

CONTROLE DES CONNAISSANCES - EXAMEN TERMINAL**Session 1 - Semestre 5****UE51a – Le management de projet****Q. Neveu**

Date : Décembre 2021

Promotion : L3 ES

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 s'ils ne le traitent pas.**

Planification**/10pts**

A partir du tableau suivant, concevez un diagramme de Pert.

Créez la matrice des antécédents, présentez les dates de réalisation, les marges de réalisation ainsi que le chemin critique.

Tâche	Antécédent	Durée
A		8
B	A	12
C	E	3
D	F	6
E		2
F	A	4
G	B	5
H	S	4
I	V-R	9
J	L	8
K	A-Z	5
L	P-I-U	3
N	E	10
P	D-G-Q	2
Q	K-C	7
R	N	2
S	U-P-I	10
U	R-V	7
V	K-C	15
X	U	3
Z		7

Pour les questions suivantes :

Vous organisez un tournoi de basketball 3 contre 3 commandité par la ville de Dijon. Les finalités de ce projet sont la promotion du Basketball 3 contre 3, ainsi que la promotion des sports dijonnais.

Organigramme**/6pts**

Quelle est votre démarche pour définir l'organigramme de votre structure projet ? Quelle pourrait-elle être ? Présentez succinctement les commissions et leurs missions.

Objectifs**/4pts**

Quels objectifs définiriez-vous à ce projet et comment pourriez-vous en mesurer la réussite ?

CONTROLE DES CONNAISSANCES - EXAMEN TERMINAL

Session 1 - Semestre 5

UE52a – Aspects Structuraux

Date : Décembre 2021

Promotion : L3 ES

Durée : 1h30

**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 s'ils ne le traitent pas.**

Sujet de C. Cometti

Après avoir défini brièvement les principes de l'échauffement, vous expliquerez l'échauffement russe, en l'illustrant avec un exemple concret dans la discipline de votre choix.

CONTROLE DES CONNAISSANCES - EXAMEN TERMINAL

Session 1 - Semestre 5

UE52b – Aspects énergétiques

Date : Décembre 2021

Promotion : **L3 ES**

Durée : 1h30

**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 s'ils ne le traitent pas.**

Sujet de H. Assadi

Question 1.

Quels sont les facteurs qui influencent l'endurance aérobie ? Argumentez vos réponses.

Question 2.

En vous appuyant sur l'analyse d'un article scientifique vu en cours vous réaliserez une comparaison entre les exercices intermittents 30s30s, 60s60s et 15s15s.

Questions 3.

Le test 45s15s_{FIT} description et analyse.

CONTROLE DES CONNAISSANCES - EXAMEN TERMINAL

Session 1 - Semestre 5

UE52c – Aspects psychologiques

Date : octobre 2021

Promotion : **L3 ES**

Durée : 1h30

**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 s'ils ne le traitent pas.**

Sujet de M. Nicolas :

Définissez les grandes étapes en planification de la préparation mentale en donnant un exemple précis dans votre discipline sportive.

CONTROLE DES CONNAISSANCES - EXAMEN TERMINAL
Session 1 - Semestre 5
UE55 Approfondissement

Date : décembre 2021

Promotion : **L3 ES**

Durée : 1h30

**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 s'ils ne le traitent pas.**

Sujet UE55P1 Adaptation de l'entraînement aux athlètes – F. Taiana et Denis Mager

Sujet Franck Taiana :

Question 1 : (5 points)

Comment avez-vous défini vos objectifs d'entraînement avec vos athlètes ? Comment allez-vous vérifier leur atteinte ? Proposer une évaluation.

Question 2 : (5 points)

Quelles sont les tendances de repli et de progrès vers lesquelles les entraîneurs(es) peuvent évoluer ? Expliquez.

Sujet Denis Mager (10 points) :

Si la séance d'entraînement est envisagée comme un système complexe, quels seraient les sous-systèmes qui cohabiteraient en son sein ?

Montrez en quoi et comment chaque sous-système est sous la dépendance des autres !

CONTROLE DES CONNAISSANCES - EXAMEN TERMINAL

Session 1 - Semestre 5

UE55P2 – Développement des qualités physiques

Date : janvier 2022

Promotion : **L3 ES**

Durée : 1h30

**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 s'ils ne le traitent pas.**

Sujet de C Cometti

Définir et illustrer les facteurs de la vitesse.

