

**ENS RENNES**

## **Concours d'entrée Département 2SEP**

---

### **Rapport de jury Session 2015**

**Nb :** Comme indiqué ci-dessus, ce rapport concerne la session 2015 du concours d'entrée au département Sciences du Sport et Education Physique (2SEP) de l'Ecole normale supérieure (ENS) de Rennes. Il ne présage en rien du type de sujets posés lors des prochaines sessions du concours d'entrée. Nous invitons donc les candidats des prochaines sessions à se préparer en fonction de la totalité du programme.

**Président du concours :** Pascal Mognol, administrateur provisoire de l'ENS Rennes

**Vice-président du concours :** Jacques Prioux, Directeur du Département 2SEP

## **Avant-propos**

Comme pour les sessions précédentes du concours d'entrée, il doit être rappelé aux lecteurs de ce rapport que les missions de l'ENS Rennes sont de *«préparer, par une formation culturelle et scientifique de haut niveau, des élèves se destinant à la recherche scientifique fondamentale ou appliquée, à l'enseignement universitaire ou dans les classes préparatoires, ainsi qu'à l'enseignement secondaire, et plus généralement, au service des administrations de l'Etat et des collectivités territoriales, de leurs établissements publics ou des entreprises. Elle exerce ses missions principalement dans les disciplines technologiques, scientifiques et de gestion»*. L'ordre dans lequel ces missions sont présentées n'est pas anodin. Le département Sciences du sport et éducation physique (2SEP), à l'instar des autres départements de l'ENS Rennes, se doit de remplir ces missions. Nous invitons donc les candidats aux prochaines sessions du concours à bien réfléchir sur les motivations qui les animent en cherchant à intégrer le département 2SEP de l'ENS Rennes. Au sein de l'ENS Rennes, nous avons pour habitude de dire que notre principale mission est de former des «agrégés-docteurs». Il est en effet important de rappeler ici que 70 % des élèves, tous départements confondus, poursuivent leur cursus universitaire en formation doctorale. Le souhait de la direction du département 2SEP est donc que le plus grand nombre de ses élèves passent l'agrégation externe en Éducation physique et sportive (EPS) puis poursuive leur cursus universitaire en formation doctorale quelque soit leurs domaines scientifiques de prédilection (SVS, SHS, Sciences pour l'ingénieur etc.). S'agissant de ce rapport nous invitons les candidats à la prochaine session du concours à le lire attentivement afin de se mettre dans les meilleures conditions pour la préparer. Nous leur recommandons également de ne pas se laisser impressionner par le contenu de certains rapports de jury qui peuvent sembler décourageant au premier abord. Les épreuves de ce concours sont accessibles au plus grand nombre d'étudiants STAPS dès lors qu'ils y consacrent du temps pour s'y préparer. Nous renvoyons, à cet égard, les candidats à la prochaine session du concours, à la lecture de son programme et nous les invitons à se préparer en fonction de la totalité de ce programme.

**Jacques Prioux  
Vice-Président du concours  
Directeur du département 2SEP**

**Sommaire**

|                                       |       |
|---------------------------------------|-------|
| Textes                                | p. 4  |
| Liste des membres du jury             | p. 5  |
| Informations générales                | p. 7  |
| Statistiques par épreuve              | p. 7  |
| Rapports épreuves d'admissibilité     | p. 9  |
| Rapports épreuves d'admission         | p. 22 |
| Rapports épreuves pratiques sportives | p. 27 |

Les rapports des jurys sont établis sous la responsabilité des présidents de jury

## Textes

**IMPORTANT :** Le texte qui suit n'est pas l'arrêté officiel paru au Bulletin officiel du ministère de l'Enseignement supérieur et de la Recherche. Ce texte, non officiel, a pour unique vocation d'informer les candidats au concours d'entrée des changements qui lui sont relatifs (Changements effectifs depuis la session 2010 de ce concours).

NOR : ESRS0900447A

RLR : 441-0

arrêté du 28-10-2009

ESR - DGESIP

*Vu code de l'Éducation, notamment article L. 716-1 ; loi n° 83-634 du 13-7-1983 modifiée, ensemble loi n° 84-16 du 11-1-1984 modifiée ; décret n° 87-698 du 26-8-1987, modifié par décrets n° 94-1161 du 22-12-1994 et n° 2003-105 du 5-2-2003 ; arrêté du 9-9-2004 modifié par arrêté du 28-11-2005, notamment article 2; arrêté du 28-11-2006 modifié par arrêté du 5-11-2008*

Article 1 - L'arrêté du 28 novembre 2006 susvisé est modifié conformément aux dispositions des articles 2 à 3.

Article 2 - L'article 1 est modifié comme suit :

I - Le 15ème alinéa est remplacé par les dispositions suivantes :- Sciences du sport et éducation physique (2SEP).

II - Le 17ème alinéa est remplacé par les dispositions suivantes : «*Pour être nommés élèves de l'École normale supérieure, les candidats du concours 2SEP doivent être titulaires d'un DEUG STAPS ou d'une deuxième année de licence (L2) STAPS ou avoir capitalisé 120 crédits E.C.T.S. (European Credit Transfer System) en U.F.R. STAPS*».

Article 3 - L'article 15 est remplacé par les dispositions suivantes :

**Art. 15** - Sciences du sport et éducation physique (2SEP).

Le concours sciences du sport et éducation physique comporte les épreuves suivantes :

### **Épreuves écrites d'admissibilité**

1. Composition de sciences de la vie et activité physique (durée quatre heures, coefficient 4)
2. Composition de sciences humaines et sociales et activité physique (durée quatre heures, coefficient 4)
3. Dissertation de culture générale en relation avec les activités physiques et sportives (durée quatre heures, coef. 6)

### **Épreuves d'admission**

#### **1. Épreuve écrite :**

Épreuve de langue vivante étrangère (durée deux heures, coefficient 2). L'épreuve écrite de langue vivante étrangère porte exclusivement sur l'anglais. L'épreuve consiste en un exercice de version, éventuellement complété par un exercice d'expression en anglais, en réponse à une ou deux questions sur le texte.

#### **2. Épreuves orales (leurs durées sont fixées par le jury) :**

2.1 Épreuve orale relative aux activités physiques, sportives et artistiques (coefficient 5).

2.2 Épreuve orale de langue vivante étrangère (coefficient 2). L'épreuve orale de langue vivante étrangère porte exclusivement sur l'anglais. Elle comporte la présentation et le commentaire d'un texte en anglais d'intérêt général ou sportif.

#### **3. Épreuves de pratique sportive :**

3.1 Épreuve de pratique sportive obligatoire : Épreuve de sauvetage (coefficient 2)  
3.2 Épreuve de pratique sportive de polyvalence (coefficient 3) : Le candidat choisit une activité physique sportive et artistique (APSA) parmi la liste suivante : gymnastique (sol), athlétisme (longueur et 400m), sport collectif (handball), combat (judo), raquette (badminton), activité physique de pleine nature (A.P.P.N. : escalade), activité physique d'expression (APEX : danse). Cette APSA devra être différente de celle choisie pour l'épreuve de pratique sportive d'option.  
3.3 Épreuve de pratique sportive d'option (coefficient 4) : Le candidat choisit une APSA parmi la liste suivante : gymnastique (sol), athlétisme (longueur et 400m), sport collectif (handball), combat (judo), raquette (badminton), A.P.P.N. (escalade), APEX (danse). Cette APSA devra être différente de celle choisie pour l'épreuve de pratique sportive de polyvalence.

Article 4 - Le directeur de l'École normale supérieure de Cachan est chargé de l'exécution du présent arrêté qui sera publié au Bulletin officiel du ministère de l'Enseignement supérieur et de la Recherche

Fait à Paris, le 28 octobre 2009

Pour la ministre de l'Enseignement supérieur et de la Recherche  
et par délégation,

Le directeur général pour l'enseignement supérieur et l'insertion professionnelle  
Patrick Hetzel

## Liste des membres du jury

### Composition de sciences de la vie et activité physique

#### Physiologie

- François Guerrero
- Jacques Prioux

#### Biomécanique et neurophysiologie

- Guillaume Nicolas
- François Potdevin

### Composition de sciences humaines et sociales et activité physique

#### Sciences humaines

- Elisabeth Rosnet
- Paul Fontayne

#### Sciences sociales

- Christian Vivier
- Jean-Nicolas Renaud

### Dissertation de culture générale et de l'activité physique et sportive

- Anne Roger
- Jean-Louis Gouju

- Michaël Attali

### Anglais

#### Épreuve écrite

- Deborah France-Piquet

#### Épreuve orale

- Deborah France-Piquet
- Grainne O'keeffe-Vigneron

### Sauvetage

- Jean-Michel Reiller (responsable)
- Marie-Pierre Debouche
- Muriel Le Cam
- Jean-Jacques Lucas

- Raphaël Le Cam
- Guillaume Nicolas
- Adrien Guilloret

**Handball**

- Philippe Breysacher (responsable) - Jérôme Visioli
- Michel Gourdel

**Gymnastique**

- Annick Durny (responsable) - Benoît Baguelin
- Isabelle Couëdon - Xavier Baguelin

**Athlétisme**

- Jean Trohel (responsable) - Adrien Guilloret
- Philippe Geffrouais - Jean-Jacques Lucas
- Marie-Pierre Debouche - Jean-Michel Reiller

**Judo**

- Hervé Giancesello (responsable) - Dominique Bronnec
- Jean-Luc Bodin

**APSA**

- Jacques Prioux (responsable) - Olivier Kirzin
- Julien Gagnebien - Carole Sève

**Badminton**

- Marine Duréault (responsable) - Julie Grall

**Danse**

- Pascale Chaussy (responsable) - Charlotte Herné - Mbod'j

**Escalade**

- Serge Testevuide (responsable) - Yannick Beauvir

**Informations générales**

|      | Nb de postes | Nb d'inscrit(e)s | Nb de présent(e)s | Nb d'admissibles | Admissibilité<br>Nb de points<br>(Moyenne ± ET) | Nb de classé(e)s | Admission<br>Nb de points<br>(Moyenne ± ET) | Nb de postes<br>pourvus | Dernier(e)<br>appelé(e) |
|------|--------------|------------------|-------------------|------------------|---|------------------|---|-------------------------|-------------------------|
| 2002 | 10           | 247              | 117               | 21               | 52.51 (5.25)                                    | 11               | 268.02 (08.65)                              | 10                      | 10 <sup>ème</sup>       |
| 2003 | 10           | 237              | 95                | 32               | 42.49 (4.25)                                    | 11               | 267.02 (08.61)                              | 10                      | 10 <sup>ème</sup>       |

|      |    |     |     |    |        |        |    |        |         |    |                   |
|------|----|-----|-----|----|--------|--------|----|--------|---------|----|-------------------|
| 2004 | 10 | 170 | 83  | 30 | 75.50  | (7.55) | 12 | 311.00 | (10.03) | 10 | 10 <sup>ème</sup> |
| 2005 | 9  | 191 | 157 | 30 | 126    | (9.00) | 12 | 352.00 | (11.00) | 10 | 10 <sup>ème</sup> |
| 2006 | 10 | 200 | 147 | 30 | 131    | (9.36) | 12 | 347.50 | (10.86) | 11 | 11 <sup>ème</sup> |
| 2007 | 10 | 153 | 106 | 32 | 126.52 | (9.04) | 14 | 340.50 | (10.64) | 10 | 10 <sup>ème</sup> |
| 2008 | 10 | 132 | 108 | 26 | 114.76 | (8.20) | 11 | 309.22 | (09.66) | 10 | 10 <sup>ème</sup> |
| 2009 | 10 | 92  | 60  | 25 | 103.52 | (7.39) | 12 | 328.25 | (10.26) | 11 | 11 <sup>ème</sup> |
| 2010 | 10 | 88  | 68  | 28 | 108.00 | (7.71) | 10 | 347.00 | (10.84) | 10 | 10 <sup>ème</sup> |
| 2011 | 10 | 108 | 87  | 28 | 109.00 | (7.79) | 11 | 358.70 | (11.21) | 11 | 11 <sup>ème</sup> |
| 2012 | 10 | 121 | 102 | 28 | 148.46 | (10.6) | 11 | 347.02 | (10.84) | 11 | 11 <sup>ème</sup> |
| 2013 | 10 | 109 | 84  | 28 | 111.00 | (7.93) | 13 | 329.00 | (10,28) | 13 | 13 <sup>ème</sup> |
| 2014 | 10 | 185 | 139 | 29 | 152.52 | (12.8) | 12 | 355.50 | (11.11) | 10 | 10 <sup>ème</sup> |
| 2015 | 10 | 161 | 118 | 29 | 127.00 | (9.07) | 13 | 353.52 | (11.05) | 10 | 10 <sup>ème</sup> |

### Statistiques par épreuve

#### **Admissibilité**

##### Épreuve de composition de Sciences de la Vie et de la Santé (SVS) et activité physique

Total candidats inscrits : 161                      Note mini : 1  
 Candidats présents : 115                              Note maxi : 13.25  
 Candidats absents : 46                                Moyenne : 6.16 ± 2.77

##### Épreuve de composition de Sciences Humaines et Sociales (SHS) et activité physique

Total candidats inscrits : 161                      Note mini : 1.5  
 Candidats présents : 116                              Note maxi : 15.25  
 Candidats absents : 45                                Moyenne : 7.29 ± 3.45

##### Épreuve de dissertation de Culture Générale en relation avec les activités physiques et sportives

Total candidats inscrits : 161                      Note mini : 1.00  
 Candidats présents : 118                              Note maxi : 18.00  
 Candidats absents : 43                                Moyenne : 7.41 ± 3.6

#### **Admission**

##### Épreuve de sauvetage

Total de candidats : 29                      Note mini : 3.50  
 Candidats présents : 28                      Note maxi : 20.00  
 Candidats absents : 1                        Moyenne : 13.23 ± 3.60

##### Épreuve APSA

Total de candidats : 29                      Note mini : 4.00  
 Candidats présents : 28                      Note maxi : 19.00  
 Candidats absents : 1                        Moyenne : 9.89 ± 5.07

##### Épreuve d'athlétisme

###### Option

Total de candidats : 6                      Note mini : 6.00  
 Candidats présents : 6                      Note maxi : 15.00  
 Candidats absents : 0                      Moyenne : 11.33 ± 3.13

