

Note méthodologique pour la préparation du concours d'entrée au département Sciences du sport et éducation physique

Session 2026
Ce document comporte 11 pages

I - Épreuves d'admissibilité

Sciences de la vie et de la santé appliquées aux activités physiques et sportives

1. **Première composition** écrite de sciences de la vie et de la santé appliquées aux activités physiques et sportives (SVAPS 1, durée : deux heures ; coef. 2).

2. **Deuxième composition** écrite de sciences de la vie et de la santé appliquées aux activités physiques et sportives (écrit 2, durée : deux heures ; coef. 2) ou (SVAPS 2, durée : deux heures ; coef.2).

Pour ces 2 épreuves, les candidat-e-s devront maîtriser les connaissances relatives à l'organisation hiérarchisée du système nerveux central. Une connaissance associée des systèmes sensoriels impliqués dans le contrôle de la motricité humaine complètera les connaissances nécessaires à l'analyse de la motricité humaine (vision et proprioception principalement). Cette analyse suppose de décrire comment la motricité sportive sollicite le système nerveux pour élaborer une commande en tenant compte du contexte préalable à l'exécution (facteurs environnementaux) et comment il permet d'évaluer la production finale en fonction de l'objectif initial, du résultat final et des opérations motrices ayant permis de l'obtenir.

Les candidat-e-s devront également maîtriser les notions mécaniques permettant de caractériser les mouvements sportifs et d'en expliquer les mécanismes. Ils devront pour cela être capables d'utiliser les bases mathématiques nécessaires (ex : trigonométrie, calcul vectoriel, dérivée, calcul intégral). Ils pourront également mobiliser les connaissances de base liées aux principaux outils d'analyse du mouvement. Enfin, ils pourront être amenés à procéder à une analyse critique de leurs résultats ou à commenter des courbes/extraits d'articles, de manière à mieux comprendre le mouvement ou la situation analysée.

Il est attendu des candidat-e-s qu'ils puissent identifier précisément les différents composants structurels dont sont constitués les grands systèmes physiologiques. Pour chaque système ou fonction physiologique, les candidat-e-s doivent être capables d'explicitier les principaux mécanismes de régulation sous-jacents, du niveau cellulaire au niveau intégratif (selon la nature du sujet posé).

De même, les candidat-e-s doivent pouvoir distinguer et caractériser les réponses physiologiques dans différentes conditions : au repos, à l'exercice et en récupération. S'agissant des réponses physiologiques à l'exercice, il est primordial que les candidat-e-s puissent faire clairement la distinction entre réponses physiologiques à l'exercice aigu et réponses physiologiques à l'exercice chronique (adaptations liées à l'entraînement). Par ailleurs, un même sujet peut croiser plusieurs des thèmes listés ci-dessus.

Sciences humaines et sociales appliquées aux activités physiques et sportives

3. Composition écrite de sciences humaines appliquées aux activités physiques et sportives (SHSAPS 1, durée : deux heures ; coef. 2).

Le-la candidat-e devra être capable :

- De citer les principales théories et leurs auteurs majeurs ;
- De présenter les concepts centraux ou notions-clés attachées à ces théories ;
- De proposer des exemples concrets permettant d'illustrer la façon dont ceux-ci éclairent la compréhension des phénomènes liés à la pratique des activités physiques et sportives.

4. Composition écrite de sciences sociales appliquées aux activités physiques et sportives (SHSAPS 2, durée : deux heures ; coef. 2).

Le-la candidat-e devra être capable de développer les éléments suivants en ayant en vue leur caractère évolutif dans le temps. Il convient :

- De saisir la variabilité des définitions du terme Sport et des enjeux associés
- De différencier activités physiques, sport et pratiques corporelles
- De saisir les différentes formes de culture associées aux activités physiques
- De rendre compte du processus d'institutionnalisation du sport
- De saisir les différents usages politiques et économiques des activités physiques
- De saisir comment les différentes conceptions éducatives ont évolué dans le champ des activités physiques.

Culture générale

5. Épreuve de culture générale en relation avec les activités physiques et sportives (durée : quatre heures ; coef. 4).