CONTROLE DES CONNAISSANCES - EXAMEN TERMINAL**Session 1 - Semestre 6****UE61a – Cadre législatif et réglementaire**

Date : mai 2022

Promotion : **L3 ES**

Durée : 1h30

**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 s'ils ne le traitent pas.**

Sujet de MP Chauray :**1. Responsabilité /assurance**

Etude de cas : Vous êtes entraîneur salarié d'un club. Ne pouvant pas vous rendre à l'entraînement à cause d'un imprévu de dernière minute, vous envoyez à vos athlètes mineurs (U17) sur leur téléphone personnel, un SMS, pour les prévenir que l'entraînement n'aura pas lieu. Les athlètes en profitent pour se retrouver chez un des leurs dont les parents sont absents et s'enivrent. Un de vos athlètes sous l'emprise de l'alcool, en sortant de chez son camarade tombe accidentellement en contrebas d'un parapet sur lequel il essayait de marcher. La chute est sans appel, il se retrouve malheureusement privé de l'usage de ses jambes – les médecins et l'enquête confirment bien que la paraplégie est bien liée à la mauvaise chute. Les parents de la victime portent plainte contre vous.

En s'appuyant sur les mécanismes de la mise en jeu de la responsabilité civile et pénale utiles pour répondre à la question, vous essayerez de déterminer dans quelle mesure, dans le cas énoncé ci-dessus, l'entraîneur (vous) peut engager sa responsabilité civile et ou pénale et quelles peuvent en être les conséquences pour ce dernier. La victime va-t-elle être indemnisée comment et par qui ? Votre réponse aurait-elle été la même si l'entraîneur était bénévole ?

2. Dopage

Vous souhaitez informer les jeunes ados que vous entraînez sur la répression en matière de dopage. Après leur avoir expliqué succinctement le déroulement d'un contrôle, vous leur expliquerez quelles sont les sanctions dont ils peuvent faire l'objet s'ils venaient à se doper. Pour ne pas rester sur la répression, vous leur donnerez quelques informations utiles pour leur permettre d'éviter de se retrouver « doper » et comment réagir s'ils avaient des doutes sur leur état.

3. Statut entraîneur

Est-il légal qu'un dirigeant de club puisse vous demander de vous déclarer en tant qu'autoentrepreneur pour pouvoir vous rémunérer sur facture, lorsque, professionnellement, vous entraînez l'école de sport du mercredi après-midi ? Si oui expliquez pourquoi et les obligations qui vous incombent en tant qu'autoentrepreneur. Si non expliquez pourquoi et comment le club peut vous rémunérer ?

CONTROLE DES CONNAISSANCES - EXAMEN TERMINAL
Session 1 - Semestre 6
UE61C–Positionnement de l'entraîneur dans son environnement

Date : mai 2022

Promotion : **L3 ES**

Durée : 1h

**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 s'ils ne le traitent pas.**

Sujet de Lionel Crognier :

Faut-il se spécialiser précocement pour atteindre le haut niveau en sport ? Argumentez et illustrez votre réponse en citant les modèles de la performance experte vus en cours.

CONTROLE DES CONNAISSANCES - EXAMEN TERMINAL
Session 1 - Semestre 6

UE62 Construction motrice des habiletés sportives
Apprentissage des techniques sportives
F. Fouque D. Mager C. Michel A. Dury

Date : mai 2022

Promotion : **L3 ES**

Durée : 3h

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 s'ils ne le traitent pas.

Vous traiterez 2 sujets : Celui de C. Michel ou d'A. Dury ET celui de F. Fouque ou D. Mager

Sujet d'A. DURY (13 points) :

Commentez et illustrez cette citation : « le rôle de l'entraîneur est de poser les problèmes (à son sportif) et de l'aider à construire ses solutions » (Piron 2008) Vous prendrez des exemples dans l'activité de votre choix

Sujet de C. MICHEL (13 points) :

1- Quelles sont les conséquences de la maturation cérébrale sur le développement des fonctions sensorimotrices et cognitives ? (10 points)

2- Présentez une fonction cognitive de votre choix (définition, substrat neuro-anatomique, évaluation neuropsychologique, évolution lors du développement). Montrez comment cette fonction est mobilisée dans l'APSA de votre choix. (3 points)

Sujet de F. FOUQUE (7 points) :

Une coordination complexe est difficile pour un débutant en cours d'acquisition.