##### Épreuve de badminton

###### Option

Total de candidats : 8                      Note mini : 7  
 Candidats présents : 7                      Note maxi : 12  
 Candidats absents : 1                      Moyenne : 10.14 ± 1.75

##### Polyvalence

Total de candidats : 11                      Note mini : 5.5  
 Candidats présents : 11                      Note maxi : 15.5  
 Candidats absents : 0                      Moyenne : 10.2 ± 3.07

##### Polyvalence

Total de candidats : 8                      Note mini : 6.5  
 Candidats présents : 8                      Note maxi : 10.5  
 Candidats absents : 0                      Moyenne : 8.38 ± 1.38

##### Épreuve de danse

##### Épreuve d'escalade

Option

Total de candidats : 2      Note mini : 13.00  
Candidats présents : 2      Note maxi : 15.00  
Candidats absents : 0      Moyenne : 14.00 ± 1.41

Polyvalence

Total de candidats : 2      Note mini : 7.00  
Candidats présents : 2      Note maxi : 11.00  
Candidats absents : 0      Moyenne : 9.00 ± 2.83

Épreuve de handball

Option

Total de candidats : 5      Note mini : 8.5  
Candidats présents : 5      Note maxi : 13.5  
Candidats absents : 0      Moyenne : 11.1 ± 2.22

Polyvalence

Total de candidats : 2      Note mini : 9  
Candidats présents : 2      Note maxi : 11  
Candidats absents : 0      Moyenne : 10 ± 1.41

Épreuve de judo

Option

Total de candidats : 2      Note mini : 17.00  
Candidats présents : 1      Note maxi : 17.00  
Candidats absents : 1      Moyenne : 17.00

Polyvalence

Total de candidats : 2      Note mini : 7.00  
Candidats présents : 2      Note maxi : 10.00  
Candidats absents : 0      Moyenne : 8.50 ± 2.12

Épreuve de langue

Épreuve écrite d'anglais

Total de candidats : 29      Note mini : 5.25  
Candidats présents : 28      Note maxi : 16.5  
Candidats absents : 1      Moyenne : 9.83 ± 2.77

Option

Total de candidats : 2      Note mini : 5.5  
Candidats présents : 2      Note maxi : 12.5  
Candidats absents : 0      Moyenne : 9.63 ± 2.41

Polyvalence

Total de candidats : 2      Note mini : 7.5  
Candidats présents : 2      Note maxi : 8.75  
Candidats absents : 0      Moyenne : 8.13 ± 0.88

Épreuve de gymnastique au sol

Option

Total de candidats : 1      Note mini : 7.45  
Candidats présents : 1      Note maxi : 7.45  
Candidats absents : 0      Moyenne : 7.45

Polyvalence

Total de candidats : 2      Note mini : 8.6  
Candidats présents : 2      Note maxi : 10.05  
Candidats absents : 0      Moyenne : 9.33 ± 1.03

Epreuve orale d'anglais

Total de candidats : 29      Note mini : 5  
Candidats présents : 28      Note maxi : 16.25  
Candidats absents : 1      Moyenne : 9.97 ± 3.38

## LES RAPPORTS

### Admissibilité

#### Composition de Sciences de la Vie (SV) et activité physique

Sujet 1 :

«Le marathon de Paris s'est couru le 15 avril 2012 par une température idéale de 10°C : il a vu son nouveau record établi par Stanley Biwott en 2h 05min et 10s. A l'inverse, huit jours plus tard, le marathon de Boston se courait par 30°C : cette chaleur considérable a augmenté de 10 minutes le temps des meilleures performers, impact majeur (+8%) par

**rapport aux vainqueurs de 2011, mais elle a aussi multiplié par 4 le nombre d'interventions médicales». Après avoir décrit les principaux mécanismes de la thermorégulation en environnement chaud, vous expliquerez plus précisément de quelle(s) façon(s) ils interagissent avec les adaptations physiologiques à l'exercice physique et expliquent les observations ci-dessus.**

Le sujet était un sujet de physiologie traitant de la thermorégulation en environnement chaud et de ses interactions avec l'exercice physique. Le sujet demandait que les candidats présentent d'abord les mécanismes physiologiques de thermorégulation (conduction, convection, radiation, évaporation), en les décrivant du point de vue de la physiologie. Dans une seconde partie, les interactions avec l'exercice physique étaient attendues. La question était donc rédigée de telle façon que les candidats aillent du général au particulier : depuis la physiologie de la thermorégulation en général à sa mise en contexte dans le cas de l'exercice physique. Cette année encore, la grande majorité des candidats a traité directement de l'exercice physique avec une approche «de terrain» très (trop) marquée et en oubliant la physiologie. Ceci s'est traduit dans les copies par un traitement très descriptif et souvent avec des recommandations (par ex. : «il faut boire pour compenser la transpiration»). L'approche «de terrain» n'a de sens que si elle s'appuie sur une connaissance des mécanismes mis en jeu, montrant ainsi le recul du candidat par rapport à la pratique et, donc, sa capacité à la faire évoluer. Seules quelques copies (moins de dix) ont montré ce recul. Dans ce type d'épreuve, on ne saurait trop conseiller aux candidats de garder en mémoire qu'il s'agit d'une épreuve de physiologie de l'exercice physique. Il est donc attendu des candidats qu'ils démontrent leur capacité à faire le lien entre théorie (connaissances scientifiques issues du «laboratoire») et pratique (le «terrain»). Il s'agit d'un exercice difficile qui demande un vrai effort de synthèse entre ces deux types de connaissances. Cette capacité repose sur une compréhension de la physiologie de l'exercice suffisante pour être mise en lien avec les connaissances de terrain. Il s'agit là d'une vraie compétence, qui dépasse à la fois la simple connaissance d'un simple cours théorique ou d'une pratique sportive.

## **Sujet 2 :**

### **Questions de connaissance**

- 1. Définissez les conditions d'équilibre mécanique d'un système.**
- 2. Définissez le moment cinétique d'un système et énoncez le théorème du moment cinétique. Quels sont leurs équivalents pour le mouvement en translation ? Dans quelles situations le moment cinétique d'un sportif est constant ?**
- 3. Définissez le travail mécanique d'une force  $\vec{F}$  constante sur un déplacement rectiligne  $\overline{AB}$ . Définissez la puissance mécanique moyenne de cette force  $\vec{F}$ . Donnez deux systèmes permettant d'estimer la puissance mécanique développée par un sportif.**

**Exercice : Evaluation de la détente verticale- Analyse biomécanique d'un saut de contre haut.**

**Lors d'une expérimentation, un sportif effectue des sauts de contre haut (drop jump, DJ) tels que représentés sur la figure 1. Le sportif a pour consigne de conserver les mains positionnées à la taille et de fléchir le genou à une valeur  $\theta$  imposée lors de l'impulsion. L'étude du mouvement du sportif est réalisée à l'aide d'une plate-forme de force et d'un caméscope numérique placé dans un plan sagittal au sportif. La plate-forme de force permet d'obtenir l'évolution de la composante verticale ( $R_z(t)$ ) de la force de réaction du sol, selon la figure 2.**

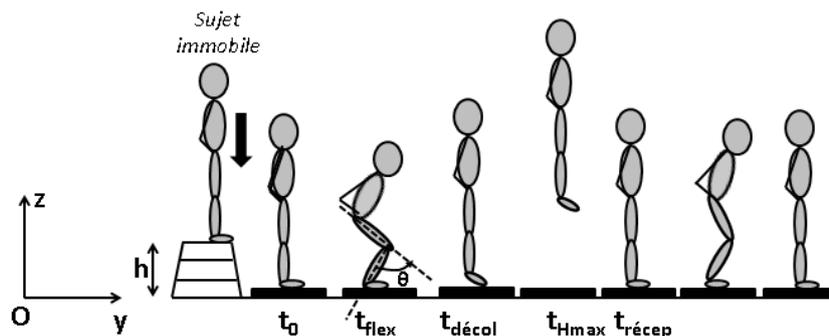


Figure 1 : Drop jump et phases du mouvement :  $t_0$  : instant d'impact sur la plate-forme de forces,  $t_{flex}$  : instant de flexion maximale,  $t_{décol}$  : instant de décollage,  $t_{Hmax}$  : instant d'atteinte de la hauteur maximale,  $t_{récep}$  : instant de réception.

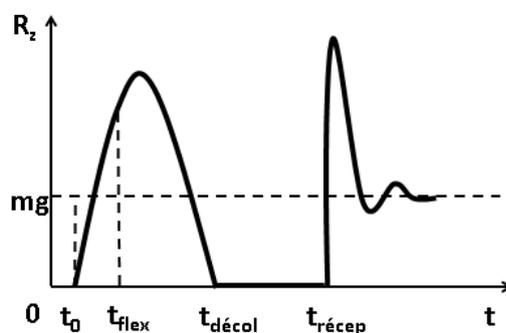


Figure 2 : Evolution de la composante verticale  $R_z(t)$  de la force de réaction du sol lors du drop jump.

1. Rappelez les modalités d'exécution d'un squat jump (SJ). Décrire les principales actions musculaires (muscles et types de contraction) mises en jeu lors du DJ ainsi que les mécanismes permettant d'expliquer une performance supérieure en DJ en comparaison à un SJ.
2. L'expérimentateur souhaite vérifier le niveau de flexion du genou ( $\theta$ , cf. figure 1). Détaillez la méthodologie et les calculs nécessaires pour estimer le plus précisément possible cet angle  $\theta$ .
3. Rappelez le principe de mesure d'une plate-forme de force. D'où provient la valeur «  $mg$  » enregistrée par la plate-forme (figure 3) ? Comment peut-on l'obtenir ? Faites le bilan des forces externes appliquées au sportif lors de la phase d'impulsion.
4. En partant de la 2<sup>ème</sup> loi de Newton, déduisez l'expression générale de la position verticale du centre de gravité du sportif ( $Z_G(t)$ ). On suppose les frottements de l'air négligés.
5. Montrez que la vitesse verticale du centre de gravité à l'impact sur la plate-forme dépend de la hauteur ( $h$ ) du contre haut selon l'expression :  $V_z(t_0) = -\sqrt{2gh}$ .
6. Tracez sur la figure 3 l'allure de la courbe de la vitesse verticale du centre de gravité ( $V_z(t)$ ) et de la position verticale du centre de gravité ( $Z_G(t)$ ) entre les instants  $t_0$  et  $t_{récep}$ . Justifiez mathématiquement ces tracés.

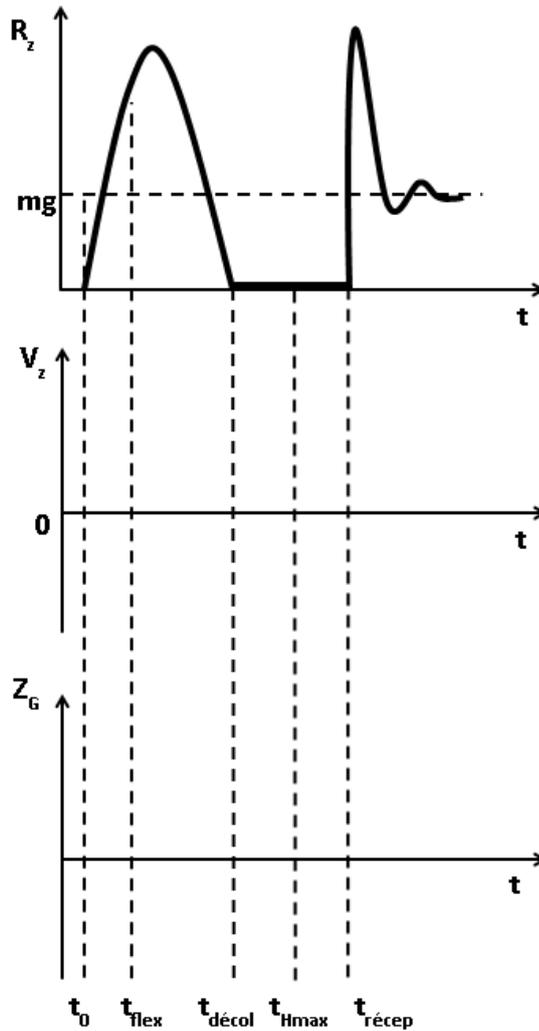


Figure 3: Correspondance temporelle entre  $R_z(t)$ ,  $V_z(t)$  et  $Z_G(t)$ .

7. Quel peut-être l'intérêt d'augmenter la fréquence d'échantillonnage de la plate-forme de force par rapport à l'estimation de  $Z_G(t)$ ? Justifiez.
8. On assimile le corps du sujet à un système de type « masse-ressort » (ressort supposé linéaire dont la variation de longueur  $\Delta l$  est proportionnelle à la force  $F$  de traction/compression :  $F = k \cdot \Delta l$ ). Décrivez la méthodologie permettant de déduire la raideur  $k$  du système? En quoi ce paramètre peut être utile pour une évaluation biomécanique du sportif?
9. En quoi l'utilisation libre des bras durant l'impulsion peut affecter les résultats? Justifiez.

### Le rapport :

#### 1. Commentaires généraux

#### Questions de connaissances :

- Méconnaissance du mouvement en rotation : équilibre en rotation non abordée dans les conditions d'équilibre mécanique d'un système, notion de moment cinétique mal définie, confusion moment de force et moment cinétique.
- Méconnaissance des aspects énergétique de base du mouvement : travail et puissance mécanique d'une force.

### Exercice : Commentaires généraux

- Connaissance limitée des règles de base en mathématiques : trigonométrie, vecteur / projection sur un axe (manque de rigueur), produit scalaire.
- Bilan des forces : mauvaises connaissances des forces externes agissant sur l'homme en mouvement (confusion forces d'action / réaction, frottements mal).
- Confusion plate-forme de force et plate-forme de pression.
- Méconnaissance du calcul intégral pour la trajectographie.
- Méconnaissance de l'interprétation graphique d'une intégrale.
- Question 4 : un certain nombre de candidats effectue l'analyse du CG pour la phase de vol, mais la question exigeait une analyse générale c'est-à-dire incluant la phase d'impulsion. Il était à noter que Rz varie en fonction de t (Rz(t), (cf. figure 2), ce qui impliquait une intégration numérique pour le calcul de Vz(t) et de z(t).
- Question 5 : un grand nombre de candidats commentent l'équation au lieu de la démontrer.
- Question 7 : les réponses ne sont pas suffisamment étayées.

