

مباريات ولوج المراكز الجهوية لمهن التربية والتكوين

Cycle	Spécialité	Épreuves
Enseignement secondaire	Education physique et sportive	Pratiques

### I. Les domaines des activités cibles et leurs degrés d'importance

Domaine	Sous domaine «APS» (Activités)	Degré d'importance	Note pondérée /200	
<b>Athlétisme</b>	<b>Le saut en longueur</b>	10%	<b>20</b>	
	<b>Lancer de poids</b>	Femmes 3Kg	10%	<b>20</b>
		Hommes 4Kg		
	<b>Course de vitesse</b>	Femmes 60m	10%	<b>20</b>
		Hommes 80m		
	<b>Course de durée</b>	Femmes 600m	10%	<b>20</b>
Hommes 1000m				
<b>Sports collectifs</b> (1 choix parmi 3)	<b>Basket- Ball</b>	30%	<b>60</b>	
	<b>Hand- Ball</b>			
	<b>Volley- Ball</b>			
<b>Gymnastique au sol</b>	<b>Enchaînement</b>	30%	<b>60</b>	

## II. Description et grilles d'évaluation des domaines des activités cibles

### 1. Athlétisme

Activités			Echelle de notation	La note globale/80	Critères
Le saut en longueur			De 0 pt à 20 pts	20	La performance est déterminée via la distance réalisée et qui sera évaluée selon un barème de notation ci-dessous.
Lancer de poids	Femmes	3Kg	De 0 pt à 20 pts	20	
	Hommes	4Kg			
Course de vitesse	Femmes	60m	De 0 pt à 20 pts	20	La performance est déterminée via la vitesse réalisée et qui sera évaluée selon un barème de notation ci-dessous.
	Hommes	80m			
Course de durée	Femmes	600m	De 0 pt à 20 pts	20	
	Hommes	1000m			

## 1.1. Le saut en longueur

Le candidat a droit à deux essais

- **Mesure des sauts :**

Depuis la planche d'appel jusqu'à la marque tracée par les derniers pieds du candidat dans la fosse de réception d'une façon réglementaire

- **Cas de nullité :**

- Quand le sauteur prend son appel au-delà de la planche d'appel
- L'appel du candidat est pris avec les deux pieds
- Le candidat se réceptionne à l'extérieur de la zone de réception (Fosse)
- Le candidat revient en arrière dans la fosse après la réception (Marche en arrière après les traces laissées par une des parties de son corps : Mains, pieds...)

**Barème de notation du saut en longueur**

(Femmes : Performance (distance en m))	Note sur 20*	(Hommes: Performance (distance en m))	Note sur 20*
1,40	00	2,90	00
1,55	05	3,95	0,5
1,50	1	3,00	01
1,60	1,5	3,05	1,5
1,65	2	3,10	2
1,70	2,5	3,15	2,5
1,75	3	3,20	3
1,80	3,5	3,25	3,5
1,85	4	3,30	4
1,90	4,5	3,35	4,5
1,95	5	3,40	5

Femmes : Performance (distance en m)	Note sur 20*	(Hommes: Performance (distance en m)	Note sur 20*
2,00	5,5	3,45	5,5
2,05	6	3,50	6
2,10	6,5	3,55	6,5
2,15	7	3,60	7
2,20	7,5	3,65	7,5
2,25	8	3,70	8
2,30	8,5	3,75	8,5
2,35	9	3,80	9
2,40	9,5	3,85	9,5
2,55	10	4,00	10
2,70	11	4,15	11
2,85	12	4,30	12
3,00	13	4,45	13
3,15	14	4,60	14
3,30	15	4,75	15
3,45	16	4,90	16
3,60	17	5,05	17
3,75	18	5,20	18
3,90	19	5,35	19
<b>4,05</b>	<b>20</b>	<b>5,50</b>	<b>20</b>

**\* Si la réalisation d'un(e) candidat(e) est située strictement entre deux valeurs des performances tabulées, alors on lui accorde la note supérieure relative à l'une de ces performances.**