Cette épreuve consiste en un commentaire de document. Son intérêt repose sur l'évaluation de compétences qui sont, pour une grande majorité, celles qui sont attendues dans des concours tels que l'agrégation :

- Analyser une question large, comprenant plusieurs concepts pour en extraire une problématique et un projet de traitement.
- Exercer un regard multi dimensionnel sur un sujet ou une problématique en mobilisant plusieurs registres factuels, scientifiques, culturels ou philosophiques.
- Faire preuve d'une lucidité et d'une distance critique vis à vis des éléments avancés ou des discussions menées.
- Appuyer à bon escient un propos ou un argumentaire sur des références d'auteurs.
- Démontrer une curiosité déjà éprouvée pour les grands sujets en relation avec les études envisagées au sein du département 2SEP de l'ENS de Rennes.
- Rédiger et communiquer par écrit selon une organisation et des formes appropriées.

Ces compétences indiquent bien l'essence d'une épreuve qui mesure l'ampleur, la variété et l'usage des connaissances dans un contexte incertain. Le caractère incertain de ce contexte justifie qu'il n'y ait pas de programme puisque les candidat-e-s ne démontreraient plus alors une culture générale, mais l'adaptation à un thème.

II - Épreuves d'admission

1. Épreuves de langue vivante étrangère - anglais

1.1. Épreuve orale de langue vivante (préparation : 30 minutes, oral 15 minutes ; coef. 2)

Cette épreuve consiste en un résumé complet et un commentaire problématisé à partir d'un document écrit axé sur la recherche scientifique, sur l'actualité ou sur des faits divers dans le domaine sportif.

La présentation du candidat durera au maximum 10 minutes en continu sans intervention du jury, suivies de 5 minutes ou plus de discussion avec le jury.

Le-la candidat-e doit avoir un niveau suffisant pour :

- Reconnaître les points significatifs d'un article de journal direct et non complexe sur un sujet familier
- Reconnaître le schéma argumentatif suivi pour la présentation d'un problème sans en comprendre nécessairement le détail
- Identifier les principales conclusions d'un texte argumentatif clairement articulé

L'évaluation repose sur 2 critères principaux :

- Des critères pragmatiques : le niveau de compréhension du document, la méthodologie de présentation du commentaire de texte, la prise d'initiative surtout dans la gestion de l'imprévu et l'investissement dans l'activité
- Des critères linguistiques : la compétence discursive, la fluidité du langage, le phonétique, la maîtrise grammaticale et le champ lexical

1.2. Épreuve écrite de langue vivante (durée : 2 heures 30 ; coef. 2)

Cette épreuve se décompose en 2 parties :

- Partie 1 : exercice de version simplifié (coef. 0.5) Il s'agira de traduire en français un texte simple et rédigé essentiellement dans une langue courante ou relative à la discipline des candidat-e-s
- Partie 2 : Exercice composé d'une compréhension écrite et d'une production écrite (coef. 1,5).

Le-la candidat-e doit avoir un niveau suffisant pour :

- Traduire en français (exercice de version simplifié) un texte.
- Écrire en anglais (production écrite 200-250 mots) un texte articulé simplement sur une gamme de sujets variés dans son domaine / traiter un document en sélectionnant des éléments d'information issus de sources diverses et les résumer.

L'évaluation repose sur 3 critères principaux :

- La cohérence : La clarté de la réponse et la structure du texte
- La pertinence : La pertinence des références, par exemple
- La correction linguistique : La qualité de la langue

2. Épreuve de didactique des APSA (Coef. 5) – **attention changement pour la session 2026**

Cette épreuve vise à évaluer les capacités d'analyse des candidat-e-s autour des problèmes fondamentaux qui ont trait à la motricité des élèves et/ou des pratiquants en relation avec les APSA. L'objectif est d'amener le/la candidat.e à faire la démonstration de son habileté à mobiliser de manière circonstanciée plusieurs cadres d'analyses pour mettre en évidence différents registres de la motricité.

A partir d'un dilemme tiré au sort dans la liste suivante, et suite à un temps de préparation de 30 min, le-la candidat-e est appelé.e pour 45 min d'oral avec deux membres du jury. Ces 45 minutes d'oral sont réparties en 10 min de présentation, par le-la candidat-e, de la réponse à la question posée, suivie de 35 min d'échange avec le jury.

