RÉGION ACADÉMIQUE
ÎLE-DE-FRANCE

Liberté
Égalité
Fraternité

EDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

LIVRET CANDIDAT

EXAMEN PONCTUEL TERMINAL DES BACCALAUREATS PROFESSIONNELS, BREVET DES METIERS D'ART

DEMI-FOND (800m)	P 3
DANSE INDIVIDUELLE	P 5
TENNIS DE TABLE	P 7
NATATION (50m) - EPREUVE ACADEMIQUE POUR PARIS	P 10

SESSION 2027

RECTORAT	RECTORAT	RECTORAT
4 RUE G. ENESCO	**3 BD DE LESSEPS**	**12 BOULEVARD D'INDOCHINE**
94010 CRETEIL CEDEX	**78017 VERSAILLES**	**75019 PARIS**
Tél : 01 57 02 68 46	**Tél : 01 30 83 40 41**	**Tél : 01 44 62 40 40**

Cette brochure présente pour les Académies de Paris, Créteil et Versailles les activités physiques et sportives retenues pour la session 2027 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

LIVRET CANDIDAT SESSION 2027

« Les candidats qui relèvent de l'examen ponctuel choisissent deux épreuves relevant de deux champs d'apprentissage différents. Ces épreuves sont choisies parmi les activités proposées en annexe 2 de la circulaire du 2-4-2025 paru au BO n°18 du 01/05/2025 »

- Le Contrôle Ponctuel Terminal s'effectue sur deux épreuves.
- Les candidats choisiront dans la liste ci-dessous **un ensemble de deux épreuve**s :

ACTIVITÉ 1 :	Demi-Fond (800m)
	Natation (pour Paris choix possible entre Demi-fond et natation)
ACTIVITÉ 2 :	Danse individuelle
ACTIVITÉ 3 :	Tennis de table

La participation à chacune de ces épreuves nécessite une tenue adaptée.
Le jury invite les candidats à se préparer à ces épreuves afin de garantir leur sécurité.

- Chacune des deux épreuves est notée sur 20. La note obtenue par chacun des candidats résulte de la moyenne de ces deux notes ; elle est transmise au président du jury pour attribution définitive et pour information à la commission académique.

- En cas de survenance d'une inaptitude au cours des épreuves, il revient aux examinateurs d'apprécier la situation pour :

  - soit permettre une certification sur une seule épreuve ;
  - soit ne pas formuler de note s'ils considèrent les éléments d'appréciation trop réduits et mentionner « dispensé de l'épreuve d'éducation physique et sportive ».

LIVRET CANDIDAT SESSION 2027

EPREUVE : DEMI-FOND (800m)

I – CHAMP D'APPRENTISSAGE n°1

« Réaliser une performance motrice maximale mesurable à une échéance donnée ».

II – DESCRIPTION DE L'EPREUVE

- L'épreuve consiste en la réalisation d'un **800m** chronométré par un enseignant à la seconde. La course se réalise en peloton.
- Les élèves réalisent leur course sans montre ni chronomètre mais un temps de passage est donné par le jury à 400m

III – PRINCIPE DE PASSATION DE L'ÉPREUVE

- Un espace est dédié à l'échauffement pendant une durée de 15/20 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.
- À l'issue de sa course le candidat estime son temps à la seconde.

IV – ÉLÉMENTS A ÉVALUER (AFLP : attendus de fin de lycée professionnel) :

- 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 800 m. 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.

V – CONDITIONS DE L'EPREUVE :

- L'épreuve se déroule sur piste.
- Le candidat doit se présenter avec une tenue de sport adéquate (chaussures de sport lacées et vêtements adaptés –short ou survêtement, T-shirt).
- L'épreuve de demi-fond est une épreuve intense. Le candidat devra s'y préparer à l'avance et prévoir le jour de l'épreuve une alimentation adaptée à ce type d'effort.

VI – DÉROULEMENT DE L'EVALUATION :

1ère phase :

- Accueil des candidats (appel, vérification d'identité).
- Explication sur le déroulement de l'épreuve
- Le candidat indique son temps de référence au jury.

2ème phase :

- Échauffement : 20 minutes maximum. **L'évaluation de la préparation débute dès cet instant.** Le candidat peut utiliser un chronomètre pendant l'échauffement.
- Cinq minutes avant le départ de chaque course, le jury prévient les candidats.
- Avant le départ de la course, le jury confirme le temps référence du candidat.