## 1.2. Lancer de poids

### Barème de notation du lancer de poids

Femmes (3 KG) : Performance ( distance en Cm)	Note sur 20*	Hommes (4KG) : Performance (distance en Cm)	Note sur 20*
205	00	505	00
220	1	520	1
235	1,5	535	1,5
250	2	550	2
265	2,5	565	2,5
280	3	580	3
295	3,5	595	3,5
310	4	610	4
325	4,5	625	4,5
340	5	640	5
355	5,5	645	5,5
370	6	660	6
385	6,5	675	6,5
400	7	690	7
415	7,5	705	7,5
430	8	720	8
445	8,5	735	8,5

Femmes (3 KG) :Performance ( distance en Cm)	Note sur 20*	Hommes (4KG) :Performance ( distance en Cm)	Note sur 20*
460	9	750	9
<b>475</b>	<b>10</b>	<b>765</b>	<b>10</b>
515	11	805	11
555	12	855	12
595	13	895	13
635	14	1035	14
675	15	1075	15
715	16	1105	16
755	17	1145	17
795	18	1185	18
835	19	1215	19
<b>Plus de 875</b>	<b>20</b>	<b>Plus de 1255</b>	<b>20</b>

**\* Si la réalisation d'un(e) candidat(e) est située strictement entre deux valeurs des performances tabulées, alors on lui accorde la note supérieure relative à l'une de ces performances.**

### 1.3. Course de vitesse

#### Barème de notation de la course de vitesse

Femmes( 60 m): Performance (Vitesse/s)	Note sur 20*	Hommes ( 80 m): Performance (Vitesse/s)	Note sur 20*
<b>9,4</b>	<b>20/20</b>	<b>09,2</b>	<b>20/20</b>
9,6	19,5	09,4	19,5
9,8	19	09,6	19
10,00	18,5	09,8	18,5
10,2	18	10,00	18
10,4	17,5	10,2	17,5
10,6	17	10,4	17
10,8	16,5	10,6	16,5
11,00	16	10,8	16
11,2	15,5	11,00	15,5
11,4	15	11,2	15
11,06	14,5	11,4	14,5
11,8	14	11,6	14
12,00	13,5	11,8	13,5
12,2	13	12,00	13
12,4	12,5	12,2	12,5
12,6	12	12,4	12
12,8	11,5	12,6	11,5
13,00	11	12,8	11
13,2	10,5	13,00	10,5
<b>13,4</b>	<b>10</b>	<b>13,2</b>	<b>10</b>

Femmes (60 m): Performance (s)	Note */20	Hommes (80 m): Performance (s)	Note */20
13,6	09,5	13,4	09,5
13,8	09	13,6	09
14,00	08,5	13,8	08,5
14,2	08	14,00	08
14,4	07,5	14,2	07,5
14,6	07	14,4	07
14,8	06,5	14,6	06,5
15,00	06	14,8	06
15,2	05,5	15,00	05,5
15,4	05	15,2	05
15,6	04,5	15,4	04,5
15,8	04	15,6	04
16,00	03,5	15,8	03,5
16,2	03	16,00	03
16,4	02,5	16,2	02,5
16,6	02	16,4	02
16,8	01,5	16,6	01,5
17,00	01	16,8	01
17,2	0,5	17,00	0,5
17,4	00	17,2	00

**\* Si la réalisation d'un(e) candidat(e) est située strictement entre deux valeurs des performances tabulées, alors on lui accorde la note supérieure relative à l'une de ces performances.**