La liste des dilemmes rencontrés lors du tirage au sort pour l'année 2026 est la suivante :

- Equilibre / Déséquilibre
- Vitesse / Précision
- Fréquence / Amplitude
- **Contrôle / Prise de risque**
- **Créativité / Reproduction**

Les deux derniers dilemmes surlignés en gras sont nouveaux pour la session 2026.

Il faudra être capable d'investir l'ensemble des APSA identifiées dans la liste publiée pour cette épreuve. Par-delà une connaissance de ces dernières, nous conseillons aux candidats de se saisir du plus large éventail de connaissances scientifiques maîtrisées permettant d'éclairer les tensions demandées.

3. Épreuves de pratique sportive

3.1. Épreuve de pratique sportive obligatoire : épreuve de sauvetage (coef. 2)

Cette épreuve vise à évaluer les aptitudes requises pour l'obtention de l'attestation de sauvetage obligatoire pour les concours de recrutement d'enseignants d'EPS.

3.2. Épreuve de polyvalence (Coef. 2)

3.2.1. Épreuve de pratique sportive (Coef. 1)

Compétences attendues : manifester une polyvalence motrice dans une activité de nature différente de l'APSA choisie lors de l'épreuve pratique de spécialité.

Évaluation : à titre indicatif, la moyenne se situe au niveau des attendus de fin de lycée

3.2.2. Épreuve orale (Coef. 1)

Durée de l'épreuve : 20 min. Pas de préparation préalable.

Le questionnement portera sur les connaissances du candidat sur l'activité pratiquée. Il s'intéressera aux connaissances technologiques, culturelles et scientifiques ainsi qu'aux connaissances pratiques, vécues par le-la candidat-e dans l'activité choisie.

3.3. Épreuve de pratique sportive de spécialité (coef. 3)

Compétences attendues : Maîtrise physique dans une activité attestant d'une solide expérience.

Évaluation : à titre indicatif, la moyenne se situe au niveau des attendus de fin de lycée.

Description des épreuves de pratique sportives

I. Description de l'épreuve de sauvetage

L'épreuve consiste en un parcours de 75 mètres à réaliser en continuité, sans reprise d'appui au bord du bassin :

- À partir du bord de la piscine, entrer dans l'eau par un plongeon (si les conditions matérielles ne permettent pas le plongeon, le départ pourra être adapté et s'effectuer dans l'eau).
- Se déplacer sur une distance de 25 mètres comprenant 7,50 mètres en immersion complète sur un trajet défini depuis le milieu du bassin jusqu'au repère des 5 mètres (drapeaux). Le parcours est matérialisé sous l'eau.
- Puis se déplacer sur une distance de 25 mètres comprenant 7,50 mètres en immersion complète sur un trajet défini depuis le repère des 5 mètres (drapeaux) jusqu'au milieu du bassin (12,50 mètres).
- Puis se déplacer et s'immerger pour rechercher un mannequin situé sur le T matérialisé au fond du bassin. Le mannequin est de modèle réglementaire taille adulte. Il est immergé entre 1,80 mètres et 3 mètres de profondeur.
- Puis remonter le mannequin en surface et le remorquer sur la totalité du 25 mètres, dos du mannequin orienté en direction du buste du sauveteur. Lors du remorquage, le mannequin doit avoir les voies aériennes dégagées, pour cela la face (visage du mannequin) doit se trouver au-dessus du niveau de l'eau.

À chaque virage, le candidat doit toucher la paroi verticale du bassin, il est interdit de s'accrocher. L'épreuve est accomplie sans reprise d'appui ni au fond ni au bord du bassin sur la totalité du parcours. Cependant, il est autorisé de prendre appui au fond, lors de la saisie et de la remontée du mannequin.

L'épreuve doit être réalisée en maillot de bain. Le port d'une combinaison, lunettes de piscine, masque, pince-nez ou tout autre matériel n'est pas autorisé.

Déclenchement du chronomètre dès que les pieds ont quitté le bord du bassin et arrêt dès le premier contact du sauveteur avec le mur d'arrivée.

