



**ACADÉMIE
DE TOULOUSE**

*Liberté
Égalité
Fraternité*

Enseignement de spécialité
Éducation Physique Pratiques et
Culture Sportives

1

Evaluation ponctuelle pour les candidats individuels

Classe de première

Session 2023

LIVRET CANDIDAT : DEMI-FOND

I. LES TEXTES DE REFERENCE

Note de service du 29-7-2021

Cette note de service est applicable à compter de la session 2023 du baccalauréat, pour l'évaluation ponctuelle dans l'enseignement de spécialité de la voie générale suivi uniquement pendant la classe de première, telle que définie dans l'arrêté du 16 juillet 2018 modifié relatif aux modalités d'organisation du contrôle continu pour l'évaluation des enseignements dispensés dans les classes conduisant au baccalauréat général et au baccalauréat technologique.

L'évaluation ponctuelle dans l'enseignement de spécialité suivi uniquement pendant la classe de première est prévue pour les candidats qui ne suivent les cours d'aucun établissement, les candidats inscrits dans un établissement privé hors contrat, les candidats inscrits dans un établissement français à l'étranger ne bénéficiant pas d'une homologation pour le cycle terminal, les candidats inscrits au CNED en scolarité libre, et, sur leur demande, les sportifs de haut niveau, sportifs espoirs et sportifs des collectifs nationaux inscrits sur les listes mentionnées à l'article L. 221-2 du Code du sport. Ces candidats peuvent choisir de présenter l'évaluation ponctuelle soit l'année de l'examen, soit de manière anticipée l'année précédente.

Le résultat obtenu par le candidat est pris en compte pour le baccalauréat avec un coefficient 8, au titre du contrôle continu, conformément aux dispositions de la note de service du 28 juillet 2021 relative aux modalités d'évaluation des candidats à compter de la session 2022.

Cette évaluation s'adresse uniquement aux candidats des établissements privés hors contrat, du CNED et les candidats libres. Elle est ponctuelle. Elle repose sur un nombre limité d'activités physiques et sportives qui sont pour l'académie de Toulouse : demi-fond, danse, musculation.

2

II. L'ÉPREUVE : UNE ÉVALUATION ORALE

Cette évaluation orale est composée de deux parties, chacune de 15 minutes.

Les deux parties se déroulent le même jour.

La durée de cette épreuve est de 30 minutes.

2.1 - Première partie : pratique physique et sportive

Le candidat choisit, au moment de son inscription à l'examen, une activité physique, sportive et artistique (APSA) dans une liste de trois, relevant de trois champs d'apprentissage différents, proposée par l'académie.

La prestation physique du candidat est notée à l'aide d'un référentiel établi par les autorités académiques, en référence au cadre national proposé pour l'enseignement de spécialité.

2.2 - Deuxième partie : compétences et connaissances relatives à la culture sportive

Disposant de cinq minutes maximum, le candidat présente dans un exposé une problématique issue de son carnet de suivi en référence au programme de la spécialité.

Le temps restant, lors de l'entretien, les questions du jury permettent d'approfondir certains éléments de l'exposé du candidat, et d'apprécier sa culture sportive et sa capacité à faire des liens avec sa propre pratique.

L'entretien permet au jury de le solliciter sur ses connaissances relatives aux thématiques du programme de première.

2.3 - Les thèmes d'études de la classe de première

- Les métiers du sport et du corps humain
- La pratique physique et la santé
- La technologie des APSA

2.4 - Barème et notation

Chaque partie est notée sur 10 points.

Première partie : 10 points

- « La performance maximale » sur 5 points
- « Efficacité technique » sur 5 points

Deuxième partie : 10 points

Des repères d'évaluation :

- Pertinence de l'exposé
- Pertinence de la réponse en lien avec la pratique
- Culture sportive : appropriation de connaissances

2.5 - Carnet de suivi

Le carnet est transmis au jury au plus tard quinze jours avant l'évaluation de la partie orale.

Le carnet de suivi, de 30 pages maximum en format papier, est constitué tout au long de l'année. Le candidat y retrace son parcours et ses expériences de pratiquant et des réflexions personnelles.

2.6 - Composition du jury

L'évaluation est assurée par deux professeurs de l'Education nationale intervenant régulièrement dans l'enseignement de spécialité éducation physique, pratiques et culture sportives.

III. AIDE A LA PREPARATION

- [Consulter les documents ressources disponibles sur Eduscol](#)
- [Consulter les programmes pour s'appropriier les thèmes d'études](#)
- Prévoir un entraînement régulier tout au long de l'année
- Se tester à plusieurs reprises sur l'épreuve

IV. LE REFERENTIEL

Epreuve pratique : demi-fond

EPREUVE PRATIQUE : DEMI-FOND

I – COMPÉTENCE ATTENDUE

L'épreuve de 1500 mètres consiste à courir deux distances de courses : 1000 mètres et 500 mètres ; dans un ordre choisi à l'avance par le candidat. Le candidat dispose de 20 minutes de récupération entre les deux courses.

II – DESCRIPTION DE L'ÉPREUVE (cf. référentiel page suivante)

III – CONDITIONS DE L'ÉPREUVE :

- L'épreuve se déroule sur une piste avec des repères disposés tous les 250 mètres.
- Pas de repère chronométrique accepté.
- En tout état de cause, se conformer au règlement intérieur de l'établissement d'accueil.

