

**CONTROLE DES CONNAISSANCES - EXAMEN TERMINAL**  
**Session 1 - Semestre 1**  
**UE11 – Approches Théoriques des APSA par les Sciences de la Vie**

Date : Novembre 2014

Promotion : L 1

Durée : 2 h

**Avant de composer, remplir toutes les rubriques de l'en-tête de votre copie sans oublier d'indiquer votre nom ainsi que sur chaque intercalaire.**  
**Les candidats sont tenus de rendre une copie par sujet même blanche s'ils ne le traitent pas.**

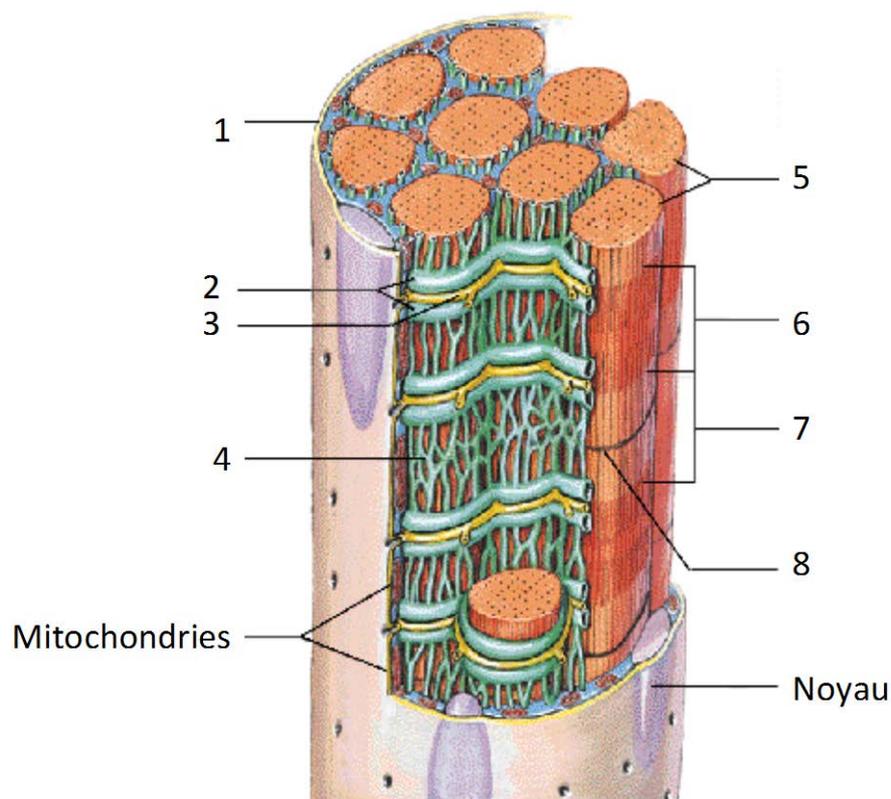
**Les candidats devront traiter obligatoirement les 2 sujets sur 2 copies différentes**

**Sujet Physiologie - G Deley, B. Pageaux, G. Scaglioni – 1h :**

**Aucun document n'est autorisé pendant l'épreuve**

**Question B. Pageaux (4 points) :**

1) Complétez le schéma ci-dessous. Merci de reporter la légende correspondante à chaque numéro sur votre copie. (2 pts)



2) Quel est le rôle du  $\text{Ca}^{2+}$  pendant la contraction musculaire ? (1 pt)

3) Donnez la définition de la période de latence. Sur quel phénomène nous renseigne-t-elle ? (1 pt)

**Question G. Scaglioni (8 points) :**

1) Décrivez les phénomènes permettant la transmission de l'influx nerveux entre deux neurones (3 points).

2) Décrivez le rôle des neurotransmetteurs excitateurs et inhibiteurs et précisez leur mode d'action (2 points).

3) Qu'est-ce que la gaine de myéline, où la trouve-t-on et quelle est sa fonction ? (1,5 points).

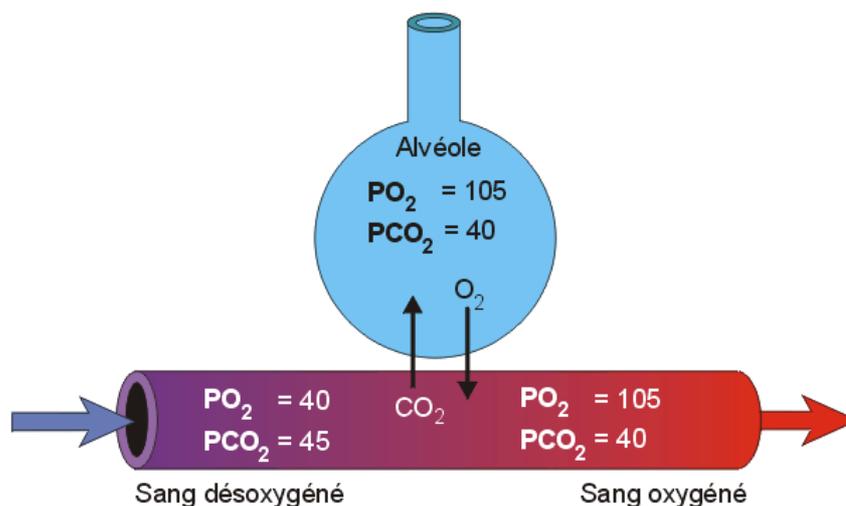
4) Qu'est-ce qu'une molécule polaire, en quoi se différencie-t-elle d'une molécule apolaire ? (1,5 points).

**Question G. Deley (8 points) :**

1. Décrivez les différentes étapes du cycle cardiaque du point de départ (phénomène électrique) à la contraction finale (phénomène mécanique). (4 points)

2. Décrivez le processus de la respiration. (2 points)

3. Expliquez le schéma suivant. A quelle loi fait-il référence ? (2 points)



## Sujet Biomécanique – J. Gaveau – 1h :

(Aucun document autorisé, calculatrice autorisée)

Pour les trois questions ci-dessous, on considère le cas d'un joueur de pétanque. Donnez les valeurs numériques avec deux décimales et spécifiez les unités.

### Question 1 (8 points)

Un joueur de pétanque attend son tour pour lancer une boule. Durant cette phase statique, son avant-bras est aligné avec l'horizontale (voir Figure 1) et l'articulation du coude est fléchit à  $90^\circ$  (l'axe z sort du plan).

On considère un cas de figure dans lequel deux muscles fléchisseurs du coude (le biceps brachial et le brachialis) produisent les moments musculaires nécessaires au maintien de la position horizontale du bras.