Pénalités :

- 10 secondes si le candidat ne plonge pas (sauf si les conditions matérielles ne permettent pas le plongeon et que le départ s'effectue dans l'eau pour tous les candidats).
- 10 secondes par reprise d'appui pendant toute la durée de l'épreuve (excepté à la recherche du mannequin).
- 10 secondes pendant les phases d'immersions :
 - A chaque fois que le candidat émerge.
 - A chaque mètre entamé parcouru par le candidat en surface.
- 20 secondes pour une prise « pénalisante » : strangulation du mannequin ; main(s) sur le visage du mannequin ; prise par l'anneau ; visage du mannequin vers le fond.
- En cas d'immersion des voies respiratoires du mannequin (des éclaboussures ou des vagues générées par le déplacement ne sont pénalisantes que si les voies aériennes sont sous la surface de l'eau) :
 - ☞ Pas de pénalité si les voies respiratoires sont toujours émergées
 - ☞ + 5 secondes si les voies respiratoires sont le plus souvent émergées.
 - ☞ + 10 secondes si les voies respiratoires sont aussi souvent immergées qu'émergées.
 - ☞ + 20 secondes si les voies respiratoires sont le plus souvent immergées.

II. Description de l'épreuve de basket

L'épreuve est constituée de plusieurs séquences de jeu à 5 contre 5 sur terrain réglementaire. Les équipes intègrent des plastrons en fonction du nombre de candidat-e-s. Si besoin, les équipes sont régulées en cours d'épreuve afin de permettre à chacun(e) de s'exprimer dans un contexte où le rapport de force est équilibré (individuellement et collectivement). Le jury se laisse la possibilité de proposer des rencontres mixtes ou non mixtes en fonction du nombre de candidat-e-s et de la plus ou moins grande hétérogénéité de leurs potentiels. Les séquences de jeu reposent sur des organisations tactiques différentes en défense (par exemple défense individuelle, défense de zone...) proposées par les membres du jury afin d'évaluer les compétences d'adaptation technico-tactiques des candidat-e-s. Ces dernier(e)s évoluent pour 50% de l'épreuve à leur poste préférentiel, mais ont aussi à témoigner de capacités de polyvalence permettant de s'exprimer à différents endroits du terrain. Le temps de jeu de pratique effectif est d'environ 45 min.

III. Description de l'épreuve de boxe française

L'épreuve consiste à évaluer la capacité d'un-e candidat-e à boxer en assaut de savate boxe française et à prendre en compte toutes les particularités de l'activité.

Le port des chaussures spécifiques est nécessaire ainsi que le protège dent et la protection pubienne pour les garçons ainsi que le protège poitrine pour les filles.

1. Déroulement de l'épreuve

L'épreuve se déroule en plusieurs temps :

Temps 1 : échauffement libre de 30 mn à partir duquel le jury commencera à évaluer les candidat-e-s sur leur capacité à s'échauffer au regard de la spécificité de la pratique savate boxe française.

Temps 2 : Une situation de déclenchements alternés (enchaînements pieds/ poings/pieds de 3 à 5 touches) en face d'un partenaire mobile organisé en défense active libre (parades/esquives)
Durée : 2 x 1 mn (changement de rôles)

Temps 3 : 1 mn de récupération

Temps 4 : Reprise à thème en opposition assaut : Tireur A boxe en enchaînements poings/pieds, tireur B boxe en enchaînements pieds/poings (respect des armes, des cibles, des trajectoires et du contrôle de la touche).
Durée : 2 x 1 mn (changement de rôles)

Temps 5 : 1 mn de récupération

Temps 6 : 2 reprises libre de 2 mn (1 mn de récupération entre chaque reprise).

Le règlement de la FFSAVATE (fédération française de savate) est applicable.

Une pesée sera effectuée avant l'épreuve pour regrouper les tireurs de façon à ce que les écarts de poids préservent au mieux l'équité de l'opposition. Pour la même raison, les confrontations auront lieu en groupes dé-mixés.

Le jury peut être amené à donner des consignes aux candidat-e-s, et ceci à tout moment de l'épreuve afin notamment de respecter l'intégrité physique des candidat-e-s.