### 2. Correction succincte (exercice) : Evaluation de la détente verticale - Analyse biomécanique d'un saut de contre haut.

- *Décrire les principales actions musculaires (muscles et types de contraction) mises en jeu lors du DJ ainsi que les mécanismes permettant d'expliquer une performance supérieure en DJ en comparaison à un SJ.*

Contraction concentrique des extenseurs du genou en flexion, contraction excentrique des extenseurs du genou + fléchisseurs plantaires pendant l'extension.

Mécanisme : action pliométrique → Cycle étirement détente → stockage restitution d'énergie potentielle élastique

- *L'expérimentateur souhaite vérifier le niveau de flexion du genou ( $\theta$ , cf. figure 1). Détaillez la méthodologie et les calculs nécessaires pour estimer le plus précisément possible cet angle  $\theta$ .*

Mesure de l'angle par analyse vidéographique : marqueurs placés sur repères anatomiques identifiables et standardisés (ex : H : Hanche (grand trochanter), G : Genou (épicondyle latéral), C : malléole latérale). Faire schéma.

$$\theta = (\vec{HG}, \vec{GC}) \rightarrow \theta = \text{Acos} \left( \frac{x_{HG} \cdot x_{GC} + y_{HG} \cdot y_{GC}}{\|\vec{HG}\| \cdot \|\vec{GC}\|} \right)$$

- *Rappelez le principe de mesure d'une plate-forme de force. D'où provient la valeur « mg » enregistrée par la plate-forme (figure 3) ? Comment peut-on l'obtenir ? Faites le bilan des forces externes appliquées au sportif lors de la phase d'impulsion.*

PFF composée d'un cadre rigide + plateau équipé de plusieurs capteurs de forces (détailler principe de fonctionnement) permettant l'accès aux forces + moments (couples) s'exerçant sur la structure métallique rigide (permet d'estimer la trajectoire du centre de pression).

Mesure du poids en statique avant l'acquisition du mouvement.

Détailler le bilan de forces externes appliqués au sportif : Poids + réaction du sol.

- *En partant de la 2<sup>ème</sup> loi de Newton, déduisez l'expression générale de la position verticale du centre de gravité du sportif ( $Z_c(t)$ ). On suppose les frottements de l'air négligés.*

Rappeler la Relation Fondamentale de la Dynamique (RFD), la projeter sur l'axe vertical (z), isoler l'accélération verticale ( $a_z = (R_z - mg)/m$ ) puis par intégrations successives exprimer Vz(t) et z(t). Ne pas oublier les conditions initiales : Vz0 = 0 et z0 = h.

- Montrez que la vitesse verticale du centre de gravité à l'impact sur la plate-forme dépend de la hauteur ( $h$ ) du contre haut selon l'expression :  $V_z(t_0) = -\sqrt{2gh}$ .

Il s'agit d'une analyse en chute libre jusqu'à l'impact du sportif avec le sol. Reprendre les équations en trajectographie, faisant intervenir les intégrations successives :  $az = -g \rightarrow Vz = -gt + v_{z0}$  avec  $v_{z0} = 0 \rightarrow z(t) = -1/2 g t^2 + z_0$  avec  $z_0 = h$  (hauteur du contre haut).

A l'impact ( $t = t_0$ ) :  $z_G(t = t_0) = 0 \rightarrow t_0 = t_0 = \sqrt{\frac{2h}{g}} \rightarrow V_z(t_0) = -\sqrt{2gh}$ .

- Tracez sur la figure 3 l'allure de la courbe de la vitesse verticale du centre de gravité ( $V_z(t)$ ) et de la position verticale du centre de gravité ( $Z_G(t)$ ) entre les instants  $t_0$  et  $t_{\text{récep}}$ . Justifiez mathématiquement ces tracés.

Cette question nécessite de procéder par intégration en respectant les étapes :  $Rz(t) \rightarrow$  par intégration :  $V_z(t) = \int \frac{Rz(t)-mg}{m} dt \rightarrow z(t) = \int V_z(t). dt$

Cette question nécessite de maîtriser le sens mathématique et l'interprétation graphique d'une intégrale. Il s'agit donc de construire : 1. l'aire sous la courbe  $(Rz(t)-mg)/m$  pour obtenir  $V_z(t)$  2. l'aire sous la courbe  $V_z(t)$  pour obtenir  $z_G(t)$ . Pour construire correctement ces deux courbes, il était également nécessaire de retrouver les événements caractéristiques du saut tels que :

Pour  $V_z(t)$  :  $V_z(t_0) = -\sqrt{2gh}$  ; passage par  $V_z = 0$  à  $t_{\text{flex}}$  ;  $V_z = V_{z\text{max}}$  à  $t_{\text{décol}}$  ;  $V_z = 0$  pour  $t_{\text{max}}$ , pente de la courbe =  $-g$  entre  $t_{\text{décol}}$  et  $t_{\text{récep}}$  car il s'agit d'une phase en chute libre  
 Pour  $Z(t)$  :  $z_0 = h$ ,  $z < 0$  à  $t_{\text{flex}}$ ,  $z = 0$  au décollage,  $z > 0$  entre  $t_{\text{décol}}$  et  $t_{\text{récep}}$ ,  $z = z_{\text{max}}$  à  $t_{\text{Hmax}}$ ,  $z = 0$  à  $t_{\text{récep}}$ .

- Quel peut-être l'intérêt d'augmenter la fréquence d'échantillonnage de la plate-forme de force par rapport à l'estimation de  $Z_G(t)$ ? Justifiez.

On peut estimer l'aire sous les courbes  $(Rz(t)-mg)/m$  puis  $V_z(t)$  par différentes méthodes numériques, par méthode des rectangles par ex (illustrer graphiquement). Si l'intervalle de temps entre deux points de mesure ( $dt$ ) est faible, cette estimation est meilleure, ce qui est possible avec une fréquence d'acquisition importante. Ceci permettra donc une meilleure approximation de  $z_G(t)$ .

- On assimile le corps du sujet à un système de type « masse-ressort » (ressort supposé linéaire dont la variation de longueur  $\Delta l$  est proportionnelle à la force  $F$  de traction/compression :  $F = k. \Delta l$ ). Décrivez la méthodologie permettant de déduire la raideur  $k$  du système ? En quoi ce paramètre peut être utile pour une évaluation biomécanique du sportif ?

Par une analyse couplant une approche dynamique (plate forme de force) et cinématique (vidéographie), et en faisant l'analogie du corps avec un système masse ressort, on peut obtenir  $k_{\text{max}} = \frac{Rz_{\text{max}}}{\Delta z_G}$  au moment de la flexion maximale (faire schéma). A cet instant ( $t = t_{\text{flex}}$ ),  $\Delta z_G = z_0 - z_{\text{min}}$ . Il est ainsi possible d'obtenir la raideur du système masse-ressort correspond au corps entier.

Paramètre  $k$  fondamental pour l'évaluation du sportif :

- rend compte des qualités physiques du sportif (qualités pliométriques par ex.),
- il un paramètre impacté par l'entraînement, l'expertise, l'âge, la spécialité sportive (ex : coureur demi-fond vs. sprinteur)

- En quoi l'utilisation libre des bras durant l'impulsion peut affecter les résultats de détente verticale? Justifiez.

L'utilisation des bras peut améliorer la performance :

- Meilleures conditions initiales du problème en trajectographie : CdG plus haut, vitesse verticale de déplacement du CdG accrue.
  - Mise en tension des extenseurs de la cuisse et utilisation accrue du cycle étirement détente + augmentation de la force de réaction du sol
- Dans cette situation, la performance peut être liée à l'action combinée des bras et des jambes. Il est donc parfois proposée de standardiser la posture (mains à la taille par ex.) pour limiter l'action des bras et leur impact dans la mesure de la détente.

## Composition de sciences humaines et sociales et activité physique

### **Sujet 1 :**

«Dans quelles mesures le sport est-il le reflet des luttes sociales ?».

S'il présente, en apparence, à une interrogation sur les luttes de classes et donc, en cela, sur les tensions d'origine sociologique entre les adeptes du mouvement, il ne saurait s'y réduire. Aussi, dans un intitulé relativement succinct se cachaient de nombreux pièges.

Tout d'abord, la notion de «luttes sociales» renvoient à ce qui affecte l'unité de la société. Il ne saurait y avoir de *luttes anthropologiques* qui ne trouvent de répercussion légitime dans l'espace social mais encore fallait-il décrire le passage d'un niveau discursif à un autre. Il était donc bon de prendre en compte les facteurs qui définissent «ce que faire société veut dire». Dans bien des cas, les candidats se sont contentés de faire mention des différences postures sociales, des inégalités mais plus rarement, ils ont fait converger ces inégalités sur l'espace de la lutte et de la confrontation. Pour preuve, rares sont les appositions qui viennent se frotter l'une à l'autre par l'usage de verbes actifs : s'insurger, s'opposer, défier, imposer, confronter... Bref, nombre de candidats évoquait l'idée de faire du gris en présentant le noir et le blanc, mais en oubliant de dire qu'il faut les mélanger. A un autre niveau, le terme est pluriel et appelait en ce sens plusieurs luttes. La lutte contre l'inégalité économique en décrivant les «pauvres» d'un côté et les «riches» de l'autre s'avérait une lecture insuffisante. Pour qu'il y ait lutte, il faut un enjeu et des vecteurs. Chacun devant être identifié dans sa nature et dans son mode d'action.

Ensuite, la notion de sport est parfois définie et, parfois, utilisée de façon à éclairer davantage la réponse. Le risque de devenir un impensé du sujet est parfois grand. Nous retrouvons alors des copies mentionnant la définition de Pierre De Coubertin afin d'en valoriser la nature excessive, puis un traitement du sujet qui reste dans la période très actuelle sous un angle *a priori* sociologique.

Enfin, il devient possible de travailler la notion de reflet. Certains l'ont fait de manière plus simple en considérant que le sport renvoyait à la lutte mais sans appréhender la distorsion pouvant exister entre le sujet et son image réfléchi. C'est le jeu qui pouvait être intéressant pour rendre compte d'un possible effet loupe ou d'un effet idéologisé de la pratique sportive selon la culture en action dans la temporalité sociale concernée. Ces nuances étaient par ailleurs induite par l'entrée en matière, elle-même au pluriel : «dans quelles mesures...». Il était donc plausible d'avoir des réponses échelonnées selon la nature de la (non-)distorsion de la lutte à travers le filtre d'une activité qui serait identifiée comme sport.

A l'issue de cette première analyse du sujet, nous devons soulever des erreurs importantes et, au demeurant, récurrentes.

La convocation brutale et aveugle de Marcel Mauss considérant «*le sport comme un phénomène social total*» est extrêmement dommageable. Non seulement l'auteur parlait d'une autre pratique humaine et c'est ultérieurement que l'appréhension de l'ethnologue pour identifier la diffusion du sport s'est généralisée. En 1923, il est de plus extrêmement improbable que Mauss se soit penché sur la pratique de loisir en ce sens. De plus, la notion de «phénomène social total» exige d'avoir travaillé sur ce qu'était le social et d'avoir rendu compte des implications d'une telle formule. L'inclusion totale d'un processus dans les espaces sociaux exige qu'elle soit non seulement physique, mais aussi psychologique ; elle ne doit pas seulement introduire une logique collective,

elle doit surtout tracer son chemin jusque dans l'espace individuel. Bref, un terme aussi fort doit être immanquablement explicité.

Sur un autre point, les combats ethniques, politiques, combats sociaux et luttes sociales sont souvent confondus. L'exemple des Jeux Olympiques de Mexico, lorsque Tommie Smith et John Carlos brandissent leur poing ganté au ciel, constitue un piège patent si les explications ne rapportent pas assez la démonstration jusqu'à la logique de lutte sociale. De nombreux gants se sont donc élevés vers le ciel de la démonstration et sont retombés dans le vide d'une argumentation à peine esquissée.

Une autre erreur récurrente consistait à prendre l'exemple de la féminisation des pratiques et les multiples luttes pour l'émancipation des femmes sans jamais s'interroger en quoi le sport féminin représentait, ou non, une lutte sociale émancipatrice. Le comble se situe parfois dans les illustrations, plaçant Suzanne Lenglen en fer de lance d'un combat qu'elle ne représente aucunement, ni dans sa logique à laquelle elle ne s'attaquait pas, ni dans sa gestuelle.

Enfin, malgré leur préparation, certain(e)s candidat(e)s tentent non pas de plier leur connaissance au sujet mais de plier le sujet à leur connaissance. A travers une généralisation d'un phénomène sportif, reflet des évolutions de la société, l'esquive empêche de saisir le cœur du sujet et... *in fine*, de sa réponse.

La problématique de Ph. Gaboriau (*Le vélocipède, lenteur des riches, vitesse des pauvres*, 1981) comme celle de la «guerre des styles» en rugby par Ch. Pociello (1983) sont, à l'instar de l'espace des sports, souvent mises en avant, mais leur implantation dans les mutations démocratiques de la société française reste souvent trop faible, voire absente. Les travaux d'Ehrenberg sur l'individualisme démocratique (2004) pouvaient donc compléter heureusement la démonstration quant au paradoxe sportif prônant l'égalité en même temps que la méritocratie...

Pourtant, après cette mise à l'index des difficultés rencontrées à la lecture des copies, des efforts sont reconnus pour développer un esprit critique citer des auteurs de courants anti-sportif (Brohm, M. Bernard, C. Pujade-Renaud, etc.). D'ailleurs, l'insertion de références pertinentes est louable. Il serait encore plus judicieux que celles-ci ne cohabitent pas avec des références farfelues, inventées, quand elles ne sont pas ineptes. Les références ne sont là que pour conduire la réflexion dans le lit déjà creusé par des esprits antérieurs. Le procédé visant à faire de la référence une poudre aux yeux piquent très rapidement les correcteurs tant il est peu universitaire et peu respectueux des travaux scientifiques des collègues.

Au niveau de la forme, il reste également une tendance aux hiéroglyphes qui fatiguent davantage les correcteurs et rend peu accessible la démonstration à travers un exercice de déchiffrage plus que de compréhension. L'orthographe s'est lui également relâché après plusieurs années de lente amélioration sur ce point.

