

Note méthodologique

pour la préparation du concours d'entrée

au département Sciences du sport et éducation physique

(Pour la session 2022)
Ce document comporte 8 pages

I - Épreuves d'admissibilité

Sciences de la vie et de la santé appliquées aux activités physiques et sportives

1. Première composition écrite de sciences de la vie et de la santé appliquées aux activités physiques et sportives (SVAPS 1, durée : deux heures ; coef. 2).

2. Deuxième composition écrite de sciences de la vie et de la santé appliquées aux activités physiques et sportives (écrit 2, durée : deux heures ; coef. 2) ou (SVAPS 2, durée : deux heures ; coef.2).

Pour ces 2 épreuves, les candidat-e-s devront maîtriser les connaissances relatives à l'organisation hiérarchisée du système nerveux central. Une connaissance associée des systèmes sensoriels impliqués dans le contrôle de la motricité humaine complètera les connaissances nécessaires à l'analyse de la motricité humaine (vision et proprioception principalement). Cette analyse suppose de décrire comment la motricité sportive sollicite le système nerveux pour élaborer une commande en tenant compte du contexte préalable à l'exécution (facteurs environnementaux) et comment il permet d'évaluer la production finale en fonction de l'objectif initial, du résultat final et des opérations motrices ayant permis de l'obtenir.

Les candidat-e-s devront également maîtriser les notions mécaniques permettant de caractériser les mouvements sportifs et d'en expliquer les mécanismes. Ils devront pour cela être capables d'utiliser les bases mathématiques nécessaires (ex : trigonométrie, calcul vectoriel, dérivée, calcul intégral). Ils pourront également mobiliser les connaissances de base liées aux principaux outils d'analyse du mouvement. Enfin, ils pourront être amenés à procéder à une analyse critique de leurs résultats ou à commenter des courbes/extraits d'articles, de manière à mieux comprendre le mouvement ou la situation analysée.

Il est attendu des candidat-e-s qu'ils puissent identifier précisément les différents composants structurels dont sont constitués les grands systèmes physiologiques. Pour chaque système ou fonction physiologique, les candidat-e-s doivent être capables d'explicitier les principaux mécanismes de régulation sous-jacents, du niveau cellulaire au niveau intégratif (selon la nature du sujet posé).

De même, les candidat-e-s doivent pouvoir distinguer et caractériser les réponses physiologiques dans différentes conditions : au repos, à l'exercice et en récupération. S'agissant des réponses physiologiques à l'exercice, il est primordial que les candidat-e-s puissent faire clairement la distinction entre réponses physiologiques à l'exercice aigu et réponses physiologiques à l'exercice chronique (adaptations liées à l'entraînement). Par ailleurs, un même sujet peut croiser plusieurs des thèmes listés ci-dessus.

Sciences humaines et sociales appliquées aux activités physiques et sportives

3. Composition écrite de sciences humaines appliquées aux activités physiques et sportives (SHSAPS 1, durée : deux heures ; coef. 2).

Le-la candidat-e devra être capable :

- De citer les principales théories et leurs auteurs majeurs ;
- De présenter les concepts centraux ou notions-clés attachées à ces théories ;
- De proposer des exemples concrets permettant d'illustrer la façon dont ceux-ci éclairent la compréhension des phénomènes liés à la pratique des activités physiques et sportives.

4. Composition écrite de sciences sociales appliquées aux activités physiques et sportives (SHSAPS 2, durée : deux heures ; coef. 2).

Le-la candidat-e devra être capable de développer les éléments suivants en ayant en vue leur caractère évolutif dans le temps. Il convient :

- De saisir la variabilité des définitions du terme Sport et des enjeux associés
- De différencier activités physiques, sport et pratiques corporelles
- De saisir les différentes formes de culture associées aux activités physiques
- De rendre compte du processus d'institutionnalisation du sport
- De saisir les différents usages politiques et économiques des activités physiques
- De saisir comment les différentes conceptions éducatives ont évolué dans le champ des activités physiques.