Le centre de l'articulation du coude est appelé point O.

Le biceps s'insère sur l'avant-bras en un point A (situé à 5cm du point O), selon un angle égal à  $75^\circ$  par rapport à l'horizontale. Le brachialis s'insère sur l'avant bras en un point B (situé à 10cm du point O), selon un angle égal à  $70^\circ$  par rapport à l'horizontale.

On sait que les moments des forces du biceps et du brachialis sont égaux.

On connaît aussi:

La masse du bras  $m_1 = 5\text{kg}$  et la masse de la boule de pétanque  $m_2 = 1\text{kg}$ .

La position du centre de gravité du bras qui se situe en un point C à 20cm de O.

La position de la boule de pétanque qui se situe en un point D à 30cm de O.

L'accélération gravitaire égale à  $9,81\text{m}\cdot\text{s}^{-2}$

Déterminez les valeurs des moments des forces musculaires et les valeurs des forces musculaires.

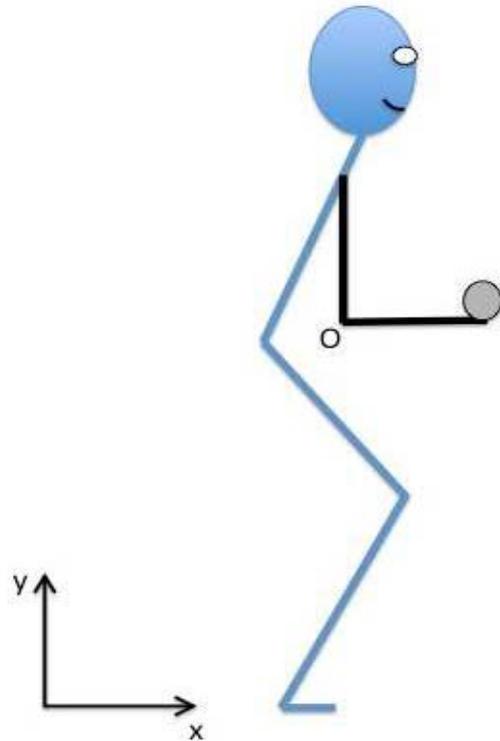


Figure 1

### Question 2 (4 points)

Durant le lancé de la boule de pétanque, le joueur réalise une action dynamique pour laquelle on obtient les courbes représentant le moment de la force et la vitesse angulaire (voir Figure 2). On considère un cas dans lequel un seul groupe musculaire est contracté dans chacune des 4 phases A, B, C et D. Ces groupes musculaires sont les fléchisseurs (Biceps) et les extenseurs (Triceps) du coude.

A partir du graphique, pour chacune des 4 phases, définissez quel groupe musculaire est actif et selon quel mode de contraction (excentrique ou concentrique).

La succession de quelles phases constitue une action pliométrique?

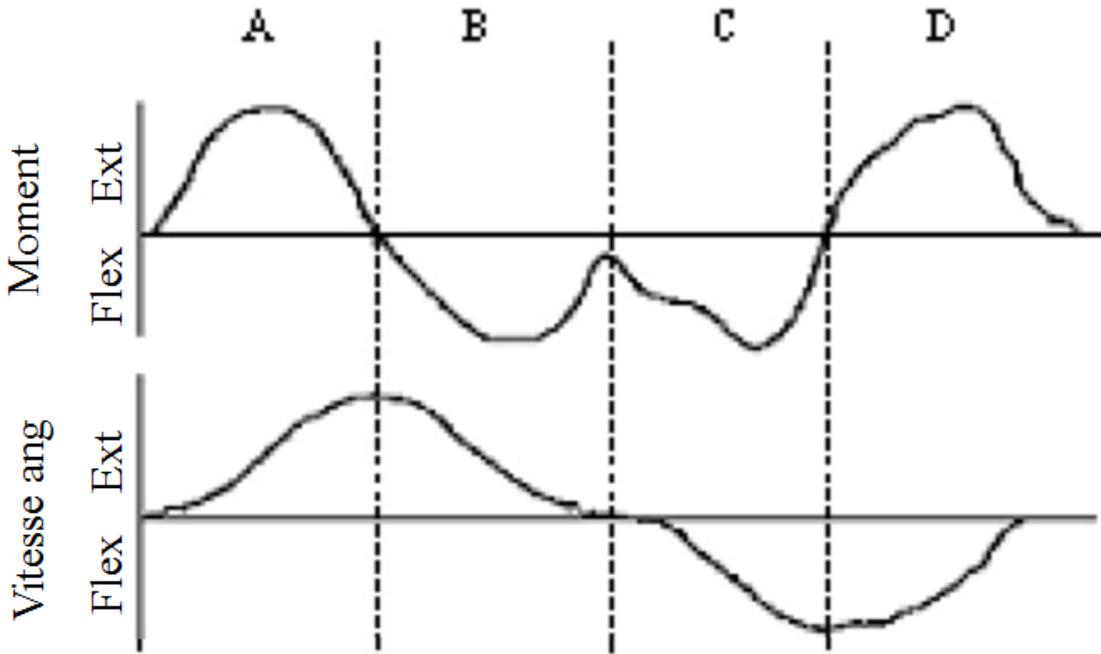


Figure 2

### Question 3 (8 points)

A la fin de la phase dynamique, décrite dans la question 2, le joueur lâche la boule de pétanque. Dans le cas présent, nous négligerons les frottements de l'air sur la boule.

La boule quitte la main avec une vitesse initiale égale à  $5\text{m}\cdot\text{s}^{-1}$  et selon une inclinaison par rapport à l'horizontale égale à  $30^\circ$ .

On connaît:

La position de départ définit par  $x= 0,2\text{m}$  et  $y= 1,5\text{m}$  (voir axes sur la Figure 1)

La valeur de l'accélération gravitaire  $g=9,81\text{m}\cdot\text{s}^{-2}$

Quelles sont les valeurs des vitesses initiales verticale et horizontale?

Quelle est la hauteur maximale qui sera atteinte par la boule?

A quelle distance  $x$  est-ce que la boule retombera sur le sol?