## 1.4. Course de durée

Barème de natation de la course de durée

Femmes ( 600 m ) : Performance (mn s)	Note */20	Hommes (1000 m) : Performance (mn s)	Note */20
<b>1mn 59sec</b>	<b>20/20</b>	<b>2mn 57 sec</b>	<b>20/20</b>
2mn 04 sec	19,5pt	3mn 02 sec	19,5pt
2mn 09 sec	19Pts	3mn 07 sec	19Pts
2mn 14 sec	18,5Pts	3mn 12 sec	18,5Pts
2mn19 sec	18Pts	3mn 17 sec	18Pts
2mn 24 sec	17,5Pts	3mn 22 sec	17,5Pts
2mn 29 sec	17Pts	3mn 27 sec	17Pts
2mn 34 sec	16,5Pts	3mn 32 sec	16,5Pts
2mn 39 sec	16Pts	3mn 37 sec	16Pts
2mn 44 sec	15,5Pts	3mn 42 sec	15,5Pts
2mn 49 sec	15Pts	3mn 47 sec	15Pts
2mn 54 sec	14,5Pts	3mn 52 sec	14,5Pts
2mn 59 sec	14Pts	3mn 57 sec	14Pts
3mn 04 sec	13,5Pts	4mn 02 sec	13,5Pts
3mn 09 sec	13Pts	4mn 07sec	13Pts
3mn 14 sec	12,5Pts	4mn 12 sec	12,5Pts
3mn 19 sec	12Pts	4mn 17 sec	12Pts
3mn 24 sec	11,5Pts	4mn 22 sec	11,5Pts
3mn 29 sec	11Pts	4mn 27 sec	11Pts
3mn 34 sec	10,5Pts	4mn 32 sec	10,5Pts
<b>3mn 39 sec</b>	<b>10Pts</b>	<b>4mn 37 sec</b>	<b>10Pts</b>
3mn 44 sec	09,5Pts	4mn 42 sec	09,5Pts
3mn 49 sec	09Pts	4mn 47 sec	09Pts

Femmes ( 600 m) : Performance (mn s)	Note* /20	Hommes(1000 m) : Performance (mn s)	Note* /20
3mn 54 sec	08,5Pts	4mn 52 sec	08,5Pts
3mn 59 sec	08Pts	4mn 57 sec	08Pts
4mn 04 sec	07,5Pts	5mn 02 sec	07,5Pts
4mn 09 sec	07Pts	5mn 07 sec	07Pts
4mn 14 sec	06,5Pts	5mn 12 sec	06,5Pts
4mn 19 sec	06Pts	5mn 17 sec	06Pts
4mn 24 sec	05,5Pts	5mn 22sec	05,5Pts
4mn 29 sec	05Pts	5mn 27 sec	05Pts
4mn 34 sec	04,5Pts	5mn 32 sec	04,5Pts
4mn 39 sec	04Pts	5mn 37 sec	04Pts
4mn 44 sec	03,5(Pts	5mn 42 sec	03,5(Pts
4mn 49 sec	03Pts	5mn 47 sec	03Pts
4mn 54 sec	02,5Pts	5mn 52 sec	02,5Pts
4mn 59 sec	02(Pts	5mn 57 sec	02(Pts
5mn 04 sec	01,5Pts	6mn 02 sec	01,5Pts
5mn 09 sec	01(Pts	6mn 07 sec	01(Pts
5mn 14 sec	0,5Pts	6mn 12 sec	0,5Pts
5mn 19 sec	00Pts	6mn 17 sec	00Pts

**\* Si la réalisation d'un(e) candidat(e) est située strictement entre deux valeurs des performances tabulées, alors on lui accorde la note supérieure relative à l'une de ces performances.**

## 2. Sports collectifs

Le candidat(e) ayant le droit de choisir un parmi les 3 sports collectifs

Activités	Critères	Notes partielles	Note globale
<b>Volley-Ball</b>	Réception	15	60
	Passe	15	
	Attaque	15	
	Défense	15	
<b>Hand-Ball</b>	Joueur /Ballon	15	60
	Joueur /Partenaire	15	
	Joueur/Adversaire	15	
	Joueur/Cible	15	
<b>Basket-Ball</b>	Joueur /Ballon	15	60
	Joueur /Partenaire	15	
	Joueur/Adversaire	15	
	Joueur/Cible	15	