2. Modalités d'évaluation

La prestation physique est appréciée dès le début de l'échauffement.

Quatre points seront particulièrement pris en compte pour l'évaluation :

- 1 : La précision des touches (respect des armes et des cibles).
- 2 : Le contrôle de la puissance.
- 3 : La diversité technico-tactique dans son contexte d'efficacité.
- 4 : L'efficacité et la gestion de l'effort.

IV. Description de l'épreuve de badminton

L'épreuve est constituée de deux temps successifs :

Temps 1 : une séquence en montante-descendante constituée de matchs au temps, permettant progressivement de regrouper les candidat-e-s par niveaux de performance ;

Temps 2 : un tournoi opposant 3 ou 4 adversaires au sein d'un rapport de force équilibré, constitué de matchs en 15 ou 21 points.

Le jury se laisse la possibilité de proposer des rencontres mixtes ou non mixtes en fonction du nombre de candidat-e-s et de la plus ou moins grande hétérogénéité de leurs potentiels. Le jury peut être amené à

donner des consignes de jeu pour mieux évaluer certaines prestations. La durée totale de l'épreuve est d'environ 45 minutes par candidat. Les volants sont en plastique (Mavis 300) et ils sont fournis.

V. Description de l'épreuve de course d'orientation

L'épreuve de course d'orientation de type sprint en parc et/ou milieu urbain, est un parcours imposé à réaliser le plus rapidement possible, d'une durée prévue entre 12 et 15 min pour les meilleurs temps. La connaissance de la norme ISSOM est indispensable (connaissance des zones infranchissables, physiquement ou non), ainsi que les codes IOF. Les définitions sont sur la carte et disponibles à part au départ. Les candidat-e-s sont isolés en quarantaine pendant la préparation de l'épreuve et en attendant leur passage. Aucun moyen de communication n'est autorisé. Un temps limite de 45 min est appliqué.

VI. Description de l'épreuve de danse contemporaine

L'épreuve de danse contemporaine est constituée de deux épreuves :

- une épreuve de composition qui consiste à présenter une chorégraphie individuelle d'une durée comprise entre 2 et 3 minutes

- une épreuve d'improvisation où, après 15 minutes de préparation, le-la candidat-e présente une improvisation en lien avec un thème tiré au sort, d'une durée comprise entre 1 et 2 minutes.

Déroulé de l'épreuve

Les candidat-e-s munis de leurs papiers d'identité se présentent au jury. À compter de l'appel, les candidat-e-s disposent de 30 min d'échauffement. Ils peuvent utiliser la sono et faire les réglages de leur support sonore. Le support sonore de la prestation est enregistré en format mp3 sur clé USB ou lecteur mp3. Seul le morceau de la prestation doit y être enregistré. Le démarrage est assuré par un membre du jury. À l'issue de ce temps, les candidat-e-s sont appelés. Chacun disposera de 5 min pour se mettre en scène (décor, costume, ...). Le chronométrage démarre au premier mouvement et s'arrête au dernier mouvement ou lorsque le-la candidat-e quitte l'espace. Une fois le dernier solo terminé, les candidat-e-s se rassemblent pour tirer au sort le « sujet » de l'épreuve d'improvisation. Ils-elles disposent ensuite de 15 minutes pour s'y préparer.

Attendus pour l'épreuve de composition

La chorégraphie doit témoigner d'un travail personnel. Le-la candidat-e doit s'appuyer sur une idée, un sujet, un argument... pour élaborer sa prestation. Il doit également mettre en œuvre des procédés de composition, faire des choix d'éléments de langage corporel (options prises par rapport aux composantes du mouvement) et des choix scénographiques (musique, costume, éléments de décor, utilisation de l'espace scénique) pertinents par rapport au propos choisi. En ce qui concerne l'interprétation, celle-ci est évaluée en fonction de la motricité dansée et de sa maîtrise (coordinations, fluidité, conduite du mouvement, équilibre), et de l'engagement du danseur (présence, placement du regard, prise de risque). La motricité utilisée doit être au service du propos chorégraphique. C'est une épreuve de danse, c'est-à-dire une épreuve artistique. Cela suppose un engagement et des choix esthétiques en lien avec l'art d'aujourd'hui. La construction de la chorégraphie, tout comme l'interprétation doivent refléter cet engagement et ces choix.