Culture générale

5. Epreuve de culture générale en relation avec les activités physiques et sportives (durée : quatre heures ; coef. 4).

Cette épreuve consiste en un commentaire de document. Son intérêt repose sur l'évaluation de compétences qui sont, pour une grande majorité, celles qui sont attendues dans des concours tels que l'agrégation :

- Analyser une question large, comprenant plusieurs concepts pour en extraire une problématique et un projet de traitement
- Exercer un regard multi dimensionnel sur un sujet ou une problématique en mobilisant plusieurs registres factuels, scientifiques, culturels ou philosophiques
- Faire preuve d'une lucidité et d'une distance critique vis à vis des éléments avancés ou des discussions menées
- Appuyer à bon escient un propos ou un argumentaire sur des références d'auteurs
- Démontrer une curiosité déjà éprouvée pour les grands sujets en relation avec les études envisagées au sein du département 2SEP de l'ENS
- Rédiger et communiquer par écrit selon une organisation et des formes appropriées
-

Ces compétences indiquent bien l'essence d'une épreuve qui mesure l'ampleur, la variété et l'usage des connaissances dans un contexte incertain. Le caractère incertain de ce contexte justifie qu'il n'y ait pas de programme puisque les candidat-e-s ne démontreraient plus alors une culture générale, mais l'adaptation à un thème.

II - Épreuves d'admission

1. Epreuves de langue vivante étrangère

1.1. Epreuve orale de langue vivante (préparation : 30 minutes, oral 15 minutes ; coef. 2)

Cette épreuve consiste en un résumé complet et un commentaire problématisé à partir d'un document écrit axé sur la recherche scientifique, sur l'actualité ou sur des faits divers dans le domaine sportif.

Le-la candidat-e doit avoir un niveau suffisant pour :

- Reconnaître les points significatifs d'un article de journal direct et non complexe sur un sujet familier
- Reconnaître le schéma argumentatif suivi pour la présentation d'un problème sans en comprendre nécessairement le détail
- Identifier les principales conclusions d'un texte argumentatif clairement articulé

L'évaluation repose sur 2 critères principaux :

- Des critères pragmatiques : le niveau de compréhension du document, la méthodologie de présentation du commentaire de texte, la prise d'initiative surtout dans la gestion de l'imprévu et l'investissement dans l'activité
- Des critères linguistiques : la compétence discursive, la fluidité du langage, le phonétique, la maîtrise grammaticale et le champ lexical)

1.2. Epreuve écrite de langue vivante (durée : 2 heures 30 ; coef. 2)

Cette épreuve se décompose en 2 parties :

- Partie 1 : exercice de version simplifié (coef. 0.5) Il s'agira de traduire en français un texte simple et rédigé essentiellement dans une langue courante ou relative à la discipline des candidat-e-s
- Partie 2 : Exercice composé d'une compréhension écrite et d'une production écrite (coef. 1,5).

Le-la candidat-e doit avoir un niveau suffisant pour :

- Traduire en français (exercice de version simplifié) un texte.
- Ecrire en anglais (production écrite 200-250 mots) un texte articulé simplement sur une gamme de sujets variés dans son domaine / traiter un document en sélectionnant des éléments d'information issus de sources diverses et les résumer.

L'évaluation repose sur 3 critères principaux :

- La cohérence : La clarté de la réponse et la structure du texte
- La pertinence : La pertinence des références, par exemple
- La correction linguistique : La qualité de la langue

2. Épreuve de didactique des APSA (Coef. 5)

Cette épreuve vise à évaluer les capacités d'analyse et de projection des candidat-e-s dans les champs d'intervention liés à la motricité dans les APSA (recherche, entraînement, enseignement) correspondants aux axes de formation du département 2SEP. A partir d'une question tirée au sort, et suite à un temps de préparation de 30 mn, le-la candidat-e est appelé(e) pour 45 min d'oral avec deux membres du jury. Ces 45 minutes d'oral sont réparties en 10 min de présentation, par le-la candidat-e, de la réponse à la question posée, suivie de 35 min d'échange avec le jury.