3ème phase :

- Le candidat réalise l'épreuve. A l'issue de sa course, le candidat estime son temps à la seconde.

VII – 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.

LIVRET CANDIDAT SESSION 2027

VIII – MODALITÉS DE L'ÉVALUATION :

DEMI-FOND :

AFLP évalués	Points	Éléments à évaluer	Degré 1			Degré 2			Degré 3			Degré 4		
Produire et répartir lucidement ses efforts en mobilisant de façon optimale ses ressources pour gagner ou battre un record.	8	**Performance maximale**	Note	Temps filles	Temps garçons	Note	Temps filles	Temps garçons	Note	Temps filles	Temps garçons	Note	Temps filles	Temps garçons
			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**		

EPREUVE : DANSE INDIVIDUELLE

I – CHAMP D'APPRENTISSAGE n°3

« Réaliser une prestation corporelle destinée à être vue et appréciée ».

II – DESCRIPTION DE L'EPREUVE

- Le candidat présente une chorégraphie d'une durée de 1'30 à 2'30.

III – PRINCIPE DE PASSATION DE L'ÉPREUVE

- Le candidat dispose d'un temps de préparation de 15 à 20 minutes. Ce temps d'échauffement et de préparation est observé par le jury. Il fait partie de l'épreuve.
- Le candidat fournit le support sonore, s'il existe, dont la durée de montage ne dépassera pas le temps imparti.

IV – ÉLÉMENTS A ÉVALUER (AFLP : attendus de fin de lycée professionnel) :

- AFLP 1 : Accomplir une prestation animée d'une intention dans la perspective d'être jugé et/ou apprécié.
- AFLP 2 : Mobiliser des techniques de plus en plus complexes pour rendre plus fluide la prestation et pour l'enrichir de formes corporelles variées et maitrisées.
- AFLP 3 : Composer et organiser dans le temps et l'espace le déroulement des moments forts et faibles de sa prestation pour se produire devant des spectateurs/juges.
- AFLP 5 : Se préparer et s'engager pour présenter une prestation optimale et sécurisée à une échéance donnée.

V – CONDITIONS DE L'EPREUVE :

- Les candidats proposeront leur musique exclusivement sur un support numérique équipé d'une prise mini-jack ou permettant une connexion Bluetooth (lecteur mp3 ou téléphone). **Pas d'ordinateur, ni de clé usb, ni de CD**. La musique doit être téléchargée sur le support. S'il s'agit d'un téléphone, celui-ci devra être en mode avion (donc pas de fichiers musicaux en ligne) et sans code d'accès.
- La prestation se déroule dans un espace dont les dimensions auront été communiquées au préalable par le jury (salle de danse ou gymnase). Le public est exclusivement constitué du jury et des autres candidats.
- Si le(s) candidat a (ont) choisi d'utiliser des accessoires et / ou des décors, il(s) devra(ont) les fournir personnellement et les installer rapidement.

VI – MODALITÉS DE L'ÉVALUATION :

Cf. fiche épreuve ci-dessous

LIVRET CANDIDAT SESSION 2021

DANSE INDIVIDUELLE :