**CONTROLE DES CONNAISSANCES - EXAMEN TERMINAL**  
**Session 1 - Semestre 1**  
**UE11 – Approches Théoriques des APSA par les Sciences de la Vie**

Date : Novembre 2014

Promotion : L 1

Durée : 1 h

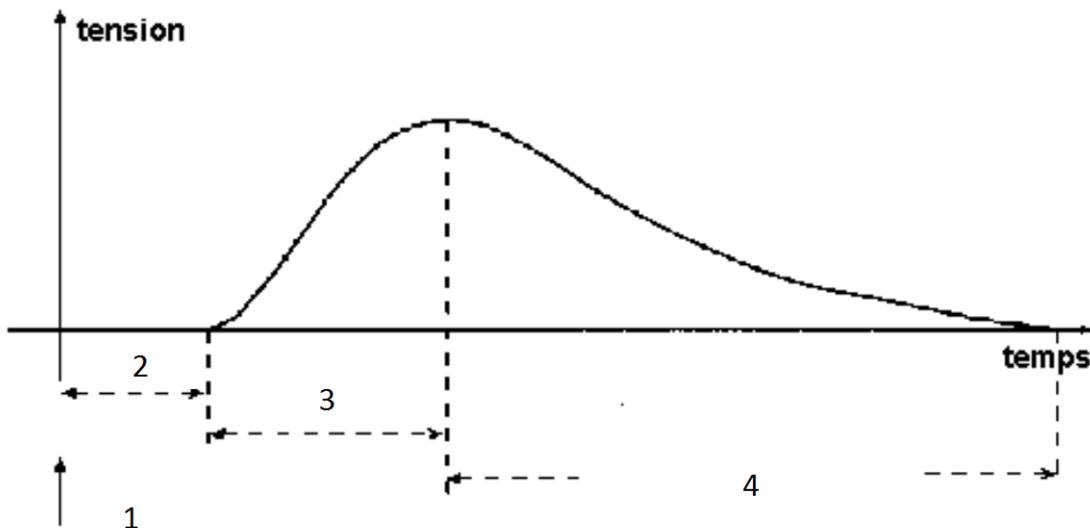
**Avant de composer, remplir toutes les rubriques de l'en-tête de votre copie sans oublier d'indiquer votre nom ainsi que sur chaque intercalaire.**  
**Les candidats sont tenus de rendre une copie par sujet même blanche s'ils ne le traitent pas.**

**LES DOCUMENTS ET LES CALCULATRICES NE SONT PAS AUTORISES**  
**PENDANT L'EPREUVE**

**Sujet Physiologie - G Deley, B. Pageaux, G. Scaglioni – 1h :**

**Question B. Pageaux (4 points) :**

1) Donnez un titre au schéma ci-dessous et le compléter. Merci de reporter le titre et la légende correspondante à chaque numéro sur votre copie. (1.5 pts)



2) Quelle est la différence entre une contraction isométrique et une contraction anisométrique? Détaillez (1 pt)

3) Où est stocké le  $\text{Ca}^{2+}$  dans la fibre musculaire ? Comment va-t-il être libéré et re-stocké ? (1.5 pt)

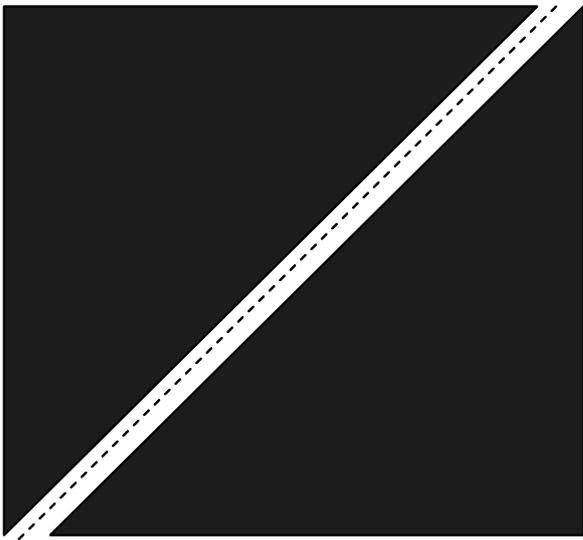
**Question G. Scaglioni (8 points) :**

1. Qu'est-ce qu'un nucléotide et où en trouve-t-on ? (2 points)
2. Décrivez les mécanismes du transport membranaire actif ? (2 points)
3. Qu'est-ce qu'un potentiel d'action et comment celui-ci se propage-t-il ? (2 points)
4. A quoi fait-on référence en parlant de « la loi du tout ou rien » ? (2 points)

**Question G. Deley (8 points) :**

1. Qu'est-ce que le système de contrôle intrinsèque du fonctionnement cardiaque? Et le système extrinsèque ? Détaillez (4 points)
2. Quelles sont les différences entre une artère et une veine ? (1.5 points)
3. A quoi correspondent les bruits du cœur ? (0.5 point)
4. Quelles lois déterminent les échanges gazeux ? Expliquez (2 points)





Q6. Quelle définition feriez-vous de la Santé ?

.....  
.....  
.....

Q7. Citez un bénéfice (si possible chiffré) de l'activité physique sur la santé pour :

1) L'AVC : .....

.....  
.....

2) La BPCO : .....

.....  
.....

3) L'insuffisance cardiaque : .....

.....  
.....

4) L'ostéoporose : .....

.....  
.....

5) L'obésité : .....

.....  
.....

6) Le diabète de type II .....

.....  
.....

7) Le vieillissement .....

.....  
.....

8) Le système immunitaire .....

.....  
.....

Q8. Comment peut-on mesurer l'intensité dans la pratique d'une activité physique ?

1) .....

.....  
.....

2) .....

.....  
.....

3) .....

.....  
.....

Q9. Quels sont les facteurs expliquant la diminution de la dépense énergétique et l'augmentation des apports énergétiques ?

.....

.....

.....