En tant qu'éducateur sportif, comment procéderiez-vous pour faciliter l'apprentissage de cette coordination ? Illustrez vos propos à partir d'exemples issus d'une pratique sportive de votre choix tout en les rattachant, *obligatoirement*, à des conceptions théoriques.

Sujet de D. MAGER (7 points) :

Pour Paul Goirand, la technique ne se résume pas au geste final, parfait, idéal.

Que serait alors, pour ce spécialiste de gymnastique, cette « fameuse technique » ?

Quelles conséquences auraient cette définition sur l'apprentissage ?

CONTROLE DES CONNAISSANCES - EXAMEN TERMINAL

Session 1 - Semestre 6

UE62C – Aspects informationnels et décisionnels dans l'apprentissage et l'entraînement

L Crognier – F Fouque

Date : avril 2022

Promotion : L3 ES

Durée : 1h30

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 s'ils ne le traitent pas.

Un sujet à choisir parmi les deux proposés

SUJET DE F. FOUQUE

"Les écologistes mettent au centre de leur science la découverte des lois naturelles qui gouvernent les relations d'un organisme avec son environnement, plus que les lois cognitives qui agissent sur des représentations mentales" (Gardner, 1993)

Listez les postulats théoriques de la théorie écologique concernant la prise d'information et illustrez-les à travers des exemples tirés d'expériences scientifiques.

SUJET DE L. CROGNIER

« Les grands athlètes, en général, sont ceux qui laissent leur esprit inconscient prendre le pouvoir sur leur esprit conscient en ne laissant pas ce dernier interférer. Les athlètes affirment que dès qu'ils essayent «de penser» (d'être conscients) à une réponse immédiate à donner, ils deviennent alors moins performants. »

Commentez, justifiez et illustrez ces propos de Benjamin LIBET (2012) en baseball, en tennis et dans d'autres situations sportives à partir des connaissances vues en CM et en TD.

CONTROLE DES CONNAISSANCES - EXAMEN TERMINAL**Session 1 - Semestre 6****UE64A – Spécialité sportive**

Date : mai 2022 Durée : 2h

Promotion : **L3 ES**

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.

ATHLÉTISME – N.Binet et A.Dury

Vous entraînez un cadet 3 fois par semaine. Quelle préparation lui proposeriez-vous pour les championnats de France qui auront lieu le 10 juillet ? Vous la commencerez au mois de février et précisez quelle est l'épreuve choisie.

BOXE – Y. Aït Alla :

La gestion d'une grande incertitude pour les combattants est la caractéristique principale des sports de combat de percussion.

Afin d'assurer la progression de vos élèves, vous définirez précisément cette notion d'incertitude, puis vous expliquerez comment en tant qu'enseignant, vous utiliserez cette dernière dans l'enseignement des boxes (pieds-poings et anglaise) ?

Justifiez votre réponse à l'aide d'exemples concrets issus de votre expérience d'enseignement d'option ou en club.

CYCLISME – P. Herman :

Vous prenez en charge un groupe de 20 coureurs sur route, adolescents, d'un niveau hétérogène. Après avoir exposé la logique interne de l'activité, et les facteurs de performance du Cyclo-cross en compétition, vous réalisez et présentez un cycle d'entraînement de 10 séances visant le développement des habiletés spécifiques pour performer dans cette qualité.

ESCALADE – F.Weckerlé :

Après avoir caractérisé l'effort en escalade, vous présenterez votre démarche pour mener à bien l'évaluation de l'ensemble des qualités du grimpeur à des fins de planification de son entraînement.

FOOT – F. Taiana :

Expliquez la biomécanique du tir au but en football (10points).

En quoi ces connaissances peuvent-elles vous aider lors de l'élaboration ou de la conduite d'une séance sur le thème de la finition. (10points).

Gymnastique Rythmique – V. Defosse :

1/ Présentez les différentes techniques d'assouplissements, et proposez pour chacune des exemples variés. Veillez à préciser, les réflexes engagés, les durées de contraction et relâchement s'il y en a, leurs avantages et inconvénients.