**Nous tenons à rappeler l'utilisation d'une grille de lecture discriminante, dont les points haut et bas sont volontairement utilisés pour distinguer les copies. Il ne s'agit pas de la valeur absolue du travail présenté.**

**Bandeau (aux réductions orthographiques et valorisation de style près)**

|        |  |
|--------|--|
| 1 à 4  | Ce niveau le plus bas recueille des discours faisant une confusion directe entre le «sport», pris au sens large, et la politique en tant que phénomène naturalisé et monolithique.<br><p style="text-align: center;">SPORT</p> |
| 5 à 8  | Définition du sport seul et juxtaposition à la lutte sociale sans mise en relation. Beaucoup de copies dans ce cas .<br><p style="text-align: center;">SPORT</p>   |
| 9 à 12 | Dans cette partie de bandeau, les copies définissent et mettent en relation sport et luttes sociales selon l'idée de lutte.<br><p style="text-align: center;">SPORT + LUTTE</p>  |

|         |  |
|---------|--|
| 13 à 16 | A ce niveau, ce sont les diversités de reflet qui viennent accroître la pertinence de la réponse. Les définitions et les liens sont effectifs et, de plus, contextualisés.<br>SPORT + LUTTE + MIROIR             |
| 17 à 20 | Les quelques copies de ce niveau de bandeau ont su ajouter un support théorique pertinent et tenu sur toute la durée du travail aux éléments présentés dans le niveau précédent.<br>SPORT + LUTTE + MIROIR + REF |

*Perles :*

- Max WEIBER
- «Le sport est l'opium du peuple» disait Marx
- «Les enfants des classes ouvrières sont moins aptes de poursuivre ses études pour obtenir un meilleur travail».
- etc.

**Sujet 2 :**

**Chez un/e élève, un/e sportif/ve, les résultats antérieurs (par exemple : victoire, défaite, bonne ou mauvaise performance, ...) sont cités comme étant une des sources principales d'évaluation de son sentiment d'efficacité personnelle. Comment envisageriez-vous, en tant qu'éducateur/trice dans le domaine des activités physiques sportives et artistiques, de prendre en compte cette assertion dans vos modalités d'intervention ?**

**1- Le sujet dans le contexte du concours**

Il y a quelques années que l'épreuve d'admissibilité en Sciences Humaines et Sociales (SHS) comporte deux sujets à traiter (un sur des éléments de sciences humaines, un sur des éléments de sciences sociales) dans le temps imparti de 4 heures. Le jury avait tenu à rappeler plusieurs fois que l'épreuve s'inscrit dans cette logique de production définie par l'organisation particulière de l'épreuve. Il semble que, de manière globale, les candidat(e)s aient maintenant intégré cette logique et sont en capacité (pour la plupart) de développer leur réflexion sur les éléments relatifs aux deux parties de l'écrit dans les 4 heures imparties par le règlement du concours. En d'autres termes, en tous les cas pour la partie relative aux éléments de sciences humaines, les copies blanches et/ou très insuffisamment développées par manque de temps sont maintenant de l'ordre de l'exception. Si tel est encore le cas, il semble que ce soit plutôt pour des raisons liées à une difficulté à répondre correctement aux demandes du sujet.

Le jury tient encore une fois à rappeler que les attendus spécifiques de l'épreuve indiquent que celle-ci porte sur trois pôles (rappel : « Éléments de sciences humaines : Développement et apprentissages moteurs et décisionnels : théories, lois, modèle ; Motivation émotions, personnalité et leur importance dans la pratique sportive ; Dynamique des groupes et sport. ». À cet égard, il a été important pour le jury de poser des sujets qui, ces dernières années, recouvrent selon une relative alternance l'ensemble de ces éléments. Il semble, à cet égard, que beaucoup de candidats/tes (est-ce un effet de certaines formes de préparation au concours dans certaines UFR ou certains départements STAPS ?) n'envisagent toujours le développement de leur argumentaire que dans ce qui pouvait être perçu comme un axe unique de questionnement issu de conceptions antérieures, à savoir les relations entre les « variables et/ou contextes motivationnels » et le « développement et apprentissage moteurs et décisionnels » dans le cadre de l'éducation physique et sportive. D'autres aspects, telles les mises en œuvre, mais également d'autres domaines comme celui de la pratique sportive (de plus ou moins haut niveau sont susceptibles d'être convoqués pour répondre au sujet.

Le jury rappelle à nouveau que s'il ne peut être exigé des candidat(e)s de connaître de manière parfaite l'ensemble des domaines évoqués, on doit pouvoir s'attendre à ce que ceux-ci puissent au moins définir les principaux concepts d'un sujet, appuyer ces définitions sur des références

bibliographiques précises et connaître les principales théories et auteurs s'y référant. Cela n'a pas été, encore une fois le cas dans un sujet dont les « mots-clés » portaient sur deux notions pourtant présentes dès les premières années de formation dans les UFR et départements STAPS, à savoir celle de « performance » et celle de « sentiment d'efficacité personnelle ». Nous développerons nos attentes dans le point suivant et qui concerne l'analyse spécifique du sujet.

## 2- Analyse du sujet

Le sujet s'appuyait sur quatre notions : deux principales : « performance » et « sentiment d'efficacité personnelle [SEP] », et deux secondaires : « résultats antérieurs » et « modalités d'interventions ». Le traitement du sujet n'était pas fermé, mais nous nous attendions à ce que, globalement, les réponses apportées fassent références aux travaux d'Albert Bandura et aux quatre sources définies par ce dernier du SEP, à savoir : les résultats antérieurs, l'expérience vicariante, les encouragements ou supports des autrui significatifs, et les états émotionnels. Nous renvoyons à la lecture des deux écrits suivants :

- Albert Bandura (trad. Jacques Lecomte), *Auto-efficacité : Le sentiment d'efficacité personnelle* [« *Self-efficacy* »], Paris, De Boeck, 2007, 2<sup>e</sup> éd. (1<sup>re</sup> éd. 2003)
- Philippe Carré, *De l'apprentissage social au sentiment d'efficacité personnelle : autour de l'oeuvre d'Albert Bandura*, coll. « Savoirs », 2004 [et plus généralement autour de ce numéro spécial consacré à ce thème].

Ce fut assez loin d'être le cas.

Du point de vue de la définition des termes du sujet, si nous voyons bien que les candidats/tes ont tout à fait conscience que celle-ci est attendue [la démarche est donc bien présente], celle-ci est faite soit de manière inconsistante, et mécanique. En effet, il est apparu, par exemple, que les candidats ont eu le plus grand mal à : (1) définir l'ensemble des termes du sujets, (2) à donner une définition correcte des termes. La conséquence a été que le SEP a de nombreuses fois été assimilé à des concepts pouvant apparaître proches mais en réalité différents (e.g., confiance en soi, sentiment de compétence, estime de soi,...), la concept de performance peu ou pas défini (il ne manque pourtant pas de définition dans l'ensemble des glossaires consacrés au sport, à l'éducation physique et à la préparation au concours (e.g., « La performance, c'est le résultat de l'action », Paul Goirand, 2005, in Forum International de l'EPS, « ES et Société », p. 1, ou encore « La performance quant à elle renvoie au comportement manifeste et actuel du sujet », Didier Delignières, 2004, Difficulté de la tâche et performance, In La Rue ; J. & Ripoll, H. (Eds), Manuel de psychologie du sport, tome 1 (pp.85-112), Paris, Ed. Revue EPS). Les précisions quant à ce que recouvraient pour les candidat/tes les « résultats antérieurs » et les « modalités d'intervention » ont été quasiment toujours absentes.

Au final, nous avons de nouveau constaté la difficulté à mettre en perspective ou en tension les des termes du sujet afin de faire émerger une véritable problématique.

Nous avons eu de nombreuses fois le sentiment que finalement, peu importe le sujet qui est posé, les candidats/tes avaient surtout pour objectif de ramener le sujet à leurs propres connaissances et que tous leurs efforts étaient consacrés à redéfinir celui-ci à une problématique et un questionnement largement « préétablis ». Ainsi, par exemple, avons- nous pu constater avec le glissement de la définition du SEP vers la notion de compétence, que les candidats/tes « déroulaient » ensuite toutes leur connaissances liées à la Théorie des Buts d'Accomplissement. À ce propos (puisque la théorie des buts d'accomplissement était particulièrement à l'honneur dans les copies) il s'agirait d'en finir définitivement avec des références scientifiques déjà anciennes (par exemple, si la théorie des but d'accomplissement est convoquée, alors il faut prendre en compte les dernières évolutions de cette dernière, en y incluant les réflexions autour de notion d'approche-évitement soutenues par les modèles dit « 2 x 2 », même si, à notre avis ce n'était pas, encore une fois, la meilleure assise théorique à évoquer pour traiter le sujet de cette

année. Il faudrait également que la confusion entre la théorie des buts d'accomplissement et celle de la « fixation des buts » (*goal setting*, Locke et Latham, 2006 pour publication récente, [Locke, Edwin A.](#); Latham, Gary P. (October 2006). "[New directions in goal-setting theory](#)". [Current Directions in Psychological Science](#) 15, 265-268 ; le lecteur pourra également se référer aux publication de Famose et Sarrazin dans le domaine, cf. Dossier EPS). Cette dernière théorie était d'ailleurs bien plus pertinente pour traiter le sujet que la TBA.

Au final, l'impression (déjà signalée supra) laissée au jury est celle de connaissances qu'il s'agira de « placer » à partir d'un problématique minimale, peu importe le sujet.

Il était principalement attendu que les candidat(e)s fassent « travailler » le sujet à partir des « modalités d'intervention ». Bien entendu, cela ne pouvait être référé qu'à l'ensemble des sources de construction du SEP et du paradoxe qui, par exemple, peut survenir que l'augmentation du SEP se fait si l'élève réussit, oui... mais sur des tâches « difficiles » ! L'éducateur doit alors « travailler » son sujet afin de proposer à l'élève qui est placé sous sa responsabilité des tâches « difficiles » (si on réussit dans des tâches trop simples, cela peut même miner le SEP, car cela peut être interprété comme le fait que « même l'enseignant pense que je ne possède pas les qualités ou capacités menant à la réussite, la preuve, il ne me propose que des choses faciles à réaliser »), mais également faire en sorte qu'il réussisse. Comme cela n'est pas facile à faire, peut-être alors fallait-il se tourner vers les autres « sources » du SEP, à savoir : un « climat pédagogique » soutenant l'autonomie et la compétence de l'élève, des modes de regroupement et de travail permettant des expériences vicariantes soutenant la construction d'un SEP positif.

Il nous semble qu'à cet égard, des connaissances et des exemples pouvaient être trouvés dans des ouvrages et publications accessibles à des étudiants/tes de premier cycle en STAPS. Pour exemple :

- Delignières, D. (Ed.) (2000). *L'effort*. Paris, Ed. Revue EPS.
- Tessier, D. (Ed.) (2013). *La motivation*. Paris, Ed. Revue EPS.
- Sarrazin, P. & Famose, J.-P. (2005). Plus c'est difficile et mieux je réussis ! Étude des liens entre les buts fixés, l'efficacité personnelle et la performance sportive. *Bulletin de Psychologie*, 58(1), 107-111.
- Tessier, D., Sarrazin, P., et Trouilloud, D. (2006). Climat motivationnel instauré par l'enseignant et activités d'apprentissage des élèves : l'état des recherches. *Revue Française de Pédagogie*, 157, 147-177.
- Ubaldi, J.-L. (Ed.) (2005). *Les compétences*. Paris, Editions Revue EPS.

Enfin, et les publications mentionnées supra comportent un certain nombre d'exemples et de recommandations qui auraient permis d'illustrer (attention, les ceux-ci doivent venir appuyer un raisonnement, et non pas s'y substituer) les propos des candidats/tes, il s'agissant également d'illustrer la prise en compte dans les modalités d'intervention. Ceux choisis par les candidats se sont révélés plus souvent descriptifs d'une expérience « toute personnelle » que véritablement argumentatifs.

### **3- Remarques sur les productions des candidat(e)s**

Encore une fois, il s'agit ici de rapporter de la qualité générale des dissertations proposées par les candidat(e)s.

Nous remercions la très grande majorité des candidats/tes qui ont visiblement bien compris la nécessité de présenter des copies qui soient lisibles. L'effort entamé les années précédentes ne s'est pas relâché. Le jury continue d'apprécier celui-ci, même s'il reste quelques productions assez difficiles d'accès.

Cependant, si de manière générale, le jury a également apprécié l'attention que semble porter les candidats/tes à leur orthographe et à leur syntaxe, il continue d'exister une assez grande faiblesse à ce niveau dans certaines copies (cela tourne généralement toujours autour des mêmes choses,

à savoir : accord en genre et en nombre, participes passés,...). Il reste quand même quelques copies indigentes.

Le jury constate également, et toujours comme les années précédentes, une relative faiblesse au regard des connaissances scientifiques (hormis quelques éléments bibliographiques assez larges autour de grandes « références » du champ, par exemple Jean-Pierre Famosé à qui on continue d'attribuer beaucoup, voire même des choses qu'il n'a jamais écrites). La plupart du temps, les auteurs continuent d'être cités de manière approximative et sans véritable référencement. Plus encore, certain(e)s candidat(e)s n'hésitent pas à inventer quelques références, à attribuer des concepts à des auteurs qui n'en sont pas à l'origine.

L'aspect le plus faible des copie est très certainement le fait que perdure une présentation assez mécanique des connaissances. Cette présentation consiste à énoncer des connaissances de manière « empilées » et linéaires, laissant le soin au jury de savoir si, finalement, cela a un rapport avec le sujet. À titre d'illustration, les définitions (par exemple, celle de la motivation de Thill et Vallerand (1993) qui revient très souvent) sont « assénées » plutôt que de venir soutenir un exemple, un argumentaire. Également, nous constatons toujours une faiblesse au niveau de l'enchaînement des parties du devoir, celles-ci se terminant (encore) bien souvent sans qu'aucune transition n'amène la suivante.

Enfin, nous voudrions signaler que les références aux textes régissant les programmes officiels d'EPS à l'école (principalement les BO de 2008 et 2010 pour les collèges, lycées et lycées professionnels) ne sauraient remplacer un véritable argumentaire appuyé sur des références scientifiques correctement maîtrisées. Si cette stratégie peut sans doute s'avérer payante au concours du CAPEPS, celle-ci est bien éloignée des attentes du jury de cette épreuve.

Nous rappelons encore une fois également qu'il faut que les candidat(e)s portent une attention toute particulière à la qualité de leur conclusion.