Attendus pour l'épreuve d'improvisation

Les inducteurs, supports à l'improvisation (images, phrases, textes, musiques), pourront varier selon les années. La prestation doit traduire la capacité du-de la candidat-e à prélever des informations sur le support de création tiré au sort, à les trier, les organiser, et faire des choix si nécessaire.

VII. Description des épreuves gymniques

Saut de cheval

Agrès : saut

Hauteur : 1 m 35 pour les garçons et 1 m 25 pour les filles

Consignes :

Présenter 2 sauts différents – le saut le plus difficile a un coefficient 2, le plus facile a un coefficient 1. La note finale se calcule à partir de la moyenne des 2 sauts.

Chaque saut est exécuté à partir d'un élan avec un appel des deux jambes serrées (avec ou sans rondade) sur le tremplin et un court appui des deux mains sur la table de saut.

La longueur de la course d'élan ne peut pas dépasser 25m calculée à partir de la partie la plus proche de la table de saut.

Le saut débute avec le premier pas ou sursaut du candidat mais l'évaluation commence au contact avec le tremplin. Le saut se termine à la réception en station debout jambes serrées derrière l'agrès.

Le-la candidat-e est invité-e à ne présenter que des sauts qu'il peut exécuter en toute sécurité et qu'il-elle maîtrise parfaitement du point de vue esthétique et technique.

Gym au sol

- Le/la candidat.e fera un choix dans chacune des 6 familles afin de se constituer un enchaînement fluide composé de :

- 1 rotation vers l'avant
- 1 rotation vers l'arrière
- 1 renversement
- 1 série acrobatique de 2 ou 3 éléments
- 1 série gymnique de 2 sauts
- 1 élément de maintien ou de souplesse

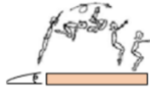

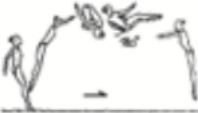
- Les éléments de maintien (statiques) devront être maintenus 3 secondes.










- Le/la candidat.e choisira 2 sauts présents dans la famille des sauts pour composer sa série gymnique.

- Si le/la candidat.e propose un élément hors- grille, l'élément ne sera pas compté dans les exigences de composition mais des fautes d'exécution pourront lui être déduites si nécessaire.

- Le/la candidat.e devra être équipé.e d'une tenue sportive proche du corps pour que le jury puisse voir correctement les fautes d'exécution.

- La note finale sera composée ainsi : exigences de composition sur 12 points + exécution des éléments sur 8 points, soit une note totale sur 20 points.

	Niveau 1 (0,4 point)	Niveau 2 (0,8 point)	Niveau 3 (1,2 points)	Niveau 4 (1,6 points)	Niveau 5 (2 points)
Rotations vers l'avant	- Roulade avant élevée	- Salto avant groupé avec tremplin et tapis de réception  - Saut de l'ange	- Salto avant groupé 	- Salto facial - Salto costal - Salto avant carpié - Salto avant tendu	- Salto avant tendu avec demi-vrille 