## Vrai ou Faux

*Vous noircirez complètement la case correspondante*

Bon : ■

Pas bon : ☒ ☑

Barème : juste : +1pt ; faux : -1 pt ; ne sait pas : -0,5 pt

- Q10. Les français sont plus actifs le weekend du fait des activités de loisirs
- Q11. Le temps moyen passé assis au cours d'une journée est plus important pour les 65-74 ans que pour les 25-34 ans
- Q12. Si l'on pratique une activité physique env. 150 min à 300 min/semaine à intensité modérée alors le risque de récurrence du cancer de la prostate est diminué de 25 % à 50 %
- Q13. Le calcul de l'indice de masse corporelle permet de déterminer les pourcentages de la masse maigre et de la masse grasse
- Q14. L'obésité commence lorsque l'IMC dépasse 26
- Q15. L'AP contribue à la prévention des maladies cardiovasculaires et limite leurs conséquences
- Q16. La mortalité diminue de 30% si l'activité physique est pratiquée 30mn x 3jours/semaine à intensité modérée
- Q17. L'enquête de l'IRMES (2014) indique que 51% des Français ne pratiquent aucune AP/S
- Q18. Aujourd'hui en France, près de 6 millions de français sont âgés de plus de 75 ans
- Q19. Aujourd'hui en France, 37 millions de personnes sont « inactives ». Si 5% d'entre elles devenaient actives l'économie en terme de dépenses de santé atteindrait 500 millions €/an
- Q20. L'Académie Nationale de Médecine indique que le stade 2 correspond à des AP/S associées à une « bonne » hygiène de vie et adaptées aux recommandations
- Q21. En 2012, l'étude OBépi montre que la prévalence de l'obésité commence enfin à diminuer chez les 18-24 ans du fait des campagnes de prévention
- Q22. Selon l'OMS, l'inactivité physique est le 2ème facteur de risque de mortalité
- Q23. Les études n'ont pas encore mis en évidence de lien entre les heures passées devant un écran et la prévalence de l'obésité
- Q24. La dépense quotidienne d'énergie (DQE) d'une personne dépend majoritairement de l'activité physique qu'elle réalise dans la journée, soit 65 % à 70 % de la DQE
- Q25. L'activité physique permet de guérir de certaines maladies chroniques et notamment du diabète de type II
- Q26. L'activité physique permet aux personnes âgées de lutter contre le déclin musculaire mais n'a aucun effet sur le déclin cognitif
- Q27. Le nombre de pas à effectuer pour être « actif » est compris entre 7000 et 8500 pas/jour
- Q28. Plus l'activité physique est intense plus les bénéfices sur la fonction immunitaire sont importants
- Q29. Le niveau de diplôme est corrélé avec la quantité de pratique d'activité physique

<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> V F ? Q10	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> V F ? Q11	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> V F ? Q12	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> V F ? Q13	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> V F ? Q14	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> V F ? Q15	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> V F ? Q16	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> V F ? Q17	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> V F ? Q18	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> V F ? Q19
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> V F ? Q20	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> V F ? Q21	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> V F ? Q22	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> V F ? Q23	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> V F ? Q24	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> V F ? Q25	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> V F ? Q26	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> V F ? Q27	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> V F ? Q28	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> V F ? Q29

V= vrai      F=faux      ? = ne se prononce pas



**CONTROLE DES CONNAISSANCES - EXAMEN TERMINAL**

**Session 1 - Semestre 1**

**UE12 – Psychologie / Sociologie**

Date : Décembre 2014

Promotion : **L 1**

Durée : 2 h

**Avant de composer, remplir toutes les rubriques de l'en-tête de votre copie sans oublier d'indiquer votre nom ainsi que sur chaque intercalaire. Les candidats sont tenus de rendre une copie par sujet même blanche s'ils ne le traitent pas.**

**Les candidats devront traiter obligatoirement les 2 sujets sur 2 copies différentes**

**Sujet Psychologie – M. Nicolas – 1h :**

1. Expliquez les différentes modalités de communication de l'entretien clinique. Donnez des exemples pour chaque modalité.
2. Expliquez les différentes relances de l'entretien clinique.

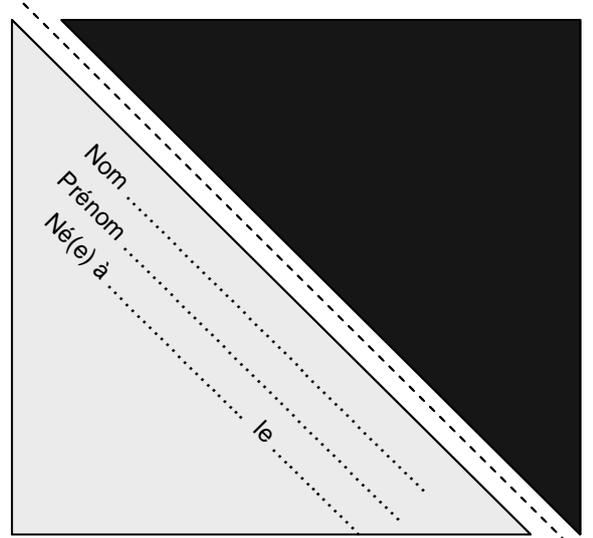
**Sujet Sociologie - A. Marsac / K. Bretin – 1h :**

En quoi les travaux de Christian Bromberger permettent-ils de mieux connaître les spectateurs du football et de comprendre l'engouement suscité par les matches ?

**UNIVERSITE DE BOURGOGNE**  
**Faculté des Sciences du Sport**  
**UFR STAPS**

DATE DE L'EPREUVE : Jeudi 18 décembre 2014  
 EPREUVE DE : L1 - UE13 – Anglais – 1 heure  
 SUJET DE M./M<sup>ME</sup> : Florence BRUCHON  
 SESSION ANNEE : 2014-2015 – Session 1 – Semestre 1

Nombre d'intercalaires employés



NOTE /	APPRECIATIONS EXPLIQUANT LA NOTE CHIFFRÉE :
-----------	---

**I/ Vocabulaire étudié en cours. Traduisez. (4 pts)**

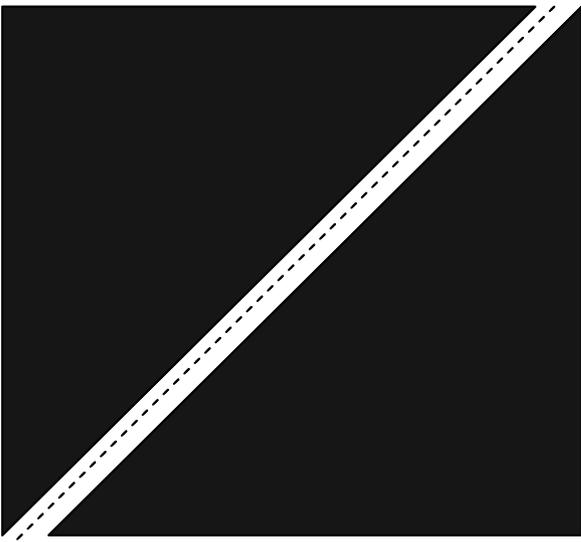
- Abandonner ses études .....
- Le syndicat, l'association des étudiants .....
- Les installations sportives .....
- Détentrices d'un record du monde .....
- Une résidence universitaire .....
- Postuler .....
- Participation (à un évènement, une soirée) .....
- L'Enseignement supérieur .....