Au final, les copies peuvent être classées selon la grille suivante :

- Notes de 0 à 3 : Il s'agit ici de copies blanches (pour les notes de 0) et de copies hors sujet et/ou étayées par des banalités. Le déroulement de la copie se fait de manière linéaire sans même le cadre d'une problématique, même simpliste
- Notes de 3 à 6 : Le (la) candidat(e) s'est engagé dans une démarche linéaire et descriptive de connaissances préétablies sans grand rapport avec le sujet, en tentant de respecter une construction problématisée.
- Notes de 7 à 11 : Ce niveau se caractérisait par des copies au questionnement et à la problématique claire et éventuellement pertinente, mais une démonstration peu étayée par des connaissances avérées. Un début de « mise en tension » des termes du sujet était envisagé.
- Notes supérieures à 11 : La mise en tension (et donc de discussion) des éléments du sujet était réalisée. En général, ce sont des copies qui ont véritablement essayé de définir les termes du sujet, de poser une problématique « originale » et qui ont démontré une capacité d'articulation synthétique des connaissances.

#### **4- Quelques conseils pour la préparation de l'épreuve**

Nous pensons, cette année encore (nous reprenons ici mot pour des écrits précédents), qu'il n'est pas inutile de rappeler que les meilleures copies sont celles qui sont écrites :

- En maîtrisant les règles de la syntaxe et de l'orthographe
- En maîtrisant les formes élémentaires de la dissertation : plan, questionnement, problématique, articulation des parties, conclusion (nous continuons d'attirer l'attention sur la qualité de la construction de cette dernière car on peut penser, à la lecture des copies, que pris par le temps les candidat(e)s la néglige).

- En proposant des connaissances référencées à l'appui de leur démonstration, mais également en trouvant des exemples pertinents au regard de leur démonstration.

Nous rappelons également qu'un savoir académique sans véritable réflexion autour du sujet ne suffit pas pour espérer avoir parmi les meilleures notes. L'analyse du sujet et des termes de celui-ci reste primordiale. Nous invitons encore une fois les candidat(e)s à développer une ingénierie méthodologique permettant de traiter correctement les sujets plutôt qu'à procéder par empilement linéaire de connaissances prédigérées et qui servent d'appui au sujet, peu importe la formulation de ce dernier.

### **Dissertation de culture générale en relation avec les activités physiques et sportives**

#### **Sujet :**

**«Je veux écrire le journal de mon corps parce que tout le monde parle d'autre chose» 18 novembre 1936 (*Journal d'un corps*, 2012). En quoi cette affirmation témoigne de la place du corps dans les sociétés contemporaines ?**

La première caractéristique de l'épreuve de cette année est qu'hormis exception, les candidats n'avaient pas lu ce roman et ont donc basé leurs analyses et réponses sur les seuls termes de la question. La façon dont l'auteur, D. Pennac, avait positionné le sujet de ce roman ainsi que ses présupposés philosophiques et historiques n'ont par conséquent pas été interrogés ni identifiés. Du point de vue de la méthodologie de l'épreuve, le jury note l'amélioration assez constante de la qualité des copies rendues. Celles-ci font l'objet d'introductions claires avec le plus souvent des éléments de contextualisation avec la volonté d'une problématisation du sujet. Les parties du traitement sont assez bien distinguées et les candidats cherchent à synthétiser leur propos en fin de copie. De ce point de vue, une certaine homogénéité permet au jury d'accorder toute son attention aux contenus et connaissances proposés.

A l'inverse, la dimension de culture générale de l'épreuve reste, d'année en année, largement sous-estimée par les candidats. Sans forcément mettre en doute l'existence de ce type de connaissance, nous constatons que la majorité d'entre eux la néglige au profit d'approches strictement liées à l'éducation physique et sportive. Le sujet de cette année constituait pourtant le plus clairement possible une invitation à des interrogations beaucoup plus larges, voire fondamentales. Sur ce seul point nous ne pouvons que rappeler l'importance de ces connaissances pour l'affirmation de l'EPS en tant que composante fondamentale du système éducatif.

Du point de vue du fond, nous relevons deux manques importants qui ont marqué beaucoup de copies et qui ont permis aux autres de se distinguer fortement du point de vue des notes obtenues. Le premier point concerne la référence claire à la distinction, si ce n'est l'opposition, entre deux dates éloignées et relativement significatives de la place du corps dans la société. L'auteur contemporain a-t-il interrogé cette place en 1936 muni des conceptions et courants des années 70 ou bien la référence à cette année-là pouvait-elle servir de mode d'entrée unique ? Sur ce point nous ne pouvons que regretter l'absence même d'interrogation. Ceci n'a pas permis véritablement aux candidats de poser la question de ce qui pouvait être le «journal d'un corps». Si certains candidats ont bien tenté de questionner la définition du corps, ils ne l'ont fait que d'un seul point de vue. La culture générale attendue pouvait montrer la capacité de questionner la philosophie tout autant que l'histoire... Le second point concerne de la même façon la référence à une société «environnante» qui ne «parlerait» pas de corps. Outre certaines interprétations caricaturales ou exotiques, nous pouvons regretter que les seuls éléments d'interprétations ne soient restés centrés sur les caractéristiques événementielles de l'époque. Tant les pratiques culturelles qu'artistiques ou sportives de l'époque montraient pourtant certaines conceptions du corps et des pratiques corporelles à mettre en rapport avec la question posée.

Nous ne saurions donc que conseiller encore aux candidats de bien concevoir les problématiques de culture générale, c'est à dire un ensemble de faits, de dynamiques, de contextes au sein desquels un concept est interrogé ou une question est posée. Tant la capacité d'interrogation en elle même que celle de la mise en relation des termes du sujet sont déterminantes et fortement attendues. Que les candidats puissent ensuite en inférer des analyses liées à l'éducation physique et sportive est un élément supplémentaire et heureux vis à vis du cursus espéré. Mais ce sont bien ces compétences premières qui sont évaluées et attendues.

## Admission

### 1-Langue vivante étrangère : Anglais

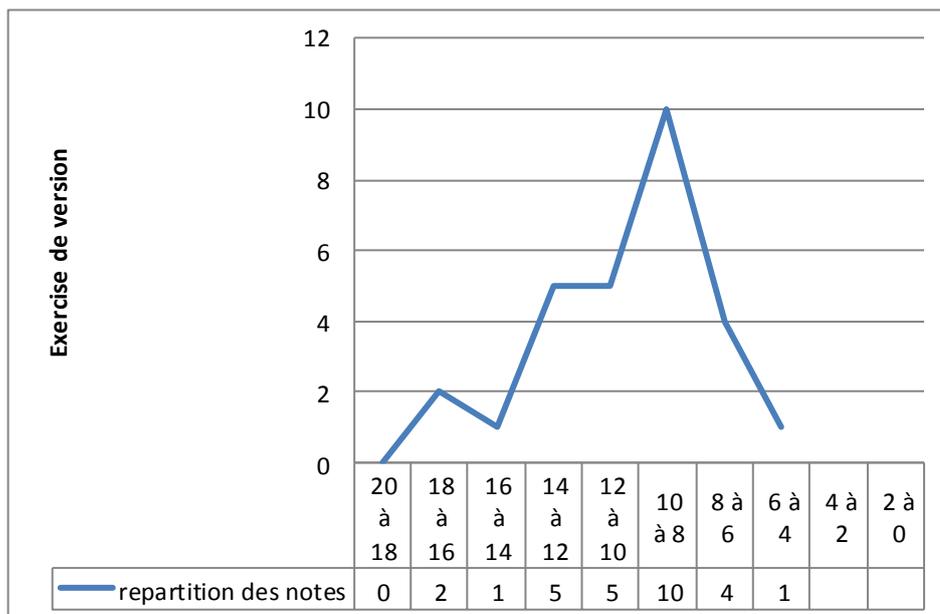
#### Épreuve écrite

L'épreuve écrite est composée de deux exercices distincts - une version et une production écrite. Les deux exercices sont bien complémentaires et apportent une bonne visibilité sur le niveau global d'un candidat. Dans l'ensemble, le jury constate une nette amélioration et maîtrise de la production écrite par les candidats.

Dans la première partie, il est demandé aux candidats de traduire 7 phrases (environ 120 mots) d'un article tiré du site Internet Science Daily : <http://www.sciencedaily.com/releases/2015/05/150520083254.htm>, publié en ligne le 20 mai 2015 et intitulé : « *According to a new study, electric bikes make people cycle longer and more often. The effect is best on women.* Le texte porte sur une étude qui démontre les effets positifs du vélo électrique dans nos habitudes de transport. Cela apporte non seulement un moyen de pratiquer une activité physique mais aussi un moyen de transport écologique. L'effet est plus positif pour les femmes que pour les hommes. Les femmes ont intégrées l'outil dans leur vie quotidienne or les hommes le considèrent toujours comme un outil pour faire du sport ponctuellement.

Le jury a découpé la partie du texte à traduire en 7 unités de traduction, chacune comptant pour un certain nombre de points-faute maximal. Ce découpage permet une évaluation indépendante des différentes unités du texte. Les points-faute sanctionnent, par ordre croissant de gravité : les fautes d'accent et d'orthographe ; les maladresses et les faux-sens ; les contresens, les fautes de temps et de détermination nominale ; les non-sens et les fautes de syntaxe. Des points bonus ont été attribués pour la qualité de la langue française, le style, la pertinence et la cohérence de la traduction proposée.

Ci-dessous une graphique représentant la répartition des notes pour cet exercice

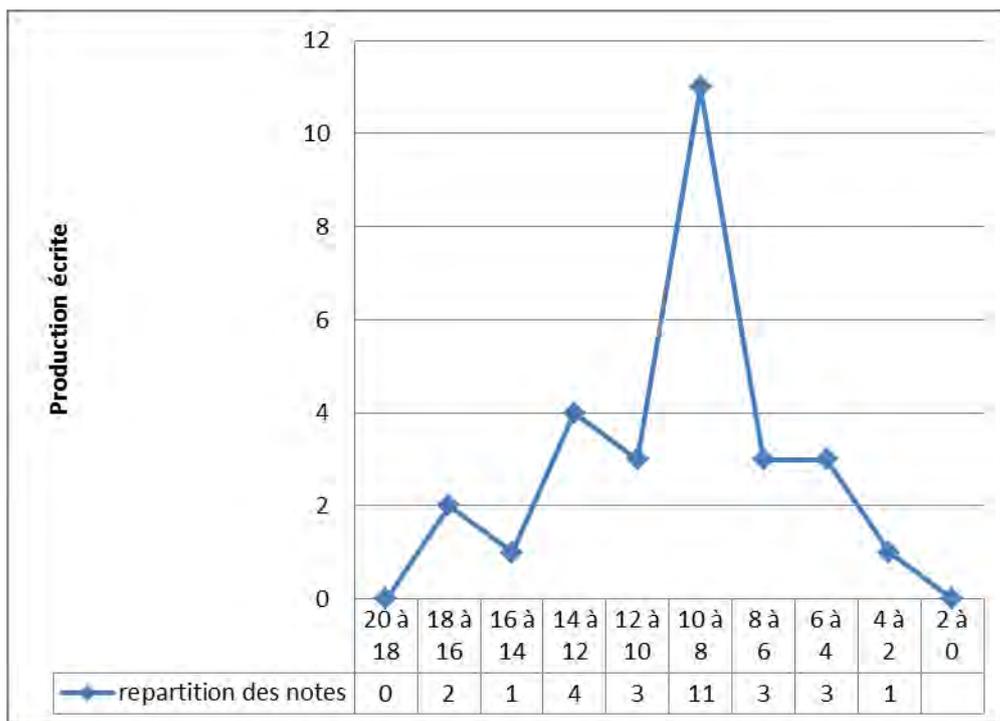


Le texte ne présentait pas de difficultés majeures en termes de lexique. Les erreurs qui reviennent systématiquement sont celles de contresens, de non-sens et d'incohérence. Enfin, une épreuve de version n'est pas facile à réussir et mérite une préparation spécifique, néanmoins dans l'ensemble l'exercice a été correctement réussi.

Le second exercice écrit consistait à rédiger une réponse, en anglais, à une des questions suivantes, en 100 à 150 mots maximum : 1. Have you tried an ebike ? If so describe your experience / 2. The ebike, a useful « get around » or a new sport in the making ? Comment.

La limite supérieure du nombre de mots a été respecté et, dans l'ensemble, les structures de bases ont été suffisamment maîtrisées pour rendre un travail compréhensible. Cependant les structures plus complexes ont été peu employées. La taille de la rédaction demandée n'autorisait pas de fantaisies stylistiques, néanmoins le jury a constaté un bel équilibre entre l'introduction, le développement et la conclusion. Les critères retenus par le jury pour évaluer la production écrite sont : **la cohésion** - la clarté de la réponse et la structure du texte, **la pertinence** - la pertinence des références, par exemple et **la correction linguistique** - la qualité de la langue. Pour certains candidats la maîtrise de la langue écrite a été insuffisante pour rendre un texte compréhensif. Les productions comportaient beaucoup d'erreurs de syntaxe et de conjugaison avec un champ lexical très limité, sans problématique ni plan, ni conclusion. Pour d'autres ce fut une plateforme d'expression libre bien structurée et argumentée et surtout intéressante à lire

Ci-dessous une graphique représentant la répartition des notes pour cet exercice :



## Épreuve orale

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) et des critères linguistiques (la compétence discursive, la fluidité du langage, le phonétique, la maîtrise grammaticale et le champ lexical).

Les textes, tirés de journaux et de sites Internet tels que: Newsweek, The Times UK, The Guardian UK, The Australian, bbcnews.uk et sciencenews.org portaient sur des thématiques variées, axées autour de la recherche scientifique, de l'actualité et de faits divers dans le domaine sportif. Exemples de sujets : comment le e-bike a changé notre attitude envers l'exercice physique ; l'obésité de l'enfant ; le trafic des jeunes sportifs de haut niveau ; l'importance de l'activité physique dans la vie quotidienne ; le burn-out des adolescents trop sportifs ; une étude comparative sur l'espérance de vie des personnes âgées en Europe entre actifs et sédentaires etc... L'épreuve devant le jury comprend trois phases bien distinctes : les deux premières correspondent à une prise de parole en continu par les candidats, avant la troisième étape, qui est un échange avec le jury.