3. Épreuves de pratique sportive

3.1. Épreuve de pratique sportive obligatoire : épreuve de sauvetage (coef. 2)

Cette épreuve vise à évaluer les aptitudes requises pour l'obtention de l'attestation de sauvetage obligatoire pour les concours de recrutement d'enseignants d'EPS.

3.2. Épreuve de polyvalence (Coef. 2)

3.2.1. Épreuve de pratique sportive (Coef. 1)

Compétences attendues : manifester une polyvalence motrice dans une activité de nature différente de l'APSA choisie lors de l'épreuve pratique de spécialité.

Évaluation : à titre indicatif, la moyenne se situe au niveau des attendus de fin de lycée

3.2.2. Épreuve orale (Coef. 1)

Durée de l'épreuve : 20 min. Pas de préparation préalable.

Le questionnement portera sur les connaissances du candidat sur l'activité pratiquée. Il s'intéressera aux connaissances technologiques, culturelles et scientifiques ainsi qu'aux connaissances pratiques, vécues par le-la candidat-e dans l'activité choisie.

3.3. Épreuve de pratique sportive de spécialité (coef. 3)

Compétences attendues : Maîtrise physique dans une activité attestant d'une solide expérience.

Évaluation : à titre indicatif, la moyenne se situe au niveau des attendus de fin de lycée.

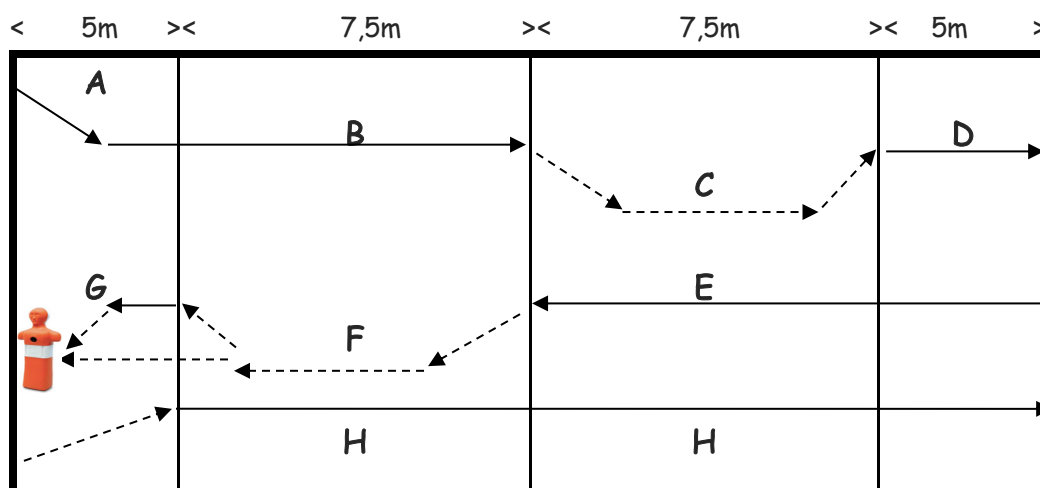
Description des épreuves de pratique sportives

I. Description de l'épreuve de sauvetage

1. Nature de l'épreuve

Parcours chronométré de 75 m à réaliser en continuité et sans reprise d'appui, dans un bassin de 25m.

2. Dispositif



3. Règlement

- L'épreuve s'effectue en maillot de bain (type slip de bain ou boxer) et sans matériel (lunettes, pince nez, masque...sont interdits).

- **Premier 25 m**

A. Départ du bord ; le départ s'effectue par un plongeur.

B. Parcourir 12,5 m en nage libre ; le corps doit couper la surface de l'eau au moins une fois. Il est possible de s'arrêter avant la perche située à 12,5m mais aucune reprise d'appui (sur la perche ou sur la ligne d'eau) n'est autorisée.

C. Nager au moins 7,5 m en immersion totale ; s'immerger totalement avant la perche puis se déplacer en veillant à ce qu'aucune partie du corps ne coupe la surface de l'eau avant d'avoir franchi le repère des 5m (matérialisé au fond du bassin).