**II/ Compréhension de l'écrit.**

A/ D'après le texte ci-dessus indiquez si les énoncés suivants sont vrais (**true**), faux (**false**) ou si le texte n'y fait pas référence (**not mentioned**). (6 pts)

(réponse correcte +0,75 pt, réponse incorrecte – 0,5 pt, pas de réponse 0 pt)

1. All the degrees in the US can qualify the students to teach in a state public school  
 \_\_\_\_\_
2. All physical education teachers must hold an M.A in physical education \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_



3. There is a lack of P.E teachers in the US \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

4. There are many applicants for Bachelor's degrees in physical education \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

5. A post-bachelorette Certificate in physical education is mainly intended to applicants who did not study P.E as an academic subject in their Bachelor's degree \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

6. To be a P.E teacher in a primary school you have to hold a P.E Certification or a teacher license \_\_\_\_\_

7. It is very competitive to become a sports coach in the US as not many schools and colleges offer the programs \_\_\_\_\_

8. Kinesiology studies and physical education programs have nothing in common \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

B/ Trouvez les mots ou expressions équivalents **dans le texte**. (2 pts)

Programme (scolaire/ universitaire/de formation) (autre mot que *program*)

.....

Résultats/conséquences .....

Furturs /potentiels (adj) .....

Stagiaire .....

### III/ Grammaire.

A/ Utilisez le temps qui convient (présent simple et présent be+ing, présent perfect ou prétérit) 3pts

1. We \_\_\_\_\_ in the lake last time I came (swim)
2. He \_\_\_\_\_ you are wrong (think)
3. They \_\_\_\_\_ to each other for years (write)
4. He \_\_\_\_\_ about buying a new bike (think)
5. I \_\_\_\_\_ a vitamin supplement every day ( not /take)
6. I \_\_\_\_\_ biomechanics for only 3 months (study)

B/ Complétez avec un mot ou expression qui convient. (1 pt)

I like to go out maybe \_\_\_\_\_ of nights a week. (= a small number of; a few)

He's got a job offer 2 years \_\_\_\_\_ (= in 2 years' time)

**IV/ Expression écrite:** écrivez un paragraphe (entre 200 et 250 mots, et indiquez le nombre de mots sur la copie) qui présente vos études et l'UFR STAPS  
(Write a presentation of what you study and a presentation of STAPS ). 4 pts

\_\_\_\_\_

**CONTROLE DES CONNAISSANCES - EXAMEN TERMINAL****Session 1 - Semestre 1****UE13 – Anglais****F. BRUCHON**

Date : Décembre 2014

Promotion : L 1

Durée : 1 h

**Avant de composer, remplir toutes les rubriques de l'en-tête de votre copie  
sans oublier d'indiquer votre nom ainsi que sur chaque intercalaire.  
Les candidats sont tenus de rendre une copie par sujet même blanche s'ils ne le traitent pas.**

**TEXTE****Physical Education Colleges and Universities in the U.S.**

Physical education colleges and universities in the U.S. offer undergraduate and graduate degrees for aspiring physical education teachers. Physical education students can also pursue degrees in health-related areas such as kinesiology.

**How to Select a Physical Education College or University**

Programs at physical education colleges can lead to different career outcomes. Prospective students should compare their career goals with program offerings before applying. Aspiring physical education teachers should look for schools that offer a Bachelor of Science in Education with a concentration in physical education. Some schools may offer physical education as a double major or a minor.

Prospective students should also make sure that the degree qualifies them for state licensure as a public school teacher. Other physical education programs may lead to careers in coaching, fitness instruction or personal training.

Common topics of study in physical education degree programs include sports program management, sports history and ethics, motor development, control and performance, exercise physiology and movement analysis. Practical field experience is included in many physical education degree programs.

Students interested in focusing on coaching a specific sport should look for schools that offer that sport. They may be able to play on the team or intern with the coaching staff. Many schools offer opportunities for students to work as personal trainers in the school fitness center.

Current physical education teachers can look for schools that offer a Master of Physical Education. This program provides advanced instruction in physical education methods, program planning and kinesiology. Common topics of study in physical education graduate degree programs include elementary and secondary school physical education, sports education, physical education assessment, sports coaching and sports conditioning.

## **Essential Information**

Students who want to prepare for careers in which they teach physical education might earn bachelor's degrees or post-bachelor's certificates. A 4-year undergraduate program such as the Bachelor of Science in Physical Education could prepare individuals to earn K-12 teacher licensing or physical education certification. Students build sports, exercise and curriculum design skills, as well as teaching methods through a student-teaching experience.

A Post-Bachelorette Certificate in Physical Education program has similarities to a bachelor's degree program. However, it is designed to teach those who have bachelor's degrees in disciplines other than education. In addition to a bachelor's degree, some schools may require coursework in kinesiology for admission. In addition to classroom training, students complete a teaching experience. Certification may be granted through the National Board for Professional Teaching Standards. A bachelor's degree, a teaching license and professional experience are necessary for certification.

## **Bachelor's Degrees in Physical Education**

Prospective physical education (P.E.) teachers may earn a Bachelor of Science in Education or a Bachelor of Science in Physical Education to prepare for their teacher license or P.E. certification. These programs are designed for those who want to teach physical education within schools to students from kindergarten through 12th grade. Students learn how to use exercise, games and sports to build a solid, age-appropriate program for each grade level. Additionally, students gain experience within a classroom, where they teach and assist under a licensed P.E. teacher.

## **Course Topics**

The curriculum of P.E. bachelor's degree programs includes coursework in both teaching methodologies and physical fitness activities. Topics covered in a program may include:

- Sport skills
- Resistance training
- First aid and safety
- P.E. teaching methods
- Curriculum design
- Kinesiology

## **Employment Outlook and Salary Information**

The U.S. Bureau of Labor Statistics (BLS) indicates that national employment opportunities for all teachers are expected to increase 13% from 2008-2018 ([www.bls.gov](http://www.bls.gov)). Despite this fact, the BLS also states there are enough qualified P.E. teachers. In March 2012, *Payscale.com* reported that most P.E. teachers earned between \$23,742 and \$61,194.

**CONTROLE DES CONNAISSANCES – CONTROLE CONTINU****Session 1 - Semestre 1  
UE14 – Polyvalences 1 et 2**

Date : Décembre 2014

Promotion : L 1

Durée : 2 h

**Avant de composer, remplir toutes les rubriques de l'en-tête de votre copie  
sans oublier d'indiquer votre nom ainsi que sur chaque intercalaire.  
Les candidats sont tenus de rendre une copie par sujet même blanche s'ils ne le traitent pas.**

Le candidat traitera **obligatoirement les sujets correspondant au groupe auquel il appartient** sur des copies séparées et précisera sur la copie son groupe et les sujets traités.