### Critères pragmatiques :

Avec des niveaux hétérogènes allant de A1 à B2, il est difficile d'apporter une vision globale des points forts et/ou faibles des candidats. Malgré une très légère baisse dans la moyenne, le jury constate une nette amélioration dans la préparation et la présentation méthodologique de l'épreuve à l'oral. Ce sont ces efforts de méthode qui ont souvent permis à des candidats – dont le niveau d'anglais laissait parfois à désirer - de s'en sortir tout de même honorablement. Les conseils du jury des années précédentes ont été appliqués mais les discours restent encore trop courts et l'échange nécessite trop de sollicitations de la part du jury.

Le jury attend que le plan du commentaire soit annoncé. De plus il est attendu que le commentaire soit lié explicitement au document (parfois la restitution du texte était très faible ou bien totalement hors sujet), développé et illustré selon les règles attachées à ce genre d'exercice. Pour la plupart des candidats, le commentaire était non structuré, trop succinct et sans objectif précis. Très souvent l'échange a été maintenu grâce aux efforts du jury – réponses aux sollicitations

principalement – la prise de l’initiative faisant partie des critères pragmatiques attendus pendant l’échange.

### **Critères linguistiques :**

Le manque de fluidité a été souvent accompagné d’un débit trop lent, un rythme monotone et des pauses non calculées. La prononciation est très française – le jury constat une absence totale d’accentuation et d’intonation - et les mêmes erreurs phonétiques reviennent systématiquement. Citons quelques erreurs fréquentes pour attirer l’attention des candidats sur les zones de vigilance : opposition de voyelles : work / walk : heart / hurt : leak /lack ; « i » tendu et « i » relâché : weak, peace, reach, leave ; mauvaise prononciation de la désinence –ed [t] au passé simple : linked, launched, fixed etc...

Un second point faible important est le manque de maîtrise grammaticale. L’abondance des fautes de syntaxe laissant place à des confusions et des erreurs de nonsense dans le discours. Les erreurs récurrentes :

- for/since/ during – ex : during 20 years,
- pronoms relatifs : erreurs fréquentes entre “which” et “who”,
- pronoms possessifs : erreurs fréquentes entre « his » et « her » et « their »,
- conjugaison : le preterit – ex : I seen, it costed, the records are beated, la troisième personne : ex : he look, Japan have seen the biggest race,
- emploi incorrect du mot “economical”,
- les modaux : ex : can died, can to encourage, we can divided, we must to know, it could works,
- prepositions: ex : deals about, near to the coast, for help us, for to go to the supermarket,
- l’utilisation de “make” and “do” : ex : makes people doing sport, we don’t used,
- les dates (jour-mois-année) et les chiffres (statistiques, pourcentages) posent souvent problème aux candidats (exemple : 2015 prononcé « two hundred and fifty »).

Globalement le champ lexical du domaine sportif est convenablement maîtrisé. Toutefois il faut souligner qu’il est difficile de juger certaines prestations sur le fond quand la langue de communication est trop insuffisante : une grammaire mal maîtrisée accompagnée d’un lexique très limité ou déformé ne permet pas de bien évaluer la pensée et la structuration du raisonnement. De même, parfois un candidat se retrouve devant l’impossibilité de répondre à une question faute de lexique suffisant ou par manque de compréhension.

Pour conclure, cette année l’ensemble des candidats – très déterminés - ont démontré une forte volonté de réussir, même les plus faibles ont fait preuve de beaucoup d’efforts pour communiquer et échanger avec le jury.

Un conseil pour les candidats futurs, le jury vous encourage :

- à travailler votre vocabulaire et votre culture générale en lisant des journaux ou des articles scientifiques en anglais,
- à vous tenir informés de l’actualité dans le domaine du sport et de la santé publique tout au long de l’année,
- à améliorer votre compréhension orale en écoutant les émissions radio et en regardant les films et vos séries télé préférées en anglais sous-titré en français ou en anglais.

N’oubliez pas que c’est à vous de conduire l’échange avec le jury, n’attendez pas à ce que cela soit le jury qui vous conduise.

## **2-Épreuve d’oral APSA**

### **Déroulement de l’épreuve**

Le candidat choisit deux enveloppes sur les huit qui lui sont anonymement proposées. Chaque enveloppe correspond à une famille d’APSA. L’APSA tirée au sort par le candidat ne pourra pas

être de la même famille d'APSA que celles choisies en option et en polyvalence. Le candidat sélectionne ensuite une enveloppe (une famille d'APSA) sur les deux choisies initialement. Dans l'enveloppe choisie figure un certain nombre de questions. Le candidat en tire deux au hasard. Après lecture des deux questions, il choisit d'en conserver une (Les deux questions tirées au hasard sont ensuite retirées du circuit). Il a ensuite trente minutes de préparation. Enfin, il est appelé pour quarante-cinq minutes d'oral avec deux membres du jury. Ces quarante-cinq minutes d'oral sont réparties en quinze minutes de présentation, par le candidat, de la réponse à la question posée, suivit de trente minutes d'échange (vingt plus dix) avec les jurés dont les dix dernières portent sur les projets et motivations du candidat.

### **Rappel**

Il doit être rappelé ici que compte tenu de l'importance du champ de questionnement (8 familles d'APSA avec un certain nombre d'APSA représentées par famille) et du coefficient qui lui est attribué (Coef. 5), la difficulté de l'épreuve est grande et très discriminante. Il est important de préciser : 1/Que le jury est tout autant attaché à la qualité des réponses à la question posée qu'à la capacité (en cas de méconnaissance relative de l'APSA tirée au sort) des candidats à procéder à des transferts de connaissances d'une APSA vers une autre APSA et, 2/Que les dix dernières minutes consacrées aux projets et motivations du candidat sont très importantes et peuvent être très discriminantes.

A ce titre nous alertons les candidats sur le fait qu'une inadéquation entre leur projet personnel et le parcours de formation offert au sein du département 2SEP peut engendrer une note rétrograde.

### **Constat**

La moyenne des notes attribuées aux candidats de la session 2015 est de  $9.89 \pm 5.07$ . Elle est inférieure à celle de la session 2014 ( $10.24 \pm 5.68$ ). Les remarques sur les candidats restent similaires à celles exprimées dans les rapports sur les sessions 2012, 2013 et 2014. En effet, les candidats dans leur ensemble semblent se préparer à cette épreuve : les présentations orales sont, le plus souvent, bien structurées avec une introduction, la présentation d'un plan, un développement suivi d'une conclusion. Nous encourageons les candidats à poursuivre leurs efforts de préparation à cette épreuve. Les notes les plus faibles se caractérisent le plus souvent par : 1/Une mauvaise maîtrise de la technologie des APSA, 2/Des références inexistantes ou très approximatives à des publications ou ouvrages scientifiques pour répondre à la question posée et 3/L'absence, ou une très grande approximation, de définition des termes utilisés pour répondre à la question posée.

### **Conseils**

Nous invitons les candidats à se préparer à cette épreuve en simulant des oraux structurés (choix des questions, temps de préparation, temps de présentation, temps d'échange) comme l'est cette épreuve. Une préparation efficace passe irrémédiablement par des simulations difficiles, il est vrai, à organiser. Nous invitons de nouveau les candidats à ne pas essayer de flatter les membres du jury au cours des échanges avec eux en citant, par exemple, de manière abusive ou erronée, leurs travaux scientifiques. Nous les invitons également à répondre de manière concise et précise aux questions posées. Nous invitons aussi les candidats à ne pas souligner qu'ils souhaitent mener des travaux de recherche en Sciences de la Vie et de la Santé (SVS) uniquement pour satisfaire la direction du département 2SEP. Si dans le cadre de son projet, le candidat souhaite réellement faire de la recherche dans un champ scientifique donné, ce qui est fortement encouragé, les jurés ne manqueront pas alors de questionner le candidat sur ses lectures scientifiques, sur les travaux menés dans le domaine qui intéresse le candidat, sur les auteurs de ces travaux, sur les hypothèses éventuelles que le candidat souhaiterait vérifier etc. Il est fortement conseillé alors de ne pas essayer de tricher sur ce terrain avec les membres du jury. Enfin, nous invitons les candidats à ne pas présenter un projet professionnel formaté et complaisant à l'égard des jurés.

### **3. Épreuves pratiques sportives**

#### **3.1 Épreuve de pratique sportive obligatoire**

##### **SAUVETAGE**

L'impression du jury d'une meilleure préparation des candidats à cette épreuve se confirme par une moyenne générale au-dessus de la moyenne des sessions précédentes (13.23 contre 12.94). Cette session se caractérise également par un net écart de moyenne (+ 4 points) entre les garçons et les filles (Moyenne garçons : 14.37/20 - la plus haute : 20.00 et la plus basse : 07.00 ; Moyenne filles : 10.37/20 - la plus haute : 14.00 et la plus basse : 03.50). La moyenne du groupe garçons se situe au-dessus de la moyenne garçons des sessions ultérieures (14.37 contre 13.72) alors que celle du groupe filles se situe en dessous (10.37 contre 11.71).

L'abandon d'une seule candidate au cours de l'épreuve par un lâcher du mannequin avant le terme du parcours n'explique pas uniquement cette différence de 4 points entre la moyenne des garçons et des filles.

Le temps moyen réalisé pour parcourir l'épreuve hors pénalités et en temps limite est de 1 min 03 s pour les garçons (la moyenne est de 1 min 10 depuis 5 ans) et de 1 min 19 s pour les filles (la moyenne est de 1 min 07).

Le jury observe une bonne préparation des candidats car seulement 4 pénalités ont été attribuées. Toutes ont été observées lors de la phase de remorquage (3 filles sanctionnées pour 1 garçon).

Le jury note également que le plongeon a été travaillé (absence de saut ou de "plat") mais que la phase d'envol doit être plus prononcée pour les débutants.

Lors de la phase d'apnée, certains candidats ont pris des risques en frôlant la surface ou au contraire ont plongé trop profondément et ont perdu du temps. Les techniques d'immersion les plus utilisées ont été des bras de brasse associées à des battements de crawl ou à des jambes de brasse (brasse sous-marine). Peu de candidats se sont propulsés à l'aide de véritables ondulations. Nous conseillons de bien s'appliquer à profiler son corps au moment de la pénétration dans l'eau au plongeon et de maintenir ce profil en immersion afin de réduire le nombre de mouvements propulsifs en apnée.

La phase de remorquage demeure le moment capital de cette épreuve (4 pénalités/4). Une seule candidate n'a pu, cette année, parcourir les 25 m en remorquage. Les prises du mannequin sont mieux maîtrisées et les deux les plus utilisées sont la prise "classique" du mannequin (parfois encore trop lâche qui ne maintient pas assez la tête du mannequin collée à celle du sauveteur) et une prise "moignons" (mains du sauveteur sous les moignons du mannequin). Cette dernière est simple mais efficace pour les moins aguerris à cette épreuve.

Le faible nombre de pénalités (4) qui ont sanctionné l'immersion des voies respiratoires du mannequin montre que les candidats ont porté attention à leur propulsion jambes. Les techniques les moins performantes comme les battements de crawl ou les ciseaux style «nage indienne» restent encore trop utilisées. Nous rappelons que l'apprentissage d'un ciseau de jambes de brasse propulsif nous paraît, dans un premier temps, la priorité, avant d'aborder dans un second temps, pour ceux qui le peuvent, la technique du rétropédalage.

Le jury remarque une meilleure préparation des garçons cette année à cette épreuve. Ceux ou celles qui l'ont négligée ont été sanctionnés.

#### **3.2 Autres épreuves de pratique sportive**

## ATHLÉTISME

### Saut en longueur

#### **Remarques générales et conseils de préparation :**

Il semble qu'il y ait eu peu de préparation spécifiquement de cette épreuve. Etalonner sa course d'élan n'est pas suffisant ; Il est important, pour optimiser sa performance, de ne pas négliger les phases d'impulsion, de suspension et de réception. Ces phases ont été assez souvent négligées par les candidats. Concernant la course d'élan, tous les athlètes ont choisi 14 foulées d'élan, ce qui semble adapté. Néanmoins, il faut éviter de piétiner ou d'allonger à l'approche de la planche pour pouvoir fiabiliser sa course d'élan. Par ailleurs, il est important d'utiliser toutes les phases de l'échauffement. Un candidat s'est lancé à pleine vitesse sans vraiment être totalement échauffé. Il s'est donc blessé avant le début du concours et il n'a fait qu'un saut dont la performance est limitée.

### 400m

#### **Remarques générales et conseils de préparation :**

L'évolution positive du niveau des candidats constaté l'an dernier est confirmée. Plusieurs candidats semblent s'être préparés spécifiquement à cette épreuve ; Au moins concernant la gestion de l'allure. D'autres, moins nombreux, semblent s'adapter au cours de l'épreuve et font des erreurs d'allure. Les performances pourraient donc être améliorées chez plusieurs candidats par une préparation spécifique, notamment concernant la gestion de l'allure. Partir trop vite ou trop lentement se paye souvent par une performance en deçà de ses possibilités. En effet, comme tous les ans, quelques candidats semblent s'adapter au cours de l'épreuve et font des erreurs d'allure. Ils finissent rapidement, preuve qu'ils auraient pu supporter une allure plus rapide dans la première partie de course en «assurant» moins. Quelques autres, partent trop vite, souvent en suivant des athlètes mieux préparés, et ralentissent considérablement dans la deuxième partie de course. Comme c'est le cas souvent, le jury insiste sur la nécessité pour le candidat de connaître son allure de course et notamment le temps de passage aux 200 m pour réaliser une performance conforme à ses possibilités. Les candidats font preuve de beaucoup de volonté et vont au bout de leur effort. Les candidats sont tous équipés de chaussures à pointes, ce qui est indispensable pour réaliser une performance. Deux étudiants n'ont semble-t-il jamais utilisé de starting-blocks. L'un ne savait pas quel pied mettre devant et l'autre pensait qu'il avait la possibilité de partir debout. Le jury rappelle que le règlement de l'IAAF s'applique et que les candidats ne doivent pas l'ignorer

## BADMINTON

### **Modalités de l'épreuve`**

L'épreuve consiste en une succession de plusieurs phases de jeu durant lesquelles les candidats sont confrontés à des niveaux d'opposition de plus en plus proche du leur. L'évaluation du niveau de compétence des candidats s'effectue lors de la dernière phase dans un rapport de force équilibré. Les candidates et les candidats sont placés dans des groupes non mixtes afin d'établir une notation spécifique de leur performance. A noter que pour cette session, cette modalité n'a pu s'appliquer. En effet, une seule candidate était présente. Cependant, dans certains cas, les rencontres peuvent être mixtes afin d'évaluer les compétences dans un rapport de force équilibré. Le jury peut être amené à donner des consignes de jeu pour mieux évaluer certaines prestations. La durée totale de la prestation est d'environ 45 m par candidat. Les volants sont en plastique (mavis 300) et fournis.