Rotations vers l'arrière	<ul style="list-style-type: none"> - Roulade arrière jambes tendues. 	<ul style="list-style-type: none"> - Roulade arrière piquée à l'ATR - Salto arrière de l'arrêt avec tremplin et tapis de réception 	<ul style="list-style-type: none"> - Roulade arrière piquée à l'ATR valse. - De l'arrêt, Salto arrière groupé 	<ul style="list-style-type: none"> - De l'arrêt, salto arrière carpé 	<ul style="list-style-type: none"> - De l'arrêt salto arrière avec demi-vrille - Saut en AR avec carpé-tendu à l'Appui facial. 
Renversements	<ul style="list-style-type: none"> - ATR jambes serrées - ATR roulade bras fléchis 	<ul style="list-style-type: none"> - ATR roulade bras tendus - ATR ½ valse - Placement de dos monté à l'ATR jambes tendues 	<ul style="list-style-type: none"> - ATR valse - Healy - Saut de tête 	<ul style="list-style-type: none"> - ATR valse et demi - Flip arrière (arrivée pieds joints ou pieds décalés) - Flip avant - Saut de main 	<ul style="list-style-type: none"> - ATR double valse - ATR en force (départ jambes serrées ou écartées) - Endo
Séries acrobatiques de 2 ou 3 éléments.	<ul style="list-style-type: none"> - Roulade avant élevée + roulade avant 	<ul style="list-style-type: none"> - Saut de l'ange + roulade avant - Rondade Salto arrière groupée 	<ul style="list-style-type: none"> - Rondade- flip-salto arrière tendu - Saut de main salto avant groupé - Salto avant pieds décalés - rondade flip - Rondade twist 	<ul style="list-style-type: none"> - Rondade- flip- vrille - Saut de main salto avant tendu 	<ul style="list-style-type: none"> - Rondade-flip-vrille et demi - Saut de main salto avant tendu demi- vrille
Sauts	<ul style="list-style-type: none"> - Saut groupé - Saut tour complet - Saut de chat ½ tour 	<ul style="list-style-type: none"> - Saut groupé ½ tour - Saut Cosaque - Saut de chat tour complet 	<ul style="list-style-type: none"> - Saut groupé tour complet - Saut carpé serré - Saut carpé écart - Saut changement de jambes 	<ul style="list-style-type: none"> - Saut extension double tour - Saut changement de jambes ½ tour - Saut en avant, jambes serrées et tendues avec 1 tour à l'appui facial (1 tour) 	<ul style="list-style-type: none"> - Saut changement de jambes tour complet (Gogean) - Popa
Éléments de maintien ou de souplesse	<ul style="list-style-type: none"> - Trépied jambes serrées. - Chandelle - Pont 	<ul style="list-style-type: none"> - Y - Écrasement facial - Grand écart antéro- postérieur 	<ul style="list-style-type: none"> - Souplesse arrière - Souplesse avant - Grand écart facial 	<ul style="list-style-type: none"> - TicTac arrivée en grand écart entre les mains. 	<ul style="list-style-type: none"> - Renversement arrière à l'ATR et 1/2 tour pour finir en renversement avant :  <ul style="list-style-type: none"> - Equerre : 

VIII. Description de l'épreuve d'athlétisme

200 mètres haies :

Il se déroule sur une piste de 400 mètres, course en couloir avec corde à gauche. Le départ a lieu obligatoirement avec des starting-blocks. La hauteur des haies est de 76 cm pour les filles et de 84 cm pour les garçons. Le nombre de haies est de 8. La première haie se situe à 30 m de la ligne de départ. L'intervalle entre les haies est de 20 m. La dernière haie se situe à 30 m de la ligne d'arrivée.

Javelot et Pentabond :

Les candidat.e.s doivent réaliser un Biathlon, composé de lancer de Javelot et de pentabond. Les épreuves se déroulent dans cet ordre de la manière suivante :

Lancer de Javelot :

Échauffement spécifique de 20' maximum.

Masse des engins : 500 gr pour les femmes et 700 gr pour les hommes.

Chaque candidat(e) dispose de 3 essais pour réaliser sa meilleure performance, en application du règlement de la Fédération Internationale d'Athlétisme (IAAF).

Pentabond :

Échauffement spécifique de 20' maximum

Les candidat(e)s annoncent la planche qu'ils choisissent, une planche possible entre 10 m et 18 m. Il y a possibilité de changer de planche entre les essais en prévenant le jury, avant le début de l'essai suivant.

Chaque candidat(e) dispose de 3 essais pour réaliser sa meilleure performance, en application du règlement de la Fédération Internationale d'Athlétisme (IAAF) du Triple saut.

IX. Description de l'épreuve des arts du cirque

Définition de l'épreuve :

Le ou la candidat.e propose en solo ou en groupe (4 maximum), une proposition artistique d'une durée comprise entre 2 et 4 min.

Dans une démarche artistique, le ou la candidat.e partira d'un inducteur de son choix (œuvre, chanson, spectacle, contrainte, texte, poème, photo...) qu'il/elle aura choisi et analysé en amont.