**Non prise en compte de la copie pour les candidats qui ne traiteront pas les sujets correspondant à leur groupe.**

**GYMNASTIQUE****GYM – Gr 7-11 - P. SUTY – 1 heure :**

- Dessinez un gymnaste réalisant le saut de main, en plaçant les forces en présence (12pts)
- Quelles sont les caractéristiques d'un bon échauffement en gymnastique (8pts)

**GR / DANSE****DANSE – Gr 6-7-11 - E. PAUTET – 30 mn :**

- Différences et points communs entre la Danse et une activité sportive / *1,5 point*
- Les 3 rôles en danse / *1,5 point*
- Qu'est-ce qu'une improvisation ? / *0,5 point*
- Qu'est-ce qu'une inversion? / *0,75 point*
- Citez un ballet du répertoire classique / *0,75 point*
- Qui est Sidi Larbi CHERKAOUI / *0,5 point*
- Qu'est-ce qu'une danse traditionnelle ? / *1,5 point*
- Quelles sont les 10 danses de couples pratiquées en compétition ? / *1,5 points*
- Quelles sont les qualités physiques d'un danseur ? / *1,5 point*

**GR – Gr 6-7-11 - V. DEFOSSE – 30 mn :**

Pour Myriam CASSAGNE « La GRS est une activité sportive d'expression qui trouve sa finalité dans une interaction permanente entre un individu et un engin ; cette interaction se déroule dans un espace et un temps donnés et est modulée par une gestion énergétique du mouvement. »

Reprenez les termes importants de cette citation pour définir l'activité.

**ATHLETISME – NATATION**

**ATHLETISME – Gr 2-4-5-6-10-13– 1h :**

**Choisir 2 sujets parmi les trois familles**

**SAUTS :** (10 points)

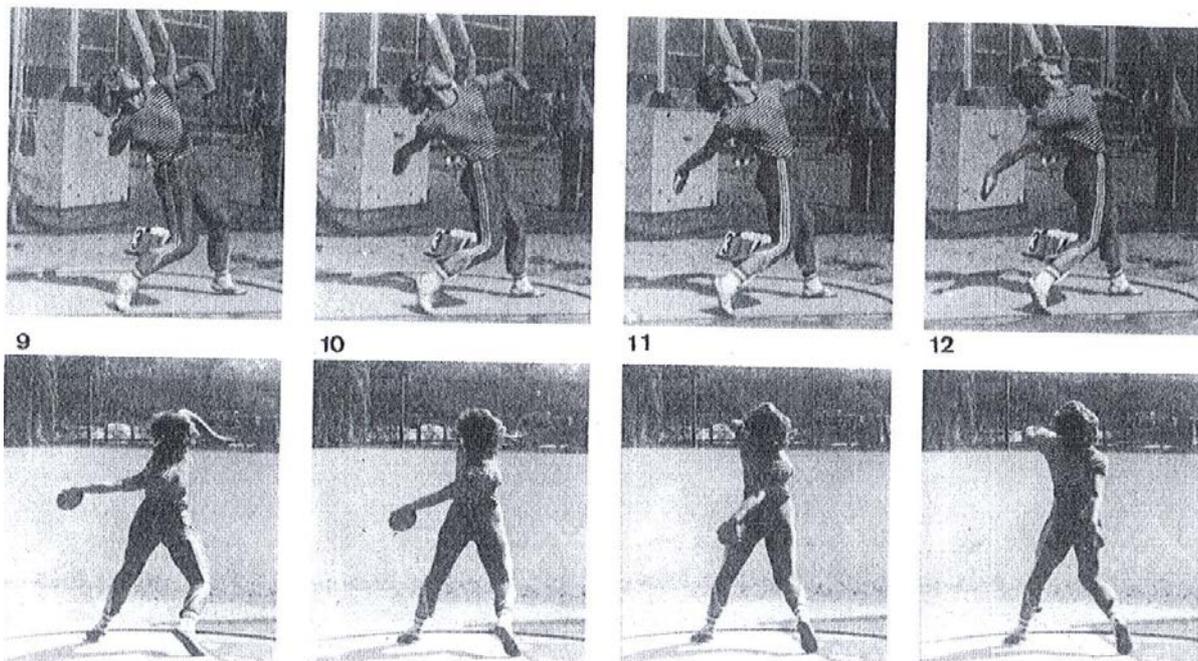
Reproduisez le tableau et complétez le en spécifiant le saut analysé : sur 3 pts

Angle d'envol	
Angulation	
Vitesse	
Force spécifique	
Temps d'appui	
Taille du membre libre	

Expliquer les relations qu'il existe entre chacun des facteurs de la performance (angle d'envol, angulation, vitesse, ...) : sur 7 pts

**COURSES :** (10 points) Comparez la technique du débutant avec celle du champion sur les haies.

**LANCERS :** (10 points) Faites un schéma de synthèse rappelant les facteurs de la performance au lancer de disque (4 points). Commentez et expliquez le document joint (6 points)



## **NATATION – Gr 1-12 – D. MAGER – 1h :**

Question 1 : 8 points

Le dos et le papillon sont 2 nages pour lesquelles les vitesses de déplacement sont proches.  
Faites une analyse comparative de ces 2 nages en donnant les avantages et inconvénients de chacune.

Question 2 : 6 points

Les nageurs ne nagent pas tous de la même façon ; en crawl, par exemple, il existe différentes coordinations motrices.

Décrivez celles que vous connaissez en donnant leur intérêt respectif !

Question 3 : 6 points

Les repères visuels sont utiles au nageur, cependant pour quelles raisons insiste-t-on sur le développement d'une prise d'information proprioceptive ?

## **NATATION – Gr 3-8 – E. CORMERY – 1h :**

Les nageurs experts adoptent en permanence un profil hydrodynamique.

A partir de vos expériences, de vos connaissances, de l'analyse des résultats de vos trois tests, définissez :

- La notion de profil hydrodynamique
- A partir de vos connaissances, justifiez l'importance pour chaque nageur d'adopter un profil hydrodynamique.
- Quelles sont les conséquences sur la respiration et la propulsion du non-respect de ces règles d'efficacité ?

## **NATATION – Gr 5-9-10 – A. LOUAZEL – 1h :**

*Vous répondrez aux questions suivantes en les justifiant par des éléments théoriques vus en cours.  
Chaque question est notée sur 2 points*

Q1 : pourquoi dit-on que la natation est une activité sécuritaire ?

Q2 : pourquoi les ressources affectives sont fondamentales en natation ?

Q3 : pourquoi est-il difficile de flotter à l'horizontale en natation ?

Q4 : que signifie le sigle ERPI ?

Q5 : qu'appelle t'on posture de référence en natation ?