2/ Choisissez 3 difficultés corporelles typiques de l'activité (GR et/ou patinage), et analysez-les en précisant :

- les critères de réussite
- les critères de réalisation
- les fautes typiques et leurs raisons.

Pour chacune de ces formes, proposez les exercices qui permettront d'améliorer la qualité d'exécution en expliquant vos choix.

HANDBALL – P. Kowalik :

« *Quand on fait appel à l'intelligence des joueurs plutôt qu'à leur obéissance on les valorise et on obtient davantage.* » Vincent Griveau

En vous appuyant sur le travail réalisé en théorie et pratique cette année, quels sont les outils que vous avez utilisés (ou envisagés) pour faire appel à « l'intelligence » de vos joueurs plutôt qu'à leur « obéissance » lors de la préparation, de l'animation et des bilans de vos séances ? Vous illustrerez vos propos avec des exemples concrets tirés de vos séances avec votre groupe d'option.

JUDO – M. Bonnot :

Présentez globalement une séquence de judo en milieu fédéral pour un groupe d'enfants de 8 à 10 ans ayant déjà réalisé 2 ans de judo.

Vous illustrerez trois objectifs précis de cette séquence au travers de trois situations d'apprentissage évolutives.

KARATÉ – F. Picard :

- Définissez la "matérialisation " de l'activité (5 pts)

- Après avoir défini le terme d'"apprentissage", vous illustrerez un exemple de théorie et de modèle d'apprentissage (5 pts)

- Vous êtes nommé entraîneur régional de votre Ligue (kata ou combat), vous êtes en charge de faire progresser les athlètes des catégories minimales à séniors. Vous devez présenter un cycle d'entraînement à votre Président, en y incluant :

- 5 thématiques d'entraînement (technique / attaque / défense / technico tactique / PPG-PPS en combat, et technique / travail de hanche / enchaînement pieds poings / mise en situation /PPG-PPS en kata)

- les vacances scolaires

- les compétitions de préparation

- les compétitions de référence

- les volumes et intensités (en pourcentage ou diagramme)

Le DTL vous informe que vous devrez organiser au moins un entraînement par mois.

(10 pts)

NATATION – D. Mager

Une nageuse née en 2009 suite au meeting de Nevers du 9 avril (PB) a réalisé les performances suivantes :

50 NL : 29''02

100 NL : 1'03''44

400NL : 4'55

100 pap : 1'13

100 dos : 1'16

100 brasse : 1'45

200 4N : 2'43

Elle va participer au championnat de France jeune à Pau à partir du 12 juillet.

Analysez ses performances !

Quels choix faites-vous dans sa préparation ?

Comment organisez-vous le planning du 18 avril au 12 juillet soit sur 12 semaines ?

Quels vont être vos attentes sur des exercices clés qu'elle devra réaliser à l'entraînement ?

(Grilles des classements en annexe)

TENNIS – F. Ousset :

Vous traiterez au choix une des deux questions suivantes.

« La meilleure connaissance possible pour un système n'implique pas celle de chacune de ses parties » Que vous inspire cette citation de Schrödinger pour la pédagogie du tennis ?

Pourquoi et comment manipuler les informations perceptives et affectives lors des entraînements ?

TENNIS DE TABLE– F. Bécart :

- Question n°1 : 5 pts
Comment améliorer le temps de réaction d'un joueur ?
- Question n°2 : 5 pts
Donnez les différents types de revêtements utilisés sur une raquette.
- Question n°3 : 5 pts
Donnez les différents paramètres du tennis de table.
Les expliquer.
- Question n°4 : 5 pts
Donnez les différents axes de rotation. Vous pouvez les illustrer par un dessin.

VOILE – MP Chauray :

Dans quelle mesure les connaissances météorologiques vous semblent -elles importantes dans la formation de l'entraîneur ? Quelles sont celles qui vous semblent les plus utiles à transmettre à vos athlètes pour qu'ils performant en régate ? De quelle manière allez-vous les transmettre et les utiliser lors d'entraînement ?