IV – DÉROULEMENT DE L'ÉVALUATION :

1^e phase : compétences relatives à la pratique des APSA

- Accueil des candidats (appel, vérification d'identité)
- Explication sur le déroulement de l'épreuve
- Echauffement : 30 minutes maximum
- Epreuve : 15 minutes maximum

2^e phase : connaissances relatives aux thèmes d'étude en lien avec l'APSA

L'oral, d'une durée de 15 minutes, porte sur une activité physique sportive ou artistique (APSA) et un thème d'étude, tous deux choisis par le candidat.

Il débute par un exposé de 5 minutes maximum dans lequel le candidat présente une problématique mettant en lien le thème d'étude et l'APSA choisis. Il se poursuit par un entretien avec le jury qui permet d'investiguer les connaissances sur l'APSA et la thématique choisie, ainsi que sur la mise en relation du thème d'étude et de l'APSA.

V – MODALITÉS DE L'ÉVALUATION :

Cf. fiche épreuve ci-après

Référentiel EDS EPPCS CA n°1 – DEMI-FOND – Académie de Toulouse – Session 2023

Champ d'apprentissage n°1 : « Réaliser une performance motrice maximale mesurable à une échéance donnée ».

L'épreuve d'évaluation pour l'APSA est proposée par les autorités académiques de manière à évaluer l'AFL : « 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. »

Situation d'évaluation de fin de séquence

Le temps total de l'épreuve est de 2 heures maximum, sur une piste avec des repères disposés tous les 250 m. L'épreuve engage le candidat dans la réalisation de 2 distances de course : 1000 m et 500 m. Le candidat choisit l'ordre de la réalisation des courses et dispose de 20 minutes de récupération qu'il doit optimiser entre chaque distance. Il dispose d'un temps d'échauffement de 30 minutes. A l'issue de cet échauffement le candidat dispose d'un seul essai pour réaliser l'épreuve dans son intégralité.

Principe d'élaboration de l'épreuve

Le candidat doit courir 1000 m et 500 m dans l'ordre qu'il choisit. Un relevé de temps est effectué tous les 250 m afin de vérifier la régularité de ses courses. Il dispose de 20 minutes de récupération entre chaque distance qu'il gère de manière autonome. L'élément A permet d'évaluer la performance en additionnant les deux temps de course. L'élément B permet d'évaluer l'efficacité technique en comparant les temps des 250 m. Le pourcentage d'écart entre le 250 m le plus rapide et le 250 m le plus lent place le candidat dans un degré d'efficacité. Le candidat ne peut pas utiliser de chronomètre ou montre durant l'épreuve.

REPÈRES D'ÉVALUATION

	Degré 1			Degré 2			Degré 3			Degré 4			
	Filles	Points	Garçons	Filles	Points	Garçons	Filles	Points	Garçons	Filles	Points	Garçons	
AFL n°1 : éléments A « La performance maximale » Addition des temps des 2 courses	07:31	0,25	06:04	07:19	1,75	05:52	07:07	3,25	05:40	06:55	4,75	05:28	
	07:29	0,5	06:02	07:17	2	05:50	07:05	3,5	05:38	06:53	5	05:26	
	07:27	0,75	06:00	07:15	2,25	05:48	07:03	3,75	05:36	06:51	5,25	05:24	
	07:25	1	05:58	07:13	2,5	05:46	07:01	4	05:34	06:49	5,5	05:22	
	07:23	1,25	05:56	07:11	2,75	05:44	06:59	4,25	05:32	06:47	5,75	05:20	
	07:21	1,5	05:54	07:09	3	05:42	06:57	4,5	05:30	06:45	6	05:19	
	0 pt 1,25 pt			1,50 pt 2,50 pts			2,75 pts 3,75 pts			4 pts 5 pts			
AFL n°1 : éléments B « Efficacité technique ».	Régularité des temps au 250 m sur le 1000 m Les temps augmentent : > 10%			Régularité des temps au 250 m sur le 1000 m Les temps varient : entre 9% et 5%			Régularité des temps au 250 m sur le 1000 m Les temps sont réguliers: entre 4% et 1%			Régularité des temps au 250 m sur le 1000 m Les temps diminuent en fin d'épreuve ou: < 1%			
	> 10%		10%	9% < < 7%		7% < ... < 5%	4% < < 2%		2% < ... < 1%		Égal		< 1%
	0 pt		0,5 pt	0,75 pt		1,25 pt	1,5 pt		2 pts		2,5 pts		3 pts
	Régularité des temps au 250 m sur le 500 m Les temps augmentent : > 10%			Régularité des temps au 250 m sur le 500 m Les temps varient : entre 9% et 5%			Régularité des temps au 250 m sur le 500 m Les temps sont réguliers: entre 4% et 1%			Régularité des temps au 250 m sur le 500 m Les temps diminuent en fin d'épreuve ou < 1%			
	> 10%		10%	9% < < 7%		7% < ... < 5%	4% < < 2%		2% < ... < 1%		Égal		< 1%
0 pt		0,25 pt	0,5 pt		1 pt	1,25 pt		1,5 pt		1,75 pt		2 pts	

Note sur 5 points