D. Se déplacer jusqu'au mur ; toucher le mur sans s'accrocher en étant à la surface.

- **Deuxième 25 m**

E. Parcourir 12,5 m en nage libre ; le corps doit couper la surface de l'eau au moins une fois. Il est possible de s'arrêter avant la perche mais aucune reprise d'appui (sur la perche ou sur la ligne d'eau) n'est autorisée.

F. Nager au moins 7,5 m en immersion totale ; s'immerger totalement avant la perche puis se déplacer en veillant à ce qu'aucune partie du corps ne coupe la surface de l'eau avant d'avoir franchi le repère des 5m (matérialisé au fond du bassin).

G. Rechercher un mannequin (x) ; se saisir d'un mannequin adulte de type réglementaire (1,5kg de poids apparent dans l'eau) placé au fond du bassin entre 2m et 3m de profondeur sur le dos, perpendiculaire au mur, base du mannequin contre le mur, visage orienté vers le plafond, et le remonter à la surface. Il est possible de récupérer le mannequin sans refaire surface.

- **Troisième 25 m**

Remorquer le mannequin sur 25 m jusqu'au mur de départ.

Contrôle de la victime : le-la candidat-e doit pouvoir contrôler en permanence le visage du mannequin

Prises « pénalisantes » : strangulation du mannequin par la main ou le bras du sauveteur ; main(s) sur le visage du mannequin ; prise par l'anneau ; position ventrale du mannequin (visage vers le fond).

Arrêt de l'épreuve en cas de lâcher du mannequin, ou d'appui sur la ligne d'eau ou le bord du bassin.

Chronométrage :

Déclenchement du chronomètre dès que les pieds ont quitté le bord du bassin et arrêt dès le premier contact du sauveteur avec le mur d'arrivée.

Temps limite maximal : 2 min 30 s (hors pénalités)

Pénalités :

En phase A : 10 secondes si le-la candidat-e ne plonge pas

En phase B et E : 10 secondes en cas de reprise d'appui sur la perche ou ligne d'eau

En phase C et F : 10 secondes

- à chaque fois que le-la candidat-e émerge
- à chaque mètre (révolu) parcouru par que le-la candidat-e en surface
- à chaque fois que le-la candidat-e touche le fond en apnée

En phase D : 10 secondes si le-la candidat-e s'accroche au mur

En phase G : 10 secondes si le mannequin n'est pas placé et émergé dans la zone des 5m

En phase H : 20 secondes pour une prise « pénalisante ».

En cas d'immersion des voies respiratoires du mannequin :

- ☞ Pas de pénalité si les voies respiratoires sont toujours émergées
- ☞ + 5 secondes si les voies respiratoires sont le plus souvent émergées.
- ☞ + 10 secondes si les voies respiratoires sont aussi souvent immergées qu'émergées.
- ☞ + 20 secondes si les voies respiratoires sont le plus souvent immergées.

II. Description de l'épreuve de basket

L'épreuve est constituée de plusieurs séquences de jeu à 5 contre 5 sur terrain réglementaire. Les équipes intègrent des plastrons en fonction du nombre de candidat-e-s. Si besoin, elles sont régulées en cours d'épreuve afin de permettre à chacun(e) de s'exprimer dans un contexte où le rapport de force est équilibré (individuellement et collectivement). Le jury se laisse la possibilité de proposer des rencontres mixtes ou non mixtes en fonction du nombre de candidat-e-s et de la plus ou moins grande hétérogénéité de leurs potentiels. Les séquences de jeu reposent sur des organisations tactiques différentes en défense (par exemple défense individuelle, défense de zone...) proposées par les membres du jury afin d'évaluer les compétences d'adaptation technico-tactiques des candidat-e-s. Ces dernier(e)s évoluent pour 50% de l'épreuve à leur poste préférentiel, mais ont aussi à témoigner de capacités de polyvalence permettant de s'exprimer à différents endroits du terrain. Le temps de jeu de pratique effectif est d'environ 45 min.

