



**ACADÉMIE  
DE CLERMONT-FERRAND**

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

## **EDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE**

### **Livret Candidat**

**BACCALAUREATS GENERAL et TECHNOLOGIQUE**

**ÉPREUVE PONCTUELLE OBLIGATOIRE**

**COURSE DE DEMI-FOND**

**Session 2024**

En référence à l'arrêté du 17 janvier 2019 (BO spécial n°1 du 22 janvier 2019), à l'arrêté du 28 juin 2019 (BO n°31 du 29 août 2019, à la circulaire n°2019-129 du 26 septembre 2019 (BO n°36 du 3 octobre 2019). Cette brochure présente pour l'Académie de Clermont-Ferrand les activités physiques et sportives retenues pour la session 2024 des Examens des Baccalauréats Généraux et technologiques.

Les épreuves dont la définition et les modalités d'évaluation sont arrêtées ici pour l'examen ponctuel terminal s'organisent de la façon suivante

**« L'examen ponctuel terminal s'appuie, pour l'enseignement commun, sur deux activités, pour lesquelles l'évaluation s'effectue en général au cours d'une seule journée pour un même candidat. La date est fixée au cours de l'année scolaire de l'examen par les recteurs. Plusieurs centres d'examen peuvent être organisés dans une académie, ils sont placés sous la responsabilité d'un enseignant nommé par le recteur. »**

- ☞ Le Contrôle Ponctuel Terminal s'effectue sur deux épreuves.
- ☞ Les candidats choisiront parmi une liste de trois activités:

ACTIVITÉ N° 1 :	Demi-Fond (champ 1)
ACTIVITÉ N° 2 :	Danse (champ 3)
ACTIVITÉ N° 3 :	Tennis de table en simple (champ 4)

**La participation à chacune de ces épreuves nécessite une tenue adaptée.**

**Le jury invite les candidats à se préparer à cette épreuve afin de garantir sa sécurité.**

- ☞ Chacune des deux épreuves est notée sur 20. La note finale obtenue par chacun des candidats résulte de la moyenne de ces deux notes.

## EPREUVE: 800m

### I - DESCRIPTION DE L'EPREUVE :

- ☞ Cadre institutionnel, programme ; Attendus de fin de lycée Bulletin officiel n° 36 du 03-10-2019
- ☞ L'épreuve consiste en la réalisation d'un 800m chronométré par un enseignant à la seconde. Les élèves réalisent leur course sans montre ni chronomètre mais un temps de passage est donné par le jury à 400m.
- ☞ Un espace est dédié à l'échauffement pendant une durée de 15/20 minutes avant l'épreuve. Ce temps d'échauffement est observé et évalué par le jury.
- ☞ À l'appel, le candidat indique au jury un temps de référence, qui sert de base à la constitution des séries.
- ☞ À l'issue de sa course le candidat estime son temps.
- ☞ Aucune consigne concernant le déroulement réglementaire d'un 800m ne sera donnée par le jury. La piste sera aménagée selon les dispositions requises par l'épreuve.
- ☞ Si le candidat ne se rabat pas au bon moment, **une pénalité de 5 secondes** sera appliquée sur sa performance finale.

#### EVALUATION sur 20 POINTS

Sur 14 points : Temps réalisé sur 800m est noté.

Sur 3 points : Notation sur l'efficacité de l'échauffement.

Sur 3 points : Ecart entre le projet de performance annoncé et celui réalisé.

	De 0 à 0.75	De 1 à 1.5	De 1.75 à 2.25	De 2.50 à 3
Echauffement 3 points	Préparation aléatoire et incomplète	Préparation stéréotypée	Préparation adaptée à l'effort	Préparation adaptée à l'effort et progressive
Estimation 3 points	Estimation à + ou - 8"	Estimation à + ou - 6"	Estimation à + ou - 4"	Estimation à + ou - 2"

### II - CONDITIONS DE L'EPREUVE :

- ☞ Des vestiaires sont à disposition, rappel de ne pas laisser d'objets de valeur dans vos effets personnels.
- ☞ L'épreuve se déroule sur une piste de 400m. Le candidat effectuera deux tours de piste.
- ☞ Le candidat se présentera avec une tenue de sport adaptée aux conditions météorologiques, des chaussures de sport lacées, short, ou survêtement, T-shirt.
- ☞ Le candidat ne peut pas bénéficier d'aides extérieures pendant l'épreuve et de supports numériques, de montres, de téléphone portables... pendant tout le temps des courses et de la récupération.