### **L'évaluation**

Elle porte à la fois sur la performance et le niveau de compétence du candidat. Cinq niveaux de compétence sont définis.

Niveau 1 : Les trajectoires sont peu variées et peu dangereuses pour l'adversaire. Le candidat est en grande difficulté pour organiser ses déplacements. Il est en retard sur la plupart des volants. Le jeu est subi quel que soit le niveau de l'adversaire. Le candidat ne dispose pas du minimum de coordinations spécifiques pour résister ou exploiter les occasions favorables pour rompre l'échange à son profit.

Niveau 2 : Le candidat cherche à gagner l'échange mais selon une seule modalité souvent indépendante du jeu adverse. Les trajectoires émises sont peu puissantes ou imprécises, et le jeu au filet est mal maîtrisé. Les déplacements ne permettent pas une couverture défensive suffisante. Ce niveau peut être différencié selon l'utilisation qui est faite des trajectoires faciles reçues.

Niveau 3 : Le candidat varie ses trajectoires avec l'intention de créer et d'utiliser des déséquilibres. Le registre des actions de frappe s'est enrichi, mais il reste lisible pour l'adversaire. Les déplacements, souvent équilibrés, permettent de résister un peu en situation défavorable et de profiter avantageusement des situations d'attaque.

Niveau 4 : Le jeu est conçu comme un enchaînement de frappes au service d'une stratégie à moyen terme, adapté à l'adversaire. Les trajectoires sont parfois plus rapides tout en restant précises et adaptées aux cibles visées.

Niveau 5 : Le joueur impose un système de jeu adapté au rapport de force. Les trajectoires sont souvent tendues pour accélérer le jeu. Les fixations (temporelles) sont présentes et placent l'adversaire face à une incertitude importante. Les déplacements sont fluides, économes et permettent ainsi des interceptions précoces du volant.

### Performance

La notation de la performance s'établit comme suit :

- A partir du classement effectué lors de la dernière phase, de façon spécifique pour les candidats et les candidates.
- En lien et relativisée par le niveau de compétence évalué : à chaque niveau de compétence correspond une fourchette de notes de performance.

### Constats

Pour cette session, les prestations des candidats (fille et garçons) se sont réparties du niveau 2 à un début de niveau 4 (deux candidats seulement). Le niveau d'ensemble pour cette session s'est avéré très médiocre, traduisant un manque de préparation évident. Les intentions tactiques pour construire le point existent mais ne sont pas toujours pertinentes au regard du rapport de force. Plus de la moitié des candidats ne possèdent pas un bagage technique suffisant, leur permettant d'asseoir leur projet de jeu. De plus, le placement des candidats par rapport au volant, trop peu précis, ne permet la production de trajectoires efficaces.

L'effort de préparation sur le plan énergétique est réel : aucun candidat ne s'est trouvé en difficulté lors des différentes séquences de jeu.

### **Conseils de préparation**

- S'entraîner sur les plans technique (routine fermée, travail de la régularité au service..) et technico-tactique (routine semi-ouverte, début d'échange imposé, matches à thème...) de façon régulière est nécessaire pour prétendre atteindre un niveau de jeu acceptable et limiter les imprécisions lors des matchs.
- S'entraîner régulièrement à jouer dans un rapport de force défavorable.
- Se confronter souvent à des adversaires différents tant sur le plan du niveau que du style de jeu. Cela pour conserver une lucidité tactique (adaptation au rapport de force) et une disponibilité motrice suffisantes.
- Se préparer sur le plan énergétique au type d'effort requis par l'épreuve.
- Optimiser la gestion de son échauffement de façon à pouvoir débiter l'épreuve le « plus détendu » possible et limiter ainsi les nombreuses fautes directes du début de la prestation.

## DANSE

### Modalités de l'épreuve

L'épreuve consiste à présenter une chorégraphie individuelle dont la durée est comprise entre 2 min et 3 min. La surface d'évolution est de 11 m sur 9 m. Le chronométrage démarre au premier mouvement et s'arrête au dernier mouvement ou lorsque le candidat quitte l'espace. Le support sonore de la prestation est enregistré en format audio sur CD ou 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 compter de l'appel, les candidats disposent de 30 min d'échauffement. Ils peuvent utiliser le lecteur CD et faire les réglages de leur support sonore. À l'issue de ce temps, les 3 premiers candidats sont appelés. Chacun dispose de 5 min pour se mettre en scène (décor, costume, ...). 15 min d'échauffement sont alors accordées au groupe suivant pour se préparer et la même procédure de passage est observée à l'issue de ce temps.

### Ce qui est attendu des candidats :

Les candidats sont évalués à la fois sur la composition de leur chorégraphie et sur leur interprétation. Pour ce qui est de la composition, il est tenu compte de l'idée chorégraphique (sujet, propos), de la construction (procédés de composition), de la motricité (choix des éléments de langage, options prises par rapport aux composantes du mouvement), et de la scénographie (musique, costume, éléments de décor, utilisation de l'espace scénique). En ce qui concerne l'interprétation, celle-ci est évaluée en fonction de la motricité dansée et de sa maîtrise (difficulté, prise de risque), et de l'engagement du danseur (présence). 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.

### Niveaux de performance :

**En dessous de 10.** Le propos n'est pas lisible. On assiste à une juxtaposition d'éléments chorégraphiques. La composition reste linéaire sans surprise. Il n'y a pas de partis pris dans l'utilisation de l'espace. La danse suit la musique sous une forme de redite. Au niveau de l'interprétation, il y a peu de difficultés, peu de prises de risque. La relation aux composantes du mouvement est peu variée, voire peu prise en compte.

**Entre 10 et 15.** Un propos artistique est présent et lisible, toutefois sans un engagement total. La construction de la chorégraphie est élaborée, en place, mais peut manquer d'originalité. Des qualités corporelles sont effectives. Il manque des nuances et une maîtrise de différents registres corporels. Il y a un engagement personnel, qui peut cependant être un peu sur la réserve.

**Au-dessus de 15.** Le propos artistique est engagé, relayé par un engagement corporel et une scénographie pertinente. On a une exploitation de procédés de composition au service du propos

chorégraphique. L'espace scénique est construit, utilisé. La relation à la musique montre une capacité d'envisager celle-ci sur des modes différents. On a une maîtrise de la motricité dansée, avec une gestuelle originale et nuancée. On remarque une vraie recherche de mouvements.

**Profil des candidats :**

4 candidat(e)s se sont présenté(e)s (2 filles et 2 garçons).

Les candidat(e)s ont fait preuve d'un niveau globalement satisfaisant pour cette cession. Il est rappelé que le choix de monde sonore n'est pas à négliger. C'est un élément qui fait partie intégrante du projet : l'introduction, la qualité du son, le dialogue qu'il entretient avec le langage corporel du danseur, la façon dont il s'interrompt...sont autant de points à travailler. Seul un candidat a réalisé une prestation faible, tant du point de vue de l'interprétation que de la composition chorégraphique. Le meilleur candidat fait preuve d'originalité dans les choix scénographiques opérés pour répondre au propos chorégraphique, et maintient tout au long de la prestation une présence et un certain niveau de maîtrise gestuelle. Il est à noter que cette année, aucun candidat n'obtient une note supérieure à 15. Il est rappelé que le non-respect de la durée de la chorégraphie (entre 2 et 3 min) est pénalisant. Le montage musical ne doit donc pas dépasser 3 min, les silences éventuels étant compris dans cette durée. La fin de la chorégraphie correspond soit à la sortie de l'espace, soit à la fin du mouvement.

**Conseils de préparation :**

Il est recommandé aux candidats présentant cette épreuve, de faire appel à un regard extérieur pendant la période d'élaboration du solo, et d'aller voir des spectacles de danse, visionner des vidéos... Il est très facile aujourd'hui d'aller sur internet où de nombreuses vidéos de danse contemporaine peuvent être vues. Il est aussi intéressant de lire des ouvrages sur la danse et plus particulièrement sur son histoire (Marcel Michelle, Ginot Isabelle, La Danse au XXe siècle, Paris, Bordas, 1995).

## **ESCALADE**

**Descriptif des conditions de l'épreuve :**

La session 2014 s'est déroulée sur une structure artificielle de 11 m de hauteur. La structure est adhérente et les voies ont été ouvertes dans des profils variés (dièdres, proue, léger dévers, dévers, et surplomb). Toutes les voies étaient tracées à la couleur et empruntaient des itinéraires obligeant le grimpeur à se confronter à différents volumes. Après avoir présenté l'ensemble des voies, les candidats ont 5 min de temps de lecture collective ou de questionnements auprès du jury pour compléter l'information. Ils sont conduits pour l'échauffement dans un espace assez petit où se trouvent des pans. Les candidats sont ensuite appelés dans l'ordre alphabétique. Le grimpeur annonce le choix de sa première voie aux membres du jury. Le chronomètre est déclenché dès que le grimpeur est encordé au pied de la voie. Après la réalisation de sa première voie, le grimpeur est renseigné sur le temps qui lui reste pour choisir sa seconde voie et la gravir. Le candidat est évalué sur sa performance et son niveau de maîtrise.

**Conseils de préparation :**

La volonté au niveau de l'ouverture est de mettre en évidence la capacité du grimpeur à mettre en œuvre une motricité spécifique. La configuration des prises sort donc de «l'échelle» classique, et l'orientation des prises est également variée ce qui nécessite de mettre en œuvre des adaptations aux contraintes de la voie. Nous invitons donc les candidats à se préparer en s'entraînant à grimper dans des profils variés et des configurations de prises variées (alignement de prises, prises éloignées de l'axe de déplacement, densité de prises importantes, faible densité, pieds micros et adhérences, micro relief...), ce qui permettra de diversifier leur répertoire moteur. L'épreuve d'escalade demande une préparation spécifique au niveau des ressources énergétiques

(voies de 1 à 11 m, plutôt continues, gérer son effort, ses PME...), techniques (répertoire gestuel varié, adapté aux contraintes du support et à ses points forts et points faibles), tactiques (lecture, prise de décision...) et mentales (engagement, prise de risque, gestion du stress...). Les candidats ne doivent pas négliger ce dernier aspect qui peut être totalement inhibiteur et doivent être pleinement préparés. La gestion du temps apparaît également comme un élément important à travailler pour les futurs candidats. Il semble opportun de se mettre en situation afin d'apprendre à gérer au mieux les 15 min imparties en incluant les repos, chutes éventuelles, réalisation des 2 voies. Il faut noter que les candidats qui chutent ont tendance à recommencer à grimper très rapidement sans profiter pleinement du temps offert.

#### **Rappel de quelques points techniques et de sécurité :**

- Le nœud en huit est obligatoire
- En cas de mousquetonnage à l'envers, l'erreur est signalée au grimpeur. Les voies étant dans l'axe, le candidat peut poursuivre son cheminement. En cas d'une 2<sup>ème</sup> erreur de mousquetonnage, le candidat est arrêté, doit remettre la dégaine dans le bon sens et une chute est comptée. Le candidat poursuit ensuite sa voie avec une chute comptabilisée.
- En cas de yoyo, l'erreur est signalée, le candidat doit d'abord enlever la corde du mousqueton du bas puis repasser le bon brin de corde dans le mousqueton du bas. Si le candidat peut réaliser la manipulation sans assistance, il peut poursuivre la voie normalement.
- En cas de chute, le candidat repart avec les dernières prises tenues.

### **GYMNASTIQUE AU SOL**

L'épreuve s'est déroulée conformément au règlement du concours, disponible sur le site internet de l'ENS Rennes. Nous rappelons l'importance d'avoir une lecture très attentive des rapports de jury et du code de pointage FIG en vigueur en complément du règlement spécifique à cette épreuve. Les conditions matérielles identiques respectaient scrupuleusement les normes FIG. Le jury était composé de 4 personnes. Au regard du nombre de candidats, le jury détermine en début d'épreuve les modalités d'échauffement (30 min pour cette session). Cette année, le temps d'échauffement est bien géré par les candidats dans un souci de prévention et de préparation à l'épreuve. A l'issue du temps d'échauffement les candidats sont appelés dans l'ordre de convocation et se présentent au jury pour effectuer leurs enchaînements.

Les candidats présentent des enchaînements qui respectent les exigences règlementaires de l'activité. Néanmoins, nous avons constaté cette année que les enchaînements présentaient beaucoup de fautes d'exécution et des erreurs comme des sorties de praticables qu'il est facile d'éviter par une préparation adaptée. Attention à la série gymnique pour les enchaînements GAF qui est différente d'une liaison gymnique. De même, un ATR force doit être tenu pour être reconnu. Les mouvements sont néanmoins assez bien construits. Le jury apprécie particulièrement que les candidats ne prennent pas de risques physiques dans l'exécution acrobatique. Attention à la reconnaissance des éléments techniques. Ainsi, saut de mains 1 pied est considéré comme le même élément que saut de mains 2 pieds. S'il est reproduit dans deux séries acrobatiques, lors de sa deuxième exécution, il n'est pas reconnu ce qui annule la série. Nous attirons également l'attention des candidats sur la nécessité, lors de l'exécution des sauts gymniques, de réaliser la totalité de la rotation longitudinale sans tricher (impulsion et/ou réception). Nous rappelons l'importance du respect des normes techniques imposées par le code de pointage afin de ne pas cumuler la non reconnaissance d'un élément avec les fautes d'exécution.