Une note d'intention sera à présenter au jury en amont du passage (une page maximum) pour présenter une explicitation du propos mis en scène lors du numéro.

Le support sonore éventuel de la prestation devra être calé sur le temps précis du solo et enregistré sur clé USB au format MP3.

Le jury se réserve le droit de refuser l'utilisation de certains objets ou agrès s'ils sont considérés comme pouvant porter atteinte à l'intégrité physique du ou de la candidat.e ou s'ils risquent d'endommager l'espace scénique. Le costume devra également respecter des codes éthiques d'un concours de l'éducation nationale ou ministère de l'Enseignement supérieur et de la recherche (exemple : nudité non autorisée).

Le ou la candidat.e doit réussir, avec une motricité spécifique, à mettre en avant le plus haut niveau de virtuosité et d'expressivité au service du propos artistique.

Complément d'information :

Espace scénique dans un gymnase de type C :

- Espace carré de 12m sur 12m
- Hauteur du gymnase
- Revêtement : sol taraflex
- Pas de coulisses
- Pas d'aériens
- 8 tapis type « sarnaige » à disposition
- 2 gros tapis de réception

Déroulement :

- Échauffement en commun de 30 minutes
- Présentation individuelle de la note d'intention : support papier et présentation orale de moins d'une minute.
- Installation de l'espace scénique par le candidat, avec ou sans aide : 5 minutes maximum
- Le chronomètre est déclenché au premier élément scénique (mouvement, son, voix, respiration...).
- Un seul essai est autorisé
- Désinstallation de l'espace scénique : 5 minutes maximum

Matériel :

Le ou la candidat.e doit fournir son matériel (matériel de jonglerie, agrès de cirque...).

X. Description de l'épreuve de tennis de table

Cadre et exigences de l'épreuve :

L'épreuve est structurée autour de deux temps distincts et successifs : (1) un échauffement individuel d'une durée de 30 minutes permettant au candidat de se préparer au mieux aux exigences des situations de match. Le jury peut être amené à y dispenser des consignes afin d'affiner l'identification des niveaux de jeu ; (2) un regroupement par poules mixtes de niveau opposant 3 ou 4 adversaires au sein d'un rapport de force équilibré, donnant lieu à des matchs en 11 points au meilleur des deux sets.

Les modalités de la troisième manche décisive peuvent être aménagées selon le nombre de candidats et les besoins du jury. Il est important de préciser que ces modalités peuvent être amenées à évoluer selon le nombre de candidat-e-s et l'hétérogénéité constatée. De ce fait, l'équilibre du rapport de force pourrait ne pas toujours être respecté dans les temps d'opposition, dans le cadre par exemple d'un petit nombre de candidats. Des aménagements réglementaires (handicaps, coups bonifiés, etc.) pourront alors être proposés pour tenter d'y remédier partiellement. La durée totale de l'épreuve pratique évaluée est d'environ 45 minutes à une heure par candidat, sans y inclure la durée de l'échauffement.

L'évaluation du candidat démarre dès l'échauffement, mais se centre prioritairement sur le déroulement des temps d'opposition (2). Celle-ci porte à la fois sur le niveau de compétence du joueur (variété des coups et des trajectoires, déplacements/replacements, anticipation-coïncidence, gestion du rapport de force, adaptation des ressources bioénergétiques, maîtrise du cadre réglementaire, etc.) et la performance du candidat dans les différents temps d'opposition.

Complément d'informations :

Les candidat-e-s ayant choisi le support tennis de table en tant qu'épreuve de polyvalence se verront proposer un entretien de 15 à 20 minutes avec le jury à l'issue de la pratique, sans préparation préalable. Les questions porteront sur les capacités d'analyse réflexive du candidat concernant sa pratique, mais également sur la maîtrise par le candidat de connaissances spécifiques à l'activité tennis de table (technologiques, réglementaires, culturelles, scientifiques, didactiques).

Matériel :

Les balles, réglementaires, seront fournies. Le candidat doit se présenter dans une tenue adaptée à la réalisation de l'épreuve en salle, avec sa propre raquette.