III. Description de l'épreuve de boxe française

L'épreuve consiste à évaluer la capacité d'un-e candidat-e à boxer en assaut de savate boxe française et à prendre en compte toutes les particularités de l'activité.

Le port des chaussures spécifiques est nécessaire ainsi que le protège dent et la protection pubienne pour les garçons ainsi que le protège poitrine pour les filles.

1. Déroulement de l'épreuve

L'épreuve se déroule en plusieurs temps :

Temps 1 : échauffement libre de 30 mn à partir duquel le jury commencera à évaluer les candidat-e-s sur leur capacité à s'échauffer au regard de la spécificité de la pratique savate boxe française.

Temps 2 : Une situation de déclenchements alternés (enchaînements pieds/ poings/pieds de 3 à 5 touches) en face d'un partenaire mobile organisé en défense active libre (parades/esquives)
Durée : 2 x 1 mn (changement de rôles)

Temps 3 : 1 mn de récupération

Temps 4 : Reprise à thème en opposition assaut : Tireur A boxe en enchaînements poings/pieds, tireur B boxe en enchaînements pieds/poings (respect des armes, des cibles, des trajectoires et du contrôle de la touche).
Durée : 2 x 1 mn (changement de rôles)

Temps 5 : 1 mn de récupération

Temps 6 : 2 reprises libre de 2 mn (1 mn de récupération entre chaque reprise).

Le règlement de la FFSAVATE (fédération française de savate) est applicable.

Une pesée sera effectuée avant l'épreuve pour regrouper les tireurs de façon à ce que les écarts de poids préservent au mieux l'équité de l'opposition. Pour la même raison, les confrontations auront lieu en groupes dé-mixés.

Le jury peut être amené à donner des consignes aux candidat-e-s, et ceci à tout moment de l'épreuve afin notamment de respecter l'intégrité physique des candidat-e-s.

2. Modalités d'évaluation

La prestation physique est appréciée dès le début de l'échauffement.

Quatre points seront particulièrement pris en compte pour l'évaluation :

- 1 : La précision des touches (respect des armes et des cibles).
- 2 : Le contrôle de la puissance.
- 3 : La diversité technico-tactique dans son contexte d'efficacité.
- 4 : L'efficacité et la gestion de l'effort.

IV. Description de l'épreuve de badminton

L'épreuve est constituée de deux temps successifs :

Temps 1 : une séquence en montante-descendante constituée de matchs au temps, permettant progressivement de regrouper les candidat-e-s par niveaux de performance ;

Temps 2 : un tournoi opposant 3 ou 4 adversaires au sein d'un rapport de force équilibré, constitué de matchs en 15 ou 21 points.

Le jury se laisse la possibilité de proposer des rencontres mixtes ou non mixtes en fonction du nombre de candidat-e-s et de la plus ou moins grande hétérogénéité de leurs potentiels. Le jury peut être amené à donner des consignes de jeu pour mieux évaluer certaines prestations. La durée totale de l'épreuve est d'environ 45 minutes par candidat. Les volants sont en plastique (Mavis 300) et ils sont fournis.

V. Description de l'épreuve de course d'orientation

L'épreuve de course d'orientation de type sprint en parc et/ou milieu urbain, est un parcours imposé à réaliser le plus rapidement possible, d'une durée prévue entre 12 et 15 min pour les meilleurs temps. La connaissance de la norme ISSOM est indispensable (connaissance des zones infranchissables, physiquement ou non), ainsi que les codes IOF. Les définitions sont sur la carte et disponibles à part au départ. Les candidat-e-s sont isolés en quarantaine pendant la préparation de l'épreuve et en attendant leur passage. Aucun moyen de communication n'est autorisé. Un temps limite de 45 min est appliqué.

VI. Description de l'épreuve de danse contemporaine

L'épreuve de danse contemporaine est constituée de deux épreuves :

- une épreuve de composition qui consiste à présenter une chorégraphie individuelle d'une durée comprise entre 2 et 3 minutes

- une épreuve d'improvisation où, après 15 minutes de préparation, le-la candidat-e présente une improvisation en lien avec un thème tiré au sort, d'une durée comprise entre 1 et 2 minutes.