VOLLEY – P. Lemoigne :**Sujet n°1 (10 points)**

- Après avoir défini ce qu'est la détente en Volley-ball, explicitez les facteurs sur lesquels agir pour la développer et proposez un plan de développement de celle-ci.
- Quels sont les moyens existants pour la mesurer ?
- Dans notre sport, donnez un ordre d'idée (à 5cm près) par sexe sur :
 - Les plus hautes détentes mondiales
 - La détente moyenne
 - A partir de quel seuil peut-on considérer qu'elle est insuffisante ou anormale
- A votre avis, avons-nous tous les mêmes chances de développer notre détente ?
Précisez et justifiez en distinguant les facteurs limitant et favorable dans quelle proportion on peut l'améliorer.

Sujet n°2 (10 points)

Vous entraînez l'équipe départementale de NEVERS depuis 3 ans et vous accédez à la pré nationale l'an prochain. Deux nouvelles recrues vont étoffer votre effectif.

- ROGER un passeur expérimenté de 34 ans qui a joué en Nationale 2 il y a 2 ans et qui aspire à prendre moins de responsabilité et plus de plaisir cette année.
- KILLIAN un jeune libero de 19 ans en formation qui arrive de Montpellier à la suite du déménagement de ses parents nouvellement nommés en Bourgogne.

Quels remaniements pensez-vous faire dans la formation et le système de jeu de votre équipe et pour quelles raisons ?

Quels sont les secteurs de jeu à travailler prioritairement pour rendre votre nouvelle équipe performante et rendre votre nouveau système de jeu effectif ?

Quelles situations allez-vous proposer pour rendre ces modifications opérationnelles ? Détaillez-en une ou deux qui vous semblent incontournables.

Quels problèmes de gestion de groupe risquez-vous de rencontrer et comment comptez-vous les gérer ?

Sachant que votre effectif est composé des 10 joueurs suivants et qu'ils sont catégorisés en fonction de leur compétence suivant la logique suivante : **La majuscule représente une compétence majeure dans le rôle (exemple C pour bon contreur), la minuscule une compétence mineure (ex : s = serveur qui fait peu de faute mais ne marque pas forcément de points sur son service)**

Suite sujet page suivante

Vos 2 recrues numéros 9 &10 sont à qualifier par vos soins de manière à ce qu'ils répondent à vos besoins.

1. LEON : C, r, a
2. MARTIN : R, a, C
3. SEBASTIEN : p, C, a
4. ALBERT : r, A, S
5. PHILIPPE : A, r, C
6. JACKY : S, ra, c, p
7. BOBY : R, A, c
8. DENIS : A, C
9. KILLIAN:?
10. ROGER :?

Lors du premier match de la saison après un mois de préparation, quelle va être votre composition d'équipe sur la feuille de rotation lors du premier test sachant que vous avez gagné le droit de servir au tirage au sort ?

Qui sont les remplaçants ?

Sur quels joueurs et sous quelles conditions vont-ils rentrer sur le terrain ?

SET 1		
	Fiche de position	Libero
Equipe		
IV	III	II
V	VI	I
		SERVICE
FIVB		SIGNATURE

CONTROLE DES CONNAISSANCES - EXAMEN TERMINAL

Session 1 - Semestre 6

UE65P1 Adaptation de l'entraînement aux sportifs

Date : mai 2022

Promotion : L3 ES

Durée : 2h

**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 s'ils ne le traitent pas.**

Sujet Denis Mager :

Être fatigué après un entraînement semble normal.

4 stades de la fatigue sont habituellement décrits, quels sont -ils ?

Anaël Aubry, chercheur et entraîneur à l'INSEP, tend à montrer que l'augmentation de la charge d'entraînement ne va pas forcément impliquer une amélioration proportionnelle des performances !

Ainsi si l'athlète passe du stade 1 de fatigue (FA) au stade 2 (SF), les performances seront inférieures !

Pourquoi ?

Quel test simple propose Anaël Aubry pour contrôler ce passage du stade 1 au stade 2 de fatigue ?

Qu'appelle t'on le surentraînement ? quelles conséquences sur les performances ? sur la récupération ? sur les effets de l'affûtage ?

CONTROLE DES CONNAISSANCES - EXAMEN TERMINAL

Session 1 - Semestre 6

UE65P2 – Planification et organisation du développement des qualités physiques – Suivi de sportifs

Date : mai 2022

Promotion : **L3 ES**

Durée : 2h

**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 s'ils ne le traitent pas.**

Sujet de N. Babault, C. Cometti, A. Dury, C. Paizis

Les exercices pliométriques dans un travail intermittent : définir ces termes et illustrer.