>à</b>	<b>1.5</b>	<b>1,75</b>	<b>à</b>	<b>3</b>	<b>3,25</b>	<b>à</b>	<b>4.5</b>	<b>4.75</b>	<b>à</b>
<p style="text-align: center;"><b>Coefficient de difficulté du parcours choisi</b></p> <p>De 0.8 à 1.2 appliqué à la somme des points obtenus pour l'élément 1 et l'élément 2</p>	Cotation	4a	4b	4c	5a	5b	5c	6a	6b		
	Garçons		0.8	0.85	0.9	0,95	1	1,1	1,2		
	Filles	0.8	0.85	0.9	0,95	1	1.1	1,2			

## EPREUVE : DANSE

### I - COMPÉTENCE ATTENDUE

« Composer, présenter et interpréter une chorégraphie individuelle (solo) d'une durée de 1'30 à 3', à partir d'une démarche et de procédés de composition. La motricité allie différents paramètres du mouvement au service d'un projet expressif. »

### II – DESCRIPTION DE L'ÉPREUVE cf référentiel

### III – CONDITIONS DE L'ÉPREUVE :

- L'épreuve se déroule dans une salle de danse ou dans une salle aménagée adaptée à la pratique de la danse
- L'espace scénique est de 8m sur 10m.
- Le candidat se présente à l'épreuve avec son support sonore et avec les équipements nécessaires à la diffusion sonore de ce support.
- En tout état de cause, se conformer au règlement intérieur de l'établissement d'accueil.

12

### IV – DÉROULEMENT DE L'ÉVALUATION :

#### 1<sup>ère</sup> phase : compétences relatives à la pratique des Apsa

- Accueil des candidats (appel, vérification d'identité).
- Explication sur le déroulement de l'épreuve.
- Echauffement : 30 minutes maximum.
- Épreuve : 15' maximum

#### 2<sup>ème</sup> phase : entretien avec le jury, 15'

**Lors de l'entretien, les questions du jury amènent le candidat à commenter et analyser sa pratique. Elles visent à apprécier ses capacités d'analyse et sa réflexion sur sa propre pratique en lien avec sa culture sportive.**

### V – MODALITÉS DE L'ÉVALUATION :

Cf. fiche épreuve ci-dessous

## Baccalauréat Général

### Enseignement de Spécialité Education Physique Pratiques et Culture Sportives

#### Fiche certificative d'activité (FCA) : DANSE

<b>Champ d'apprentissage N°3 :</b> <i>« Réaliser une prestation corporelle destinée à être vue et appréciée »</i>		<b>APSA codifiée support :</b> DANSE	
<b>AFL du CA sur 12 points</b>	<i>« S'engager pour composer et interpréter une chorégraphie individuelle, selon un projet artistique en mobilisant une motricité expressive et des procédés de composition. »</i>	<b>AFL décliné dans l'activité</b>	<b>Compétence attendue :</b> Composer, présenter et interpréter une chorégraphie individuelle (solo) d'une durée de 1'30 à 3', à partir d'une démarche et de procédés de composition. La motricité allie différents paramètres du mouvement au service d'un projet expressif.

<b>Principe d'élaboration de l'épreuve</b>
<p>Le temps total de l'épreuve (échauffement compris) ne peut pas excéder 2 heures.          Les candidats disposent d'un temps d'échauffement maximum de 30 minutes.          Plusieurs élèves peuvent être observés en même temps.          Un seul passage est autorisé.</p> <p>L'espace scénique est de 8m sur 10m. Le candidat compose, présente et interpréter une chorégraphie individuelle (solo) d'une durée de 1'30 à 3', à partir d'une démarche et de procédés de composition. La motricité allie différents paramètres du mouvement au service d'un projet expressif. Le candidat explicite sa démarche de création afin de présenter sa composition. Cette présentation peut prendre une forme plastique (« support artistique ») ou une forme plus conventionnelle (support écrit, carnet, fiche de présentation, article, série de photos...). Le candidat choisit son univers sonore en lien avec le propos. Un effort est attendu au niveau du costume (originalité, effort de présentation, ...) et des accessoires (s'il devait y en avoir) en lien avec le propos (éléments de scénographie). Le candidat dispose d'un temps d'échauffement de 30 min au cours duquel il testera sa musique et prendra ses repères sur l'espace scénique.</p>