Q6 : pourquoi faut-il contrôler le roulis en natation ?

Q7 : nage-t-on plus vite sous l'eau ?

Q8 : que dit la loi des carrés ?

Q9 : pourquoi dit-on que nager c'est tirer et pousser de l'eau ?

Q10 : pourquoi certains nageurs nagent ils les bras tendus ?

## **APPN**

### **VOILE – Gr13 - M.P. CHAURAY - 1 heure**

- La limite de fasseyement est un repère important en voile expliquez pourquoi (définition de la limite de fasseyement- à quoi correspond ce repère ? explications théoriques-schéma – quand et comment se sert-on de ce repère (8 pts – 20’)
- Schéma des forces horizontales s’appliquant à une planche à voile qui navigue au vent arrière. (4 pts – 10’)
- Décrivez les éléments que le planchiste prend en compte pour naviguer en toute sécurité. (5 pts – 15’)
- Donnez une définition de navigation directe-navigation indirecte. Quand utilise t-on ces différents types de navigation ? n’oubliez pas d’illustrer vos propos par des schémas (3pts-10’)

5’ pour relire et corriger les fautes !

### **ESCALADE – Gr9 – F. WECKERLE - 1 heure**

1. La chaîne d’assurage en escalade. (10 points)
2. Le développement historique de l’activité en France depuis les années 1960. (5 points)
3. La force de choc et le facteur de chute. (5 points)

### **CANOË-KAYAK – Gr 1-2-8 - P. ROZOY – 1 heure**

Q1 (5 points)

Expliquez le matériel et les éventuels accessoires qui vous paraissent adaptés à l’initiation au CK (définir les caractéristiques du public visé)

Q2 (4 points)

Décrivez 4 pratiques se déroulant en ... (choisir 1 des 3 domaines où se pratique le CK)

Q3 (5 points)

Pourquoi et comment enseigne-t-on la propulsion circulaire pour apprendre à aller droit en kayak (schéma obligatoire) ?

Q4 (4 points)

Règles de navigation en mer en kayak.

Q5 (2 points)

Définissez les mots suivants :

- gîte
- carène

## **COMBAT**

### **COMBAT - Gr 3-4-12 - D. MERLE – 1h :**

1 - Comment peut-on définir les sports de combat ? Comment se distinguent-ils des arts martiaux ? Comment se situent-ils dans le champ des activités physiques et sportives ? /10 points

2 - Donner une illustration en Lutte ou en Savate Boxe Française d’une analyse technico-tactique. / 10 points

**CONTROLE DES CONNAISSANCES – CONTROLE CONTINU****Session 1 - Semestre 1****UE15 – Polyvalences 3 et 4**

Date : Décembre 2014

Promotion : L 1

Durée : 2 h

**Avant de composer, remplir toutes les rubriques de l'en-tête de votre copie sans oublier d'indiquer votre nom ainsi que sur chaque intercalaire.  
Les candidats sont tenus de rendre une copie par sujet même blanche s'ils ne le traitent pas.**

Le candidat traitera **obligatoirement les sujets correspondant au groupe auquel il appartient** sur des copies séparées et précisera sur la copie son groupe et les sujets traités.

**Non prise en compte de la copie pour les candidats qui ne traiteront pas les sujets correspondant à leur groupe.**

**GR / DANSE****DANSE – Gr 4-5 - E. PAUTET – 30 mn :**

- Qu'est-ce qu'une activité artistique ? / 1,5 point
- Les 3 rôles en danse / 1,5 point
- Qu'est-ce qu'un effet scénographique ? / 1 point
- Qu'est-ce que le « Lac des cygnes » ? / 1 point
- Citez un danseur-chorégraphe moderne / 0,5 point
- Qu'est-ce que le rock'n roll ? / 1 point
- Qu'est-ce qu'une danse ethnique ? / 1,5 point
- Quels sont les éléments techniques en danse ? / 2 points

**GR – Gr 4-5 -V. DEFOSSE – 30 mn :**

Pour Myriam CASSAGNE « La GRS est une activité sportive d'expression qui trouve sa finalité dans une interaction permanente entre un individu et un engin ; cette interaction se déroule dans un espace et un temps donnés et est modulée par une gestion énergétique du mouvement. »

Reprenez les termes importants de cette citation pour définir l'activité.

**GYMNASTIQUE****GYM – Gr 8-12 – S. DUFRAIGNE - 1h :**

- 1) Vous décrirez le plus précisément les modalités de construction de la note en gymnastique. 6 pts
- 2) Les déterminants mécaniques de la création de rotation transversale. 10 pts
- 3) La courbette : définition et rôles. 4 pts

## ATHLETISME

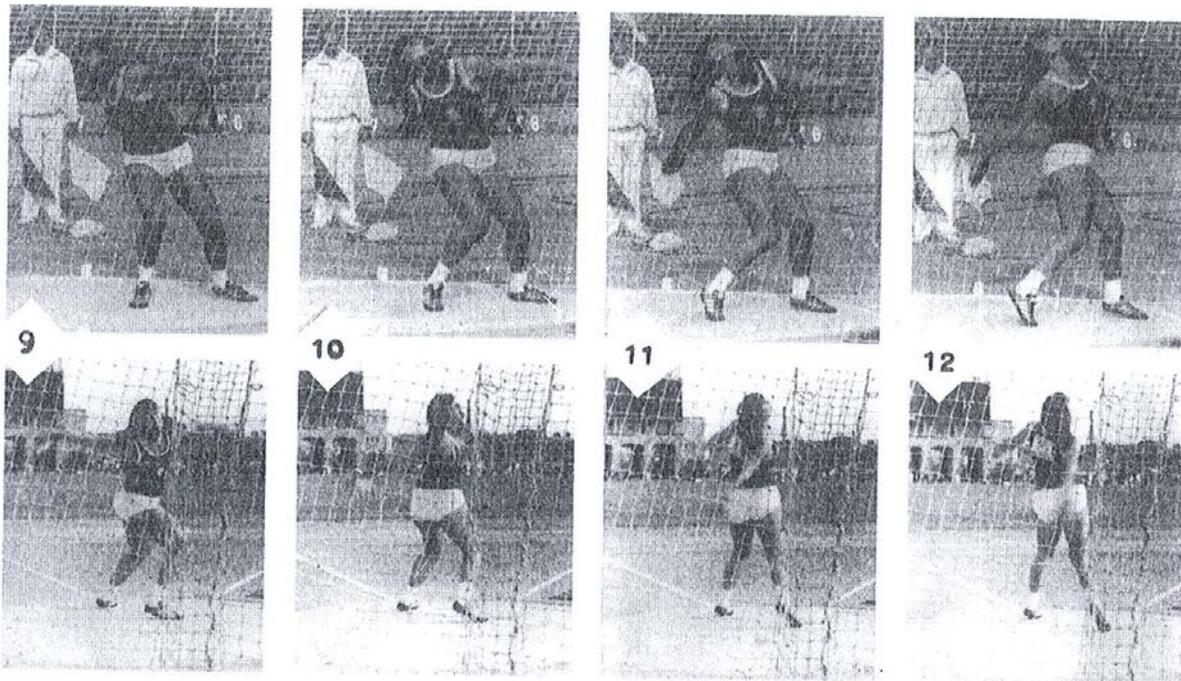
ATHLETISME – Gr 7-11 – 1h :