## 2.1 . Volley-Ball

Activités*	Barème de notation de V,B							
	Niveau A		Niveau B		Niveau C		Niveau D	
	Performance	Echelle de Notation	Performance	Echelle de Notation	Performance	Echelle de Notation	Performance	Echelle de Notation/15
<b>Réception (15 )</b>	Echec total ...	<b>De 0 à 6pts</b>	Renvoie direct la balle vers le camp adverse.	<b>De 6pts à 9pts</b>	Conserver la balle mais renvoie non orienter vers le passeur.	<b>De 9pts à 12pts</b>	Renvoie la balle haute vers le passeur et permet la continuité du jeu.	<b>De 12pts à 15pts</b>
<b>Passe (15 pts )</b>	-Echec total...	<b>De 0 à 6pts</b>	Passe imprécise ne permet que le renvoi vers le camp adverse.	<b>De 6pts à 9pts</b>	Passe haut près du filet ne favorise pas l'attaque (smash ou feinte).	<b>De 9pts à 12pts</b>	Passe qui permet plusieurs alternatives d'attaque.	<b>De 12pts à 15pts</b>
<b>Attaque (15 pts)</b>	-Echec total...	<b>De 0 à 6pts</b>	Renvoie de la balle vers l'adversaire.	<b>De 6pts à 9pts</b>	Renvoie la balle dans les zones libres sans créer de difficulté pour l'adversaire.	<b>De 9pts à 12pts</b>	Renvoie la balle dans les espaces libres du camp adverse avec création de la rupture du jeu.	<b>De 12pts à 15pts</b>
<b>Défense (15 pts)</b>	Statique, se déplace mais en retard par rapport la balle	<b>De 0 à 6pts</b>	Se déplace mais avec une mauvaise intervention sur la balle	<b>De 6pts à 9pts</b>	Défend la balle mais l'oriente vers un co-équipier,,, Pas de possibilité de transition	<b>De 9pts à 12pts</b>	Défend la balle et l'oriente vers le passeur pour une bonne transition	<b>De 12pts à 15pts</b>

\*N,B: -situations de référence de 4x4 ou 6x6 selon l'effectif

- Terrain réglementaire.

- 2 sets de 7mn à 10mn selon l'effectif

## 2.2 Hand-Ball et Basket-Ball

Activités*	Barème de notation de H,B et BB					
	Niveau A		Niveau B		Niveau C	
	Performance	Echelle de Notation	Performance	Echelle de Notation	Performance	Echelle de Notation/15
<b>Joueur /Ballon (5 pts)</b>	- Centré sur la balle, - Perd souvent la balle	<b>De 0 à 9pts</b>	- Conserve difficilement la balle en ratant ces actions (passes, réception ou tirs) - Passe dans l'espace proche en absence de l'adversaire.	<b>De 9pts à 12pts</b>	- Conserve, progresse en présence de l'adversaire - Réagit vite avec une maîtrise technique du ballon	<b>De 12pts à 15pts</b>
<b>Joueur /Partenaire (5 pts)</b>	- Jeu individuel centré sur lui même - Absence de la notion de partenaire	<b>De 0 à 9pts</b>	- coopère avec le partenaire proche - Sollicite le partenaire marqué par l'adversaire	<b>De 9pts à 12pts</b>	- coopère avec les partenaires dans tous l'espace du jeu - Sollicite le partenaire démarqué loin de l'adversaire	<b>De 12pts à 15pts</b>
<b>Joueur/Adversaire (5 pts)</b>	- Absence de la notion d'adversaire - Défense passive	<b>De 0 à 9pts</b>	- Gère le 1 contre 1 avec difficulté - Empêche les actions de l'adversaire dans l'espace proche	<b>De 9pts à 12pts</b>	- Anticipe les actions de l'adversaire dans l'espace du jeu (PB ou NPB) - Créer incertitude chez l'adversaire	<b>De 12pts à 15pts</b>
<b>Joueur/Cible (5 pts)</b>	- Ignore la cible à défendre - Manque d'intérêt pour l'attaque de la cible adverse	<b>De 0 à 9pts</b>	- Déséquilibre de la participation dans les phases défensives et offensives - Rupture et absence de continuité entre l'attaque et la défense	<b>De 9pts à 12pts</b>	- Varie les conditions d'accès à la cible adverse et de défense - Assure la transition entre la défense et l'attaque pour atteindre la cible adverse	<b>De 12pts à 15pts</b>