### III - DÉROULEMENT DE L'EVALUATION :

#### ☞ 1<sup>ère</sup> phase :

- ☞ Accueil des candidats avec leur pièce d'identité et leur convocation. Le jury constituera des groupes de passage.
- ☞ Chaque candidat aura un dossard numéroté qu'il conservera tout au long de l'épreuve.
- ☞ Explication sur le déroulement de l'épreuve et l'élaboration de projets de temps.

### ☞ 2ème phase :

- ☞ L'épreuve consiste en la réalisation d'un 800m chronométré par un enseignant à la seconde. Les élèves réalisent leur course sans montre ni chronomètre mais un temps de passage est donné par le jury à 400m.
- ☞ Echauffement pendant une durée de 15 à 20 mn. L'évaluation de la préparation débute dès cet instant. Le candidat peut utiliser un chronomètre uniquement pendant son échauffement.

### ☞ 3ème phase :

- ☞ Les candidats restituent leur dossard à l'issue de l'épreuve à leur jury respectif.

## IV - CONSEILS POUR LA PREPARATION DE L'EPREUVE - POINTS DE VIGILANCE :

### Remarque :

**L'épreuve du 800m est une épreuve qui nécessite une préparation importante de la part de chaque candidat(e).**

La prestation physique de l'épreuve est individuelle.

Tout incident de course (chute, malaise...) sera pris en charge par les jurys et non par les candidats.

Il est opportun de prévoir une alimentation adaptée la veille et le jour de l'épreuve.

### Ponctualité :

Les candidats doivent se présenter au jour et heure indiqués sur la convocation.

Il est rappelé qu'un appel nominatif des candidats convoqués aux épreuves ponctuelles obligatoires d'EPS est réalisé par le coordonnateur du jury avant le début des prestations physiques.

Cependant, le chef de centre peut, à **titre exceptionnel**, lorsque le retard est lié à un évènement indépendant de la volonté du candidat, autoriser ce dernier à composer **au plus tard une heure après le début de l'épreuve**.

## V - MODALITES D'ÉVALUATION :

Cf. tableau du référentiel national d'épreuve page 5

EVALUATION sur 20 POINTS

Sur 14 points : S'engager pour produire une performance maximale

Sur 6 points : S'échauffer et estimer sa performance

## VI - ANNEXES :

Cf. référentiel national

AFL évalués	Points	Éléments à évaluer	Degré 1			Degré 2			Degré 3			Degré 4		
			Note	Temps filles	Temps garçons	Note	Temps filles	Temps garçons	Note	Temps filles	Temps garçons	Note	Temps filles	Temps garçons
S'engager pour produire une performance maximale à l'aide de techniques efficaces, en gérant les efforts musculaires et respiratoires nécessaires et en faisant le meilleur compromis entre l'accroissement de vitesse d'exécution et de précision.	14	Performance maximale	0,5	4'35	3'45	4	4'13	3'23	7,5	3'52	3'02	11	3'31	2'42
			1	4'31	3'41	4,5	4'10	3'20	8	3'49	2'59	11,5	3'28	2'40
			1,5	4'28	3'38	5	4'07	3'17	8,5	3'46	2'56	12	3'25	2'38
			2	4'25	3'35	5,5	4'04	3'14	9	3'43	2'53	12,5	3'22	2'36
			2,5	4'22	3'32	6	4'01	3'11	9,5	3'40	2'50	13	3'19	2'34
			3	4'19	3'29	6,5	3'58	3'08	10	3'37	2'47	13,5	3'16	2'32
			3,5	4'16	3'26	7	3'55	3'05	10,5	3'34	2'44	14	3'13	2'30
S'entraîner, individuellement et collectivement, pour réaliser une performance.	6	Échauffement. Estimation de sa performance.	Préparation aléatoire et incomplète. Estimation à + ou - 8". 0 -1,5 pts			Préparation stéréotypée. Estimation à + ou - 6". 2-3 pts			Préparation adaptée à l'effort. Estimation à + ou 4". 3,5-4,5 pts			Préparation adaptée à l'effort et progressive. Estimation à + ou - 2". 5- 6 pts		