### Choisir 2 sujets parmi les trois familles

SAUTS : (10 points) Expliquez le fonctionnement de l'impulsion sans oublier de donner les valeurs des facteurs de la performance (angle d'envol, angulation, vitesse, force spécifique, temps d'appui, ...) pour le saut de votre choix.

COURSES : (10 points) Expliquez les invariants de la technique athlétique

LANCERS : (10 points) De quels éléments mesurables dépend la performance au disque ? (4 points)  
Commentez et expliquez le document joint (6 points)



## APPN

VOILE – Gr 6 - M.P. CHAURAY – 1h:

- La limite de fassseymement est un repère important en voile expliquez pourquoi (définition de la limite de fassseymement- à quoi correspond ce repère ? explications théoriques-schéma – quand et comment se sert-on de ce repère (8 pts – 20')
- Schéma des forces horizontales s'appliquant à une planche à voile qui navigue au largue. (5 pts – ¼ h00)
- Quelles sont les 3 grandes étapes de la construction de l'espace vent qui vont permettre au débutant de se déplacer en tous points d'un plan d'eau. (3 pts-10')
- Que sont les polaires de vitesse ? à quoi servent t-elles ? (4 pts-10')

5' pour relire et corriger les fautes !

## **ESCALADE – Gr 7 – F. WECKERLE – 1h :**

1. La chaîne d'assurance en escalade. (10 points)
2. Le développement historique de l'activité en France depuis les années 1960. (5 points)
3. La force de choc et le facteur de chute. (5 points)

## **CK/CO – Gr 11 - P. ROZOY – 1h :**

Q1 (5 points) : Expliquez ce que les constructeurs ont emprunté aux 2 principales origines du CK pour mettre au point le matériel de location pour les touristes occasionnels.

Q2 (5 points) : Expliquez l'équilibre de poids et l'équilibre de forme

Q3 (4 points) : Règles de navigation pour les CK en « eaux intérieures »

Q4 (4 points) : Expliquez le principe, l'utilité et la manière de réaliser correctement une propulsion circulaire (schéma obligatoire).

Q5 (2 points) : Définissez les mots suivants :

- giron
- bouchain

## **SPORTS COLLECTIFS**

## **VOLLEY – Gr 3 - E. ROBERJOT– 1h :**

- 1) Après avoir précisé le numéro des postes sur un terrain de volley-ball, présentez un système de réception protégeant le poste 1. (5 points)
- 2) Quels sont les problèmes fondamentaux rencontrés par le joueur de volley : Présentez et expliquez la modélisation du volley-ball de G Bonnefoy et J Metzler (5 points)
- 3) Comment s'organise la défense pour une équipe de 6 joueurs : Présentez et expliquez le rôle de chacun (10 points)

## **BASKET-BALL –Gr 2-9 - D. ROUX - 1h :**

La passe est un des facteurs de cohésion de l'équipe :

Citez 4 combinaisons tactiques (2pts).

Définitions de la passe décisive en fonction des niveaux de jeu. (3pts)

Quels sont les différents éléments techniques qui composent la passe ? (10pts)

Dans le jeu 4 contre 4 effectué avec le groupe, quelles ont été les causes des mauvaises passes ? (5pts)

## **FOOTBALL – Gr 4-12 – G. PERREAU NIEL – 1 h :**

Q1 (10pts) : Définissez les différents types d'attaque en football et présentez leurs caractéristiques.

Q2 (10pts) : Présentez une situation d'apprentissage permettant à vos joueurs d'être efficaces dans l'une d'entre elles. Vous utiliserez le canevas des séances pratiques.

## **RUGBY – Gr 3-10 - P. DEBARBIEUX – 1h :**

- 1- Qui était W.W.ELLIS ? 1 point
  - 2- Définir la règle du hors-jeu en rugby, et son utilisation dans l'apprentissage. 2 points
  - 3- Pourquoi peut-on dire que la « règle du tenu » favorise l'évolution sécuritaire des joueurs ? 2 points
  - 4- Définir « le jeu groupé » et ses principes d'efficacité. Dans quel but l'utilise-t-on ? 5 points
  - 5- Comment s'organise-t-on pour être de plus en plus efficace en défense collective ?
- Proposer deux (ou +) situations d'apprentissage (individuelle + collective) sur ce thème. 10 points

## **HANDBALL – Gr 1-13 – A. GRAILLOT – 1h :**

Après avoir défini ce que sont les systèmes en défense au Handball, en précisant leurs différences, vous expliquerez quels sont les différents dispositifs en attaque et en défense.

Quels sont les principes ou fondamentaux que vous connaissez au handball en attaque ?  
(Conseils aux joueurs à formuler...)

- Eléments de technique individuelle, passes, réception, tir
- Eléments tactiques d'organisation de l'attaque (Montée de balle, attaque placée)

## **RAQUETTES**

## **TENNIS – Gr 6 - D. ROUX – 1h :**

Schéma des prises ? (5pts).

Quels sont les 3 repères que doit prendre le joueur pour frapper la balle ? (3pts).

Quels sont les points communs et les différences entre un smash et le service ? (12pts).

## **BADMINTON – Gr 1-2-10-13 - S. LELIEVRE – 1h :**

- 1) Règlement relatif au service (6 points)
- 2) Définitions et Principes d'efficacité des lob et lift (4 points)
- 3) Définition du centre de jeu et localisation de ce dernier sur le terrain. (10 points)

## **COMBAT**

## **COMBAT – Gr 5 - D. MERLE – Gr 8-9 - P. BENAS - 1h :**

1 - Quelles sont les différences entre le Judo et la Lutte ? Donnez-en une explication en vous appuyant sur leur histoire respective. / 10 points

2 - Quelles différences de sollicitation des ressources informationnelles en Lutte et en Savate Boxe Française ? / 10 points