



**ACADÉMIE  
DE CLERMONT-FERRAND**

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

## **EDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE**

### **Livret Candidat**

**BACCALAUREATS PROFESSIONNELS  
BREVET DES METIERS D'ART**

**ÉPREUVE PONCTUELLE OBLIGATOIRE  
COURSE DE DEMI-FOND**

**Session 2025**

En référence à l'arrêté du 3 avril 2019 (BO spécial n°5 du 11 avril 2019), à l'arrêté du 17 juin 2020 (BO n°30 du 23 juillet 2020), à la circulaire du 29 décembre 2020 (BO n°4 du 28 janvier 2021). Cette brochure présente pour l'Académie de Clermont-Ferrand les activités physiques et sportives retenues pour la session 2025 des Examens des Baccalauréats Professionnels et des brevets des métiers d'art.

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 sur deux épreuves. La date est fixée par le recteur en année terminale de la formation. Plusieurs centres d'examen, placés sous la responsabilité d'un enseignant nommé par le recteur, peuvent être désignés dans une académie. »**

- ☞ 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 professionnel Bulletin officiel n° 39 du 17-10-2024
- ☞ Vérification des convocations et des pièces d'identité des candidats.
- ☞ 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.

#### EVALUATION sur 20 POINTS

Sur 8 points : Temps réalisé sur 800m.

Sur 6 points : La gestion de l'allure de course.

Sur 3 points : Efficacité de l'échauffement.

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

	0-0.5	1	2	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 comprise entre 12 et 14"	Estimation comprise entre 9 et 11"	Estimation comprise entre 6 et 8"	Estimation à + ou – 5"

### 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 ni 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.

#### ☞ 2<sup>ème</sup> 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 6

#### VI – ANNEXES :

Cf. référentiel national

### **Principes de passation de l'épreuve :**

Le candidat réalise un 800 m chronométré à la seconde par un enseignant. La course se réalise en peloton. Un espace est dédié à l'échauffement pendant une durée de quinze à vingt minutes avant l'épreuve. Ce temps d'échauffement est évalué par le jury.

À l'appel le candidat indique au jury un temps de référence pour constituer les séries.

Pendant sa course, le candidat gère son allure pour essayer de courir la seconde moitié de sa course au moins aussi vite que la première moitié.

À l'issue de sa course, le candidat estime son temps à la seconde.

La course se réalise sans montre ni chronomètre, mais un temps de passage est donné par le jury à 400m.

### **Éléments évalués :**

- AFLP 1 : Produire et répartir lucidement ses efforts en mobilisant de façon optimale ses ressources pour gagner ou battre un record.
- AFLP 2 : Connaître et mobiliser les techniques efficaces pour produire la meilleure performance possible.  
L'appréciation des AFLP 1 et 2 portent sur le temps de course (AFLP1) et la gestion de l'allure (AFLP2) qui doit permettre de maintenir une vitesse de course élevée sur toute la distance du 800m. Un candidat qui marche ou s'arrête ne peut se voir attribuer de points sur le critère « gestion de l'allure de course ».
- AFLP 5 : Assurer la prise en charge de sa préparation, de façon autonome pour produire la meilleure performance possible.
- AFLP 6 : Connaître son niveau pour établir un projet de performance située culturellement.
- 

### **Règlement :**

Pour permettre le bon déroulement de l'épreuve, les conditions du rabattement sont matérialisées, rappelées en début d'épreuve, et éventuellement adaptées à la piste. Si le candidat ne se rabat pas au bon moment, **une pénalité de 1 point** sera appliquée sur sa performance finale.

AFLP 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	
Produire et répartir lucidement ses efforts en mobilisant de façon optimale ses ressources pour gagner ou battre un record.	8	Performance maximale	0,25	4'50"	3'50"	2	4'22"	3'29"	4	3'54"	3'05"	6	3'38"	2'49"	
						2,25	4'18	3'26	4,25	3'52	3'03	6,25	3'36	2'47	
													6,5	3'34	2'45
			0,5	4'46	3'47	2,5	4'14	3'23	4,5	3'50	3'01	6,75	3'32	2'43	
			0,75	4'42	3'44	2,75	4'10	3'20	4,75	3'48	2'59	7	3'30	2'41	
			1	4'38	3'41	3	4'06	3'17	5	3'46	2'57	7,25	3'28	2'39	
			1,25	4'34	3'38	3,25	4'03'	3'14	5,25	3'44	2'55	7,5	3'26	2'37	
			1,50	4'30	3'35	3,5	4'00	3'11	5,5	3,42	2'53	7,75	3'24	2'35	
			1,75	4'26"	3'32"	3,75	3'57"	3'08"	5,75	3'40	2'51	8	3'23"	2'32"	
Connaître et mobiliser les techniques efficaces pour produire la meilleure performance possible.	6	Gestion de l'allure de course	Le temps de la deuxième moitié de course par rapport à la première est :												
			Supérieur à 15" d'écart = 0 pt	Supérieur et compris entre 13 à 15" d'écart = 1 pt	Supérieur et compris entre 10 à 12" d'écart = 1,5 point	Supérieur et compris entre 8 à 9" d'écart = 2,5 points	Supérieur et compris entre 5 à 7" d'écart = 3 points	Supérieur et compris entre 2 à 4" d'écart = 4 points	Identique ou supérieur de 1" = 5 points	Inférieur = 6 points					
Assurer la prise en charge de sa préparation, de façon autonome pour produire la meilleure performance possible.	3	Échauffement	Le candidat assure difficilement sa préparation qui reste incomplète. 0 à 0,75 pt			Le candidat assure sa préparation à l'effort, mais de façon approximative. 1 à 1,5 pt			Le candidat organise sa préparation en différentes étapes suffisamment longues et efficaces. 1,75 à 2,25 pts			Le candidat construit et mène un échauffement, complet, progressif et adapté pour être performant. 2,5 à 3 pts			
Connaître son niveau pour établir un projet de performance située culturellement.	3	Estimation de sa performance	Estimation comprise entre 12 et 14". 0 à 0,75 pt			Estimation comprise entre 9 et 11". 1 à 1,5 pt			Estimation comprise entre 6 et 8". 1,75 à 2,25 pts			Estimation à 5" ou moins. 2,5 à 3 pts			