Déroulé de l'épreuve

Les candidat-e-s munis de leurs papiers d'identité se présentent au jury. À compter de l'appel, les candidat-e-s disposent de 30 min d'échauffement. Ils peuvent utiliser la sono et faire les réglages de leur support sonore. Le support sonore de la prestation est enregistré en format mp3 sur clé USB ou lecteur mp3. Seul le morceau de la prestation doit y être enregistré. Le démarrage est assuré par un membre du jury. À l'issue

de ce temps, les candidat-e-s sont appelés. Chacun disposera de 5 min pour se mettre en scène (décor, costume, ...). Le chronométrage démarre au premier mouvement et s'arrête au dernier mouvement ou lorsque le-la candidat-e quitte l'espace. Une fois le dernier solo terminé, les candidat-e-s se rassemblent pour tirer au sort le « sujet » de l'épreuve d'improvisation. Ils-elles disposent ensuite de 15 minutes pour s'y préparer.

Attendus pour l'épreuve de composition

La chorégraphie doit témoigner d'un travail personnel. Le-la candidat-e doit s'appuyer sur une idée, un sujet, un argument... pour élaborer sa prestation. Il doit également mettre en œuvre des procédés de composition, faire des choix d'éléments de langage corporel (options prises par rapport aux composantes du mouvement) et des choix scénographiques (musique, costume, éléments de décor, utilisation de l'espace scénique) pertinents par rapport au propos choisi. En ce qui concerne l'interprétation, celle-ci est évaluée en fonction de la motricité dansée et de sa maîtrise (coordinations, fluidité, conduite du mouvement, équilibre), et de l'engagement du danseur (présence, placement du regard, prise de risque). La motricité utilisée doit être au service du propos chorégraphique. C'est une épreuve de danse, c'est-à-dire une épreuve artistique. Cela suppose un engagement et des choix esthétiques en lien avec l'art d'aujourd'hui. La construction de la chorégraphie, tout comme l'interprétation doivent refléter cet engagement et ces choix.

Attendus pour l'épreuve d'improvisation

Les inducteurs, supports à l'improvisation (images, phrases, textes, musiques), pourront varier selon les années. La prestation doit traduire la capacité du-de la candidat-e à prélever des informations sur le support de création tiré au sort, à les trier, les organiser, et faire des choix si nécessaire.

VII. Description de l'épreuve de saut de cheval

Agrès : Saut - Hauteur : 1 m 35 pour les garçons et 1 m 25 pour les filles

Consignes :

Présenter 2 sauts différents – le saut le plus difficile a un coefficient 2, le plus facile a un coefficient 1. La note finale se calcule à partir de la moyenne des 2 sauts.

Chaque saut est exécuté à partir d'un élan avec un appel des deux jambes serrées (avec ou sans rondade) sur le tremplin et un court appui des deux mains sur la table de saut.

La longueur de la course d'élan ne peut pas dépasser 25m calculée à partir de la partie la plus proche de la table de saut.

Le saut débute avec le premier pas ou sursaut du candidat mais l'évaluation commence au contact avec le tremplin. Le saut se termine à la réception en station debout jambes serrées derrière l'agrès.

Le-la candidat-e est invité-e à ne présenter que des sauts qu'il peut exécuter en toute sécurité et qu'il-elle maîtrise parfaitement du point de vue esthétique et technique.

VIII. Description de l'épreuve d'athlétisme

Le 200 mètres haies se déroulera sur une piste de 400 mètres, course en couloir avec corde à gauche. Le départ aura lieu obligatoirement avec des starting-blocks. La hauteur des haies sera de 76 cm pour les filles et de 84 cm pour les garçons. Le nombre de haies sera de 8. La première haie se situera à 30 m de la ligne de départ. L'intervalle entre les haies sera de 20 m. La dernière haie se situera à 30 m de la ligne d'arrivée.