\*N,B: - Situations de référence en hand-ball de 5x5 ou 7x7 selon l'effectif //

- Terrain réglementaire.

- 2 mi-temps de 7 mn à 10 mn selon l'effectif

\*N,B: -situations de référence en Basket-ball de 3x3 ou 5x5 selon l'effectif

- Terrain réglementaire.

- 2 mi-temps de 7 mn à 10 mn selon l'effectif

### 3. Gymnastique au sol

Le candidat est censé présenter son enchaînement devant les membres du jury dans une durée qui ne dépasse pas 1 mn 30 s.

Cet enchaînement doit être composé d'au moins 7 éléments gymniques répartis selon les niveaux de difficultés comme suit : 2A+3B+2C,

- 2 éléments du niveau de difficulté A
- 3 éléments du niveau de difficulté B
- 2 éléments du niveau de difficulté C

Au cours de sa prestation, le candidat a le droit d'introduire des éléments de niveau de difficulté D pour avoir une bonification (1 à 3 ) à condition que la durée de l'enchaînement soit respectée.

Les niveaux de difficulté sont définis dans la grille ci-dessous

					Niveaux de difficulté			
					A	B	C	D
<b>Gymnastique au sol</b>					- Roulade avant simple.	- Roulade avant tendue,	- Roue à une main	- Grand écart
					- Roulade arrière simple.	- Roulade avant écartée,	- Rondade,	- ATR forcé
				- Roulade arrière écarté.	- Roulade avant sautée,	- Saut de main,	- Flic flac arrière	
				- Planche faciale.	- Roulade arrière piquée,	- Saut de tête,	- Salto avant	
				- Planche écrasée.	- Roue,	- Flic flac avant,	- Salto arrière	
				- Equilibre fessier.	- Saut carapé,	- ATR valse,	- Salto vville	
				- Saut groupé.	- AFR : Appui Frontal Renversé,			
				Saut en extension avec ¼ tour, ½ tour ou 1 tour,	- ATR : Appui Tendu Renversé,			

**NB: Exigence de l'enchaînement des éléments gymnique comme suit : 2A + 3B + 2C pendant une durée de une (1)1minute et 30 ondes**

**- Une difficulté est manquante, elle peut être remplacée par une difficulté inférieure, mais la sanction est de - 0,25 pt.**

<i>Barème de notation de la Gymnastique au sol</i>			La note globale /60
Activités	Critères de l'évaluation selon le domaine de l'activité	Echelle de notation	
<b>Le niveau de difficulté des éléments gymniques</b>	Niveau de difficulté A	0 à 0,75 pt	<b>15</b>
	Niveau de difficulté B	0 à 1,5 pts	
	Niveau de difficulté C	0 à 4,5 pts	
<b>Bonification</b>	Niveaux de difficulté C, D..	3 à 9 pts	<b>9</b>
<b>La nature d'exécution de l'élément</b>	Bonne exécution d'un élément gymnique	+ 3 pts	<b>21</b>
	Petite faute	- 0,3 pt	
	Faute moyenne	- 0,6 pt	
	Faute grossière	- 0,9 pt	
	Chute	- 1,5 pt	
<b>L'enchaînement des éléments gymniques</b>	Enchaînement de tous les éléments sans arrêt	15 pts	<b>15</b>
	Un Enchaînement de 6 éléments	12 pts	
	Un Enchaînement de 5 éléments	9 pts	
	Un Enchaînement de 4 éléments	6 pts	