### **HANDBALL**

**Déroulement de l'épreuve :**

Lors de la session 2015 le nombre de candidats était légèrement supérieur à la session 2014 : 4 candidats et 3 candidates (contre 7 au total l'année dernière). Nous avons sollicité des «joueurs plastrons» afin de ne pas dénaturer la logique interne de l'activité et de permettre aux candidats de mettre en exergue leurs compétences spécifiques dans la discipline choisie. Les collectifs ont été réalisés de façon aléatoire en fonction de la spécification des postes de jeu des candidats. En effet, il est tenu compte des lignes spécifiques des candidats (ligne avant, ligne arrière, gardien de but) afin que ces derniers aient l'assurance d'évoluer plus de 50 % du temps de jeu effectif sur leur ligne préférentielle. L'épreuve a consisté en plusieurs séquences de jeu sur terrain réglementaire. Ces séquences ont fait l'objet de différentes demandes en terme de consignes et de thèmes de jeu de la part des membres du jury afin d'évaluer le niveau de « richesse technico-tactique » des candidats et de leurs facultés d'adaptation. Les candidat(e)s ont été évalué(e)s sur un temps de jeu de pratique effective d'environ 40 min. Le règlement fédéral (FFHB) est appliqué dans tous ses aspects (y compris l'application de l'échelle des sanctions).

### **Les modalités d'évaluation :**

A partir de la diversité des situations de jeu proposées, l'évaluation s'est faite selon les modalités d'une multi subjectivité d'experts prenant en compte les niveaux de pratique en référence à la grille utilisée au Capeps à laquelle les membres du jury ont ajouté deux points.

Le déroulement de l'évaluation des candidat(e)s s'est fait de la manière suivante :

1. Chaque juré a évalué tous les candidats.
2. Une concertation a été réalisée au 2/3 environ de la durée totale de l'épreuve pour situer les candidats dans un niveau de pratique à partir d'un bandeau identifiant les compétences des candidats en tant que : porteur de balle ; non porteur de balle ; défenseur.
3. Après cette concertation les effectifs ont été modifiés afin d'abandonner l'hétérogénéité des oppositions vers une homogénéisation des rapports de force afin de mieux discriminer les candidats. De nouveaux rôles et statuts ont été attribués aux candidats afin de pouvoir analyser leurs facultés adaptatives.
4. A l'issue de la prestation chaque juré a posé une note sur 20 en s'appuyant sur la grille de référence (présentée ci-dessous), la note définitive a été établie par la moyenne de l'ensemble des notes proposées par les jurés et après discussion si nécessaire.

La grille de référence de la session 2015 était la suivante : grille de référence de l'épreuve Handball du Capeps « ancienne formule » (en relation avec les niveaux de pratique fédéraux : BO 1989 du Capeps) + 2 points :

### **Niveaux « fédéraux » et notes correspondantes :**

- National : D2 : 20 - N1 : 19 / 18
- Inter-Régional : N 2 : 17 – N3 : 16 / 15
- Régional : Pré-National : 14 – Excellence Régional : 13 – Honneur Régional : 12
- Départemental : Pré-Régional : 11 – Excellence Départemental : 10 – Honneur Départemental : 09
- Option : Terminal : 08 – Première : 07 – Seconde : 06
- Scolaire : 05 – 04 – 03 – 02 - 01

**Attention :** les jurés ne connaissent pas le niveau de pratique fédérale (dans le cas où celui-ci possède une pratique en club) du candidat. Le niveau de ce dernier est uniquement évalué par les membres du jury sur sa «prestation du jour».

### **Organisation de l'épreuve lors de la session 2015 :**

Le jury a souhaité proposer des situations de jeu variées afin que des candidats ne disposant pas d'une pratique fédérale puissent s'exprimer dans un contexte de pratique correspondant à une pratique scolaire de l'activité. C'est ainsi qu'il a été demandé aux candidats d'évoluer selon 3 modalités de jeu différentes :

- Période 1 : Jeu à 7 contre 7 : Défense imposée en dispositif 1 – 5 et en système libre avec engagement rapide afin de mettre en évidence les compétences des candidats dans le jeu sur «grands espaces».
- Période 2 : Jeu à 7 contre 7 : Défense imposée 2 – 4 avec inversion des postes Base avant / Base arrière. Les candidats ont été vus sur différents postes de jeu en attaque et en défense.
- Période 3 : Dans un premier temps : Jeu à 5 contre 5 : Défense libre. Lors de cette séquence les oppositions ont été imposées afin d'évaluer les candidats dans un rapport de force équilibré. Puis dans un second temps Jeu à 6 contre 6 : Défense libre mais axée sur la prise de risque et la récupération active de la balle.

Le déroulement de l'épreuve a permis aux 7 candidats d'exprimer leurs compétences dans les différents domaines de l'activité (jeu sur tout le terrain ; attaque placée /défense placée ; maîtrise technique dans un contexte d'opposition modérée et «contrôlée»)

#### **Niveau des candidats de la session 2015 :**

##### Résultats de l'épreuve :

Les candidats à la session 2015 avaient la particularité de posséder un niveau de pratique homogène

#### **Conseils de préparation :**

Les candidats doivent se préparer à cette épreuve en se basant sur une pratique d'entraînement (voir même de compétition) régulière à même de permettre une gestion du stress satisfaisante, mais aussi afin de répondre aux différentes dimensions de l'épreuve sur les pôles réglementaire, énergétique, moteur, perceptif et décisionnel. Le jury tient à souligner que l'activité Handball est très sollicitante sur le plan physiologique et que les candidats doivent se préparer spécifiquement aux séquences de jeu d'une durée moyenne d'une quinzaine de minutes. Cette préparation doit envisager la polyvalence à différents postes de jeu ainsi que de bonnes facultés d'adaptation à de nombreuses modalités de jeu et à la diversité des partenaires et des adversaires. Les modifications récentes du code de jeu de Handball doivent être connues et appliquées concrètement dans la pratique des candidats (exemples : engagement rapide, protection du joueur ...).

## **JUDO**

#### **Modalités de l'épreuve :**

L'épreuve consiste à évaluer la capacité d'un candidat à combattre en opposition et à prendre en compte toutes les dimensions qu'impose la pratique du judo, à savoir : technique, physique et mentale.

- L'épreuve se déroulera en plusieurs temps :

**Temps 1** : Après un échauffement libre de 15 min minimum, à partir du quel le jury commencera à évaluer les candidats sur leur capacité à s'échauffer au regard de la spécificité de la pratique du judo.

**Temps 2** : Repos de 5 min minimum

**Temps 3** : Une situation de coopération au sol d'une durée d'1 min minimum : une en position quadrupédique, Tori à côté.

Une situation d'opposition au sol d'une durée d'1 min minimum : une en position quadrupédique, Tori à côté. Changement de rôle à la fin des 2 min minimum.

**Temps 4** : Repos de 5 min minimum

**Temps 5** : Un Nage Komi de projection d'une fois 2 min minimum (chacun son tour) ou le candidat doit attester de sa capacité à projeter et à être projeté dans au moins 3 directions différentes, et ce en toute sécurité (stabilité des appuis, contrôle d'une pendant la chute, tête sortie de l'axe de la projection pour le rôle de

Tori, Urémies maîtrisés pour le rôle d'une, etc...)

**Temps 6** : Repos de 5 min minimum

**Temps 7** : Deux **Combats** debout minimum de 5 min non mixtes, par catégorie de poids. Le combat prend fin après deux Ippon ou à la fin du temps imparti. Le temps de repos entre chaque combat sera au minimum de 5 min.

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

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

- 1 : L'efficacité et la gestion de l'effort
- 2 : Le système d'attaque et de défense
- 3 : Les différentes directions d'attaque
- 4 : Le niveau de Performance

- Le règlement de la Fédération Française de Judo et Disciplines Associées (FFJDA) est applicable.

- Le Jury peut être amené à donner des consignes aux candidats, et ceci à tout moment de l'épreuve. Si le candidat ne satisfait pas à l'épreuve du Nage Komi, il ne sera pas autorisé, pour des raisons de sécurité, à passer l'épreuve Combat et sa note ne pourra excéder 5/20.

- En cas de blessure, le jury peut être amené à interrompre définitivement l'épreuve du candidat afin de préserver son intégrité physique. Dans ce cas, au regard de la prestation réalisée, le jury se réserve le droit de poser une note.

- Le Jury pourra vérifier le poids du (des) candidats avant l'épreuve.

**Évaluation :**

La notation sur 20 s'effectuera par référence aux niveaux de pratiques suivantes :

- Niveau National : 18 à 20
- Niveau Interrégional 15 à 17
- Niveau Régional 12 à 14
- Niveau Départemental 9 à 11
- Niveau inférieur 8 et en dessous

**Trois modules sont à noter: mettre une croix sur la note choisie**

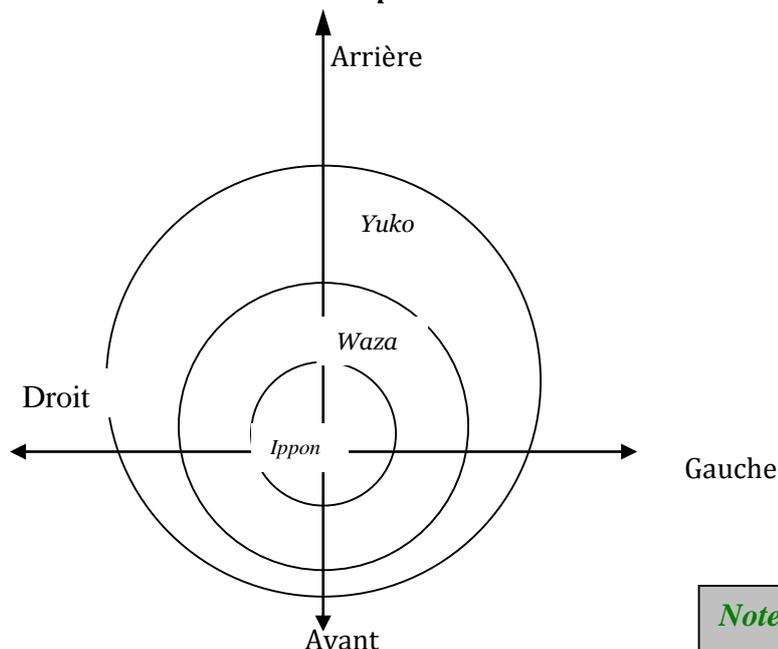
**Module 1 : Notes efficacité / gestion de l'effort**

| Observables                | Combat 1              |   |   |   | Combat 2 |   |   |   | Combat 3 |   |   |   |
|----------------------------|-----------------------|---|---|---|----------|---|---|---|----------|---|---|---|
|                            | 1                     | 2 | 3 | 4 | 1        | 2 | 3 | 4 | 1        | 2 | 3 | 4 |
| <b>Efficacité</b>          |                       |   |   |   |          |   |   |   |          |   |   |   |
| <b>Gestion de l'effort</b> | 1                     | 2 | 3 |   | 1        | 2 | 3 |   | 1        | 2 | 3 |   |
| <b>Totaux</b>              | C1 = /7               |   |   |   | C2 = /7  |   |   |   | C3 = /7  |   |   |   |
| <b>Note du module 1</b>    | $(C1+C2+C3) / 3 = /7$ |   |   |   |          |   |   |   |          |   |   |   |

**Module 2 : Notes Système d'attaque et de défense**

| OBSERVABLES                             |                           | Combat 1 |   |   | Combat 2   |   |   | Combat 3 |   |   |
|---|---------------------------|----------|---|---|------------|---|---|----------|---|---|
| <b>Debout Sol</b>                       | <b>Kumi Kata</b>          | 0        | 1 | 2 | 0          | 1 | 2 | 0        | 1 | 2 |
|   | <b>Variété Technique</b>  | 0        | 1 | 2 | 0          | 1 | 2 | 0        | 1 | 2 |
|   | <b>Attaque appropriée</b> | 0        | 1 | 2 | 0          | 1 | 2 | 0        | 1 | 2 |
|   | <b>Défense appropriée</b> | 0        | 1 | 2 | 0          | 1 | 2 | 0        | 1 | 2 |
|   | <b>Liaison Debout Sol</b> | 0        | 1 | 2 | 0          | 1 | 2 | 0        | 1 | 2 |
|   | <b>Totaux</b>             | C1= /10  |   |   | C2= /10    |   |   | C3= /10  |   |   |
| <b>Note du module 2 (C1+C2+C3) / 3=</b> |                           |          |   |   | <b>/10</b> |   |   |          |   |   |

**Module 3 : Direction d'attaque**



**3 ou 4 directions**

**2 directions différentes = 2**

**1 direction = 1 pt**

|                          |           |
|--------------------------|-----------|
| <b>Note du module 3=</b> | <b>/3</b> |
|--------------------------|-----------|

|   |            |
|---|------------|
| <b>Note finale du candidat = m1 + m2 + m3 =</b> | <b>/20</b> |
|---|------------|

**(Module 1)** Note 1 = Jamais / Note 2 = Parfois / Note 3 = Souvent / Note 4 = Toujours  
 Note 1 = Moyen / Note 2 = Bien / Note 3 = Très Bien

**Constat/profil des candidats :**

- Les candidats doivent montrer leur capacité à combattre en toute sécurité pour eux et pour les autres, selon un système d'attaque et de défense élaboré.

**Conseils de préparation :**

Il est préférable que les candidats aient un niveau de ceinture orange de club minimum aussi bien pour les spécialistes que pour les polyvalences. Les candidats sont confrontés à une épreuve exigeante qui nécessite une préparation spécifique et une bonne compréhension de l'intitulé de l'épreuve. Le Nage Komi doit être réalisé en déplacement et en respectant les 3 phases fondamentales de toutes projections, à savoir Kuzushi/Tsukuri/Gake(préaction/lancement /guidage).

Les candidats doivent être capables de montrer au jury leur capacité à s'échauffer de manière spécifique, de maintenir un échauffement dynamique entre les combats, de faire preuve d'une hygiène alimentaire et d'hydratation adaptée, de s'engager lucidement dans le combat en respectant l'éthique du Judo.

Ont témoigné d'un bon niveau les candidats qui :

- Ont fait preuve de continuité dans les différents secteurs (debout/liaison debout-sol/sol).
- Ont mis en place un projet technico-tactique performant et adapté aux caractéristiques de l'opposition.
- Ont fréquemment marqué des avantages décisifs (Ippon : 10 points).
- Ont une saisie préférentielle leur permettant de construire un système d'attaque et de défense efficace ainsi qu'un spécial performant.
- Ont été capables d'imposer des changements de rythme dans le combat.

Nous constatons souvent que la préparation physique générale des candidats est insuffisante. L'expérience acquise en compétition s'avère un atout majeur pour le candidat. Le candidat pourra attester de son niveau en présentant tous documents officiels qu'il jugera nécessaire.