Éléments à évaluer	Repères d'évaluation			
	Degré 1 De 0,25 à 1,25 points	Degré 2 De 1,5 à 2,75 points	Degré 3 De 3 à 4,25 points	Degré 4 De 4,5 à 6 points
S'engager pour composer et interpréter une chorégraphie collective, selon un projet artistique en mobilisant une motricité expressive et des procédés de composition.				
<b>S'engager pour interpréter</b>  <b>Sur 6 points</b>	Engagement corporel inégal  Présence intermittente  Réalisations imprécises	Engagement corporel et présence continue  Réalisations précisées	Fort engagement corporel / présence moindre  ou Forte présence / engagement corporel moindre  Réalisations affinées	Relation optimale entre l'engagement corporel et une présence d'interprète sensible  Réalisations recherchées
<b>Composer et développer un propos artistique</b>  <b>Sur 6 points</b>	Propos inégal, fil conducteur du projet intermittent  Inventivité naissante	Propos continu, fil conducteur du projet présent  Inventivité modérée	Propos lisible, projet organisé  Inventivité riche	Propos épuré, projet structuré  Inventivité affirmée

14

## EPREUVE : BADMINTON

### I - COMPÉTENCE ATTENDUE

« S'engager pour gagner une rencontre de badminton en faisant des choix technico-tactiques pertinents au regard de l'analyse du rapport de force.».

### II – DESCRIPTION DE L'ÉPREUVE cf référentiel

### III – CONDITIONS DE L'ÉPREUVE :

- L'épreuve se déroule dans un gymnase de type C
- Le petit matériel (raquettes, volant) est apporté par le candidat.
- En tout état de cause, se conformer au règlement intérieur de l'établissement d'accueil.

### IV – DÉROULEMENT DE L'ÉVALUATION :

#### 1<sup>ère</sup> phase : compétences relatives à la pratique des Apsa

- Accueil des candidats (appel, vérification d'identité).
- Explication sur le déroulement de l'épreuve.
- Echauffement : 30 minutes maximum.
- Épreuve : 15' maximum

#### 2<sup>ème</sup> phase : entretien avec le jury, 15'

Lors de l'entretien, les questions du jury amènent le candidat à commenter et analyser sa pratique. Elles visent à apprécier ses capacités d'analyse et sa réflexion sur sa propre pratique en lien avec sa culture sportive.

### V – MODALITÉS DE L'ÉVALUATION :

Cf. fiche épreuve ci-dessous

## Baccalauréat Général

### Enseignement de Spécialité Education Physique Pratiques et Culture Sportives

### Fiche certificative d'activité (FCA) : BADMINTON

<b>Champ d'apprentissage N°4 :</b> <i>« Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel pour gagner »</i>			<b>APSA codifiée support :</b> Badminton
<b>AFL du CA sur 12 points</b>	<i>« S'engager pour gagner une rencontre en faisant des choix techniques et tactiques pertinents au regard de l'analyse du rapport de force »</i>	<b>AFL décliné dans l'activité</b>	<b>Compétence attendue :</b> S'engager pour gagner une rencontre de badminton en faisant des choix technico-tactiques pertinents au regard de l'analyse du rapport de force. <span style="float: right;">16</span>

<b>Principe d'élaboration de l'épreuve</b>
<p>Le temps total de l'épreuve (échauffement compris) ne peut pas excéder 2 heures.          Les candidats disposent d'un temps d'échauffement maximum de 30 minutes.          Plusieurs élèves peuvent être observés en même temps          L'observation peut être fractionnée sur différentes périodes          Il est possible de faire appel à des élèves plastrons pour avoir un effectif suffisant pour la passation de l'épreuve ou pour mieux équilibrer le rapport de force</p> <p>Chaque candidat(e) dispute au moins 3 matchs contre 3 adversaires différents de niveau similaire, en 2 sets gagnants de 11 points. Poule de 4 à 5 joueurs. Régulation du projet de jeu : pour chaque rencontre, un temps d'analyse de 3 minutes entre les deux sets est prévu afin d'ajuster la stratégie au contexte d'opposition. Règlement Badminton : un des joueurs qui n'est pas en activité, est désigné pour arbitrer.</p>