مباريات ولوج المراكز الجهوية لمهن التربية والتكوين

Cycle	Spécialité	Épreuve
Enseignement secondaire	Éducation physique et sportive	Orale

N°	Sujets / contenus des épreuves orale	Famille d'APS	Sous-domaine	Domaine principal
1	Conservation individuelle	Sports marquage/démarquage « collège »	-Aspects culturels des APS -Didactiques- pédagogiques -Scientifiques -Institutionnels	<b>Éducation physique et sportive</b>
2	Conservation collective			
3	Progression individuelle			
4	Progression collective			
5	Attaquer la cible			
6	Marquage / démarquage			
7	Défendre sa cible			
8	Défense de zone			
9	Occupation rationnelle des espaces			
10	Occupation des espaces libres en défense	Sports marquage/démarquage « Lycée »		
11	Variation des axes d'attaque			
12	Utilisation des espaces latéraux			
13	projet collectif en attaque			
14	Projet collectif en défense			
15	Contre-attaque			
16	Transition défense-attaque			
17	Replis défensif			
18	maîtrise des rôles en attaque			
19	maîtrise des rôles en défense			

N°	Sujets / contenus des épreuves orales	Famille d'APS	Sous-domaine	Domaine principal
20	Placement et déplacement sur le terrain	Sports de renvoi « collègue »		
21	Orientation du jeu vers la zone avant			
22	Renvoi de la balle			
23	Renvoi de la balle vers les espaces libres	Sports de renvoi « Lycée »		
24	progression de la balle vers la zone avant			
25	renvoi dans la limite d'au moins de 2 frappes de balle			
26	Différencier les rôles et statuts dans le jeu			
27	Projet collectif en attaque			
28	Projet collectif en défense	Rugby « collègue »	-Aspects culturels des APS	<b>Éducation physique et sportive</b>
29	Progression collective du ballon			
30	Placement et déplacement en fonction du porteur du ballon			
31	Jeu déployé	Rugby « Lycée »	-Didactiques-pédagogiques -Scientifiques -	
32	jeu en groupe			
33	Adaptation du jeu en fonction de la défense adverse			
34	Maitrise des rôles en fonction du projet collectif	Athlétisme « collègue »	Institutionnels	
35	Occupation permanente et raisonnée de l'espace en fonction du projet collectif			
36	Course vitesse : départs			
37	Course vitesse : maitrise des actions des membres supérieurs et inférieurs			
38	Course de durée : rythme et allure			
39	Saut en longueur : étalonnage			
40	Saut en longueur : impulsion			
41	Saut en longueur : course d'élan			
42	Saut en hauteur : vaincre la peur			
43	Triple saut : découvrir l'activité			
44	course de relais : Notion de relayeur relayé			
45	Lancer du poids : initiation au lancer			

N°	Sujets / contenus des épreuves orales	Famille d'APS	Sous-domaine	Domaine principal
46	Course vitesse : créer et maintenir la vitesse	Athlétisme « Lycée »	-Aspects culturels des APS -Didactiques-pédagogiques -Scientifiques - Institutionnels	<b>Épreuve orale</b> « éducation physique et sportive »
47	Course de durée : régularité du rythme			
48	Saut en longueur : transformation de la vitesse horizontale à une vitesse verticale vers l'avant			
49	Saut en hauteur : course curviligne et impulsion			
50	Triple saut : régularité des sauts			
51	Course de relais : transmission			
52	Lancer du poids : transmission des forces	Gym au sol « Collège »		
53	Apprentissage d'un élément gymnique d'appui et de maintient			
54	Apprentissage d'un élément gymnique de rotation et de renversement			
55	Enchaînement d'éléments de difficultés A, B et C	Gym au sol « Lycée »		
56	Enchaînement d'éléments de difficultés A, B et D			
57	Enchaînement d'éléments de difficultés Variés en figure et en rythme devant le groupe classe. compose de: C, D et E			