Éléments à évaluer	Degré 1					Degré 2					Degré 3					Degré 4				
<b>S'engager et réaliser des actions techniques d'attaque et de défense en relation avec son projet de jeu</b>	Peu de maîtrise technique					Utilisation privilégiée d'une ou deux techniques					Utilise plusieurs techniques en attaque et en défense					Utilisation optimale d'une variété de techniques d'attaques et de défense				
	Retour sans intention de mettre en difficulté l'adversaire					Volume de jeu réduit, Retour systématique en zone arrière					Volume de jeu avant/arrière					Exploite les volants de l'adversaire et crée des occasions de rupture				
	Pas ou peu d'intention stratégique Le projet de jeu se limite à renvoyer le volant chez l'adversaire					Unique intention stratégique le projet de jeu consiste à déplacer l'adversaire en exploitant majoritairement la profondeur du terrain					Alterne 2 stratégies de jeu en fonction de ses points forts Le projet de jeu consiste à varier les trajectoires du volant dans la profondeur et la largeur du terrain afin de déplacer l'adversaire avec des intentions tactiques ( court long, court court long..)					Le projet de jeu repose sur des stratégies s'appuyant sur les points forts et faibles repérés chez l'adversaire. (Fixation, contre-pied, changement de rythme)				
	Engagement conçu comme une simple mise en jeu					Engagement long ou court					Varie les engagements Se déplace et entreprend de se replacer au centre					Engagement varié en fonction de l'adversaire pour créer des occasions de marques				
	Peu ou pas de déplacement					Se déplace sans se replacer										Se déplace et anticipe un remplacement en fonction du retour possible				
<b>Efficacité individuelle et/ou collective</b>	<i>Gain des matchs</i>					<i>Gain des matchs</i>					<i>Gain des matchs</i>					<i>Gain des matchs</i>				
<b>Ratio victoires/défaites</b>	D+	V < D	V = D	V > D	V+	D+	V < D	V = D	V > D	V+	D+	V < D	V = D	V > D	V+	D+	V < D	V = D	V > D	V+
<b>Nombre de points</b>	0.25	0.5	1	1.5	2.5	3	3.5	4	4.5	5.5	6	6.5	7	7.5	8.5	9	9.5	10	11	12

NB : Les co-évaluateurs positionnent l'élève dans un degré puis ajustent la note en fonction de la proportion des oppositions gagnées.

La nomenclature est la suivante : D+ : le candidat n'a que des défaites ; V < D : le nombre de victoires est inférieur au nombre de défaites ; V = D : autant de victoires que de défaites ; V > D : plus de victoires que de défaites ; V+ : le candidat n'a que des victoires.

Les matchs nuls ne sont pas totalisés dans le décompte des victoires et des défaites, dans le cas où une équipe ou un joueur n'aurait que des matchs nuls, il est classé dans la case V=D.

## EPREUVE : MUSCULATION

### I - COMPÉTENCE ATTENDUE

« Mettre en œuvre d'une séquence d'entraînement en musculation correspondant à un thème d'entraînement motivé par le choix d'un projet personnel.

S'engager dans un effort constant pour produire et identifier sur soi des effets différés liés à un projet personnel. Concevoir et réaliser ce projet de musculation, en utilisant différents paramètres liés à l'effort (durée, intensité, temps de récupération, répétition). ».

### II – DESCRIPTION DE L'ÉPREUVE cf référentiel

### III – CONDITIONS DE L'ÉPREUVE :

- L'épreuve se déroule dans une salle de musculation avec petits matériels, appareils guidés et semi-guidés
- Le candidat se présente avec une serviette et bouteille d'eau pour réaliser sa séance.
- En tout état de cause, se conformer au règlement intérieur de l'établissement d'accueil.

18

### IV – DÉROULEMENT DE L'ÉVALUATION :

#### 1<sup>ère</sup> phase : compétences relatives à la pratique des Apsa

- Accueil des candidats (appel, vérification d'identité).
- Explication sur le déroulement de l'épreuve.
- Échauffement : 30 minutes maximum.
- Épreuve : 15' maximum

#### 2<sup>ème</sup> phase : entretien avec le jury, 15'

Lors de l'entretien, les questions du jury amènent le candidat à commenter et analyser sa pratique. Elles visent à apprécier ses capacités d'analyse et sa réflexion sur sa propre pratique en lien avec sa culture sportive.

### V – MODALITÉS DE L'ÉVALUATION :

Cf. fiche épreuve ci-dessous

## Baccalauréat Général

### Enseignement de Spécialité Education Physique Pratiques et Culture Sportives

#### Fiche certificative d'activité (FCA) : MUSCULATION

<b>Champ d'apprentissage N° 5 :</b>		<b>APSA codifiée support : MUSCULATION</b>	
" Réaliser et orienter son activité physique pour développer ses ressources et s'entretenir "			
<b>AFL du CA sur 12 points</b>	« S'engager pour obtenir les effets recherchés selon son projet personnel, en faisant des choix de paramètres d'entraînement cohérents avec le thème retenu ».	<b>AFL décliné dans l'activité</b>	<p><b>Compétences attendues :</b></p> <p>Mettre en œuvre d'une séquence d'entraînement en musculation correspondant à un thème d'entraînement motivé par le choix d'un projet personnel.</p> <p>S'engager dans un effort constant pour produire et identifier sur soi des effets différés liés à un projet personnel. Concevoir et réaliser ce projet de musculation, en utilisant différents paramètres liés à l'effort (durée, intensité, temps de récupération, répétition).</p>
<b>Principe d'élaboration de l'épreuve</b>			
<p>Le temps total de l'épreuve (échauffement compris) ne peut pas excéder 2 heures  Les candidats disposent d'un temps d'échauffement maximum de 30'  Plusieurs élèves peuvent être observés en même temps  L'observation de 15' peut être fractionnée sur différentes périodes.</p> <p>L'épreuve engage le candidat à la mise en œuvre d'une séquence d'entraînement en musculation correspondant à un thème d'entraînement motivé par le choix d'un projet personnel.</p> <p>Thèmes d'entraînement au choix de l'élève :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Rechercher un gain de puissance et/ou d'explosivité musculaire.</li> <li>- Rechercher un gain de tonification, de renforcement musculaire, d'endurance de force</li> <li>- Rechercher un gain de volume musculaire</li> </ul> <p>La séquence concerne au minimum 2 à 3 groupes musculaires différents et 2 exercices par groupe musculaire retenus.</p> <p>Cette séquence d'une durée comprise entre 45' et 60' (avec échauffement) est conçue le jour de l'épreuve. Le candidat présente de façon détaillée le plan écrit de sa séance et l'explique pour la mettre en lien avec son projet personnel, son carnet d'entraînement et ses ressentis lors de sa préparation à l'épreuve. Elle peut être régulée en cours de réalisation par l'élève. L'écrit proposé par le candidat informe sur les paramètres mobilisés et liés à la charge.</p> <p>En fin d'épreuve, le candidat analyse la production réalisée pour identifier par écrit, les régulations à apporter.</p>			

Éléments à évaluer	Repères d'évaluation			
	Degré 1	Degré 2	Degré 3	Degré 4
<b>Produire en choisissant ses paramètres d'entraînement</b>  <b>Sur 8 points</b>	Le projet de l'élève est général Le mobile personnel est exprimé de manière confuse Gestuelles approximatives Utilisation parfois inadaptée du matériel	Le projet est personnalisé mais manque de cohérence par rapport au mobile Le mobile est identifié Dégradations ou compensations observables à plusieurs reprises dans les gestuelles, les techniques ou les postures La charge de travail est parfois peu adaptée aux ressources des élèves (trop faible/ trop forte)	Le projet est personnalisé et cohérent Le mobile est précis, il engage le choix du thème d'entraînement et des charges de travail en vue d'effets recherchés Gestuelles, techniques et/ou postures efficaces La charge de travail est adaptée aux ressources des élèves et à l'effort poursuivi	Le projet est personnalisé, cohérent et optimal Le mobile est précis, il pilote le choix du thème d'entraînement et des charges de travail en vue d'effets recherchés Techniques ou gestuelles spécifiques et efficaces pour atteindre les zones d'efforts visées  20
	De 0,25 à 2 points	De 2,25 à 4 points	De 4,25 à 6 points	De 6,25 à 8 points
<b>Analyser sa production pour réguler son projet</b>  <b>Sur 4 points</b>	Les ressentis relevés sont très généraux La régulation de l'entraînement tient peu compte des ressentis	Les ressentis sont identifiés La régulation est présente et prend en compte les ressentis mais est inadaptée au regard des effets recherchés de son projet	Les ressentis identifiés donnent des informations sur l'état des ressources engagées La régulation s'appuie explicitement sur les ressentis et est en lien avec les effets recherchés de son projet	Identification précise des ressentis variés en lien avec les charges de travail La régulation s'appuie sur des ressentis variés. Elle permet de viser explicitement les effets recherchés de son projet
0 à 1	1.25 à 2	2.25 à 3	3.25 à 4	

NB : Le projet de l'élève met en lien son mobile personnel avec l'entraînement mis en œuvre. Pour verbaliser son mobile personnel (c'est-à-dire ce qui motive son projet d'entraînement), l'élève doit pouvoir répondre à la question simple : « Pourquoi as-tu choisi ce thème d'entraînement ? »