AFLP évalués	Points	Degré 1	Degré 2	Degré 3	Degré 4
AFLP1 Accomplir une prestation animée d'une intention dans la perspective d'être jugé et/ou apprécié.	7	- La présence et la concentration sont faibles. - L'intention n'est pas lisible. **0 point ..... 1 point**	- La présence est intermittente. - L'intention est souvent exprimée de façon caricaturale (utilisation du mime ou de clichés). **1,5 points.....3 points**	- La présence est impliquée, la concentration visible. - L'intention se manifeste par un début de distanciation du reel. **3,5 points.....5 points**	- La présence est engagée. - L'intention se perçoit par l'utilisation de différents moyens d'évocation et de symbolisation. **5,5 points.....7 points**
AFLP 2 Mobiliser des techniques de plus en plus complexes pour rendre plus fluide la prestation et pour l'enrichir de formes corporelles variées et maitrisées.	5	- Les formes corporelles produites sont simples. - La prestation est brouillonne. **0 point ..... 0,5 point**	- Les formes corporelles produites sont globales et souvent quotidiennes ou stéréotypées. - La prestation est organisée, mais parfois hésitante **1 point..... 2 points**	- Les formes corporelles produites sont différenciées, mais pas toujours maitrisées. - La prestation est fluide, mémorisée, en lien régulier avec le propos. **2,5 points.....3.5 points**	- Les formes corporelles sont complexes et maitrisées. - La prestation est fluide et riche. Elle s'appuie sur une motricité expressive soutenant continuellement le propos. **4 points.....5 points**
AFLP 3 Composer et organiser dans le temps et l'espace le déroulement des moments forts et faibles de sa prestation pour se produire devant des spectateurs/juges.	5	- Les procédés mobilisés sont pauvres et/ou maladroits. - Les éléments scénographiques restent décoratifs. - L'espace n'est pas réfléchi au service de la prestation. **0 point ..... 0,5 point**	- Les procédés mobilisés sont ébauchés et repérables. - Les éléments scénographiques sont redondants, mais ne servent pas une intention claire. - L'espace est organisé. **1 point..... 2 points**	- Les procédés mobilisés sont pertinents. - Les éléments scénographiques sont sélectionnés en fonction d'une intention lisible. - L'espace est construit au service de la prestation. **2,5 points.....3,5 points**	- Les procédés mobilisés sont affirmés et singuliers. - Les éléments scénographiques apparaissent créatifs. - L'espace est choisi et singulier. **4 points.....5 points**
AFLP 5 Se préparer et s'engager pour présenter une prestation optimale et sécurisée à une échéance donnée.	3	- Le candidat ne s'échauffe pas, ne repère pas l'espace scénique. **0 point ..... 0,5 point**	- Le candidat fait un échauffement général. Il n'ose pas répéter sa chorégraphie. **1 point**	- Le candidat fait un échauffement général et spécifique. Il répète une fois sa chorégraphie dans l'espace scénique. **2 points**	- Le candidat fait un échauffement général et spécifique. Il prend les repères spatiaux nécessaires. Il répète et s'attarde sur les moments clés de sa chorégraphie. **3 points**

EPREUVE : TENNIS DE TABLE

I - CHAMP D'APPRENTISSAGE n°4

« Conduire et maitriser un affrontement collectif ou interindividuel pour gagner ».

II – DESCRIPTION DE L'EPREUVE

- Chaque candidat(e) dispute au moins deux matches contre des adversaires de niveau proche dans des poules homogènes. Les matches se disputent en deux sets gagnants de 11 points. Ils sont arbitrés par un joueur de la poule.

III – PRINCIPE DE PASSATION DE L'ÉPREUVE

- Les candidats disposent d'un temps d'échauffement d'au moins 15 minutes avant le début de l'épreuve et d'un temps d'échauffement de 2 minutes avant chacun des matches de la poule. Les candidats sont observés et évalués durant ces temps d'échauffement.
- Pour chaque rencontre, un temps d'analyse est prévu entre les sets pour permettre aux candidats d'ajuster leur stratégie au contexte d'opposition.
- Pour les AFLP « Réaliser des choix tactiques et stratégiques pour faire basculer le rapport de force en sa faveur et marquer le point » et « Mobiliser des techniques d'attaque efficaces pour se créer et exploiter des occasions de marquer ; Résister et neutraliser individuellement ou collectivement l'attaque adverse pour rééquilibrer le rapport de force. », les évaluateurs positionnent le candidat dans un degré puis ajustent la note en fonction de la proportion des oppositions gagnées dans la poule.

IV – ÉLÉMENTS A ÉVALUER (AFLP : attendus de fin de lycée professionnel) :

- AFLP 1 : Réaliser des choix tactiques et stratégiques pour faire basculer le rapport de force en sa faveur et marquer le point.
- AFLP 2 : Mobiliser des techniques d'attaque efficaces pour se créer et exploiter des occasions de marquer ; résister et neutraliser individuellement ou collectivement l'attaque adverse pour rééquilibrer le rapport de force.
- AFLP 4 : Respecter et faire respecter les règles partagées pour que le jeu puisse se dérouler sereinement ; assumer plusieurs rôles sociaux pour permettre le bon déroulement du jeu.
- AFLP 5 : Savoir se préparer, s'entraîner et récupérer pour faire preuve d'autonomie

IV – CONDITIONS DE L'EPREUVE :

- Le candidat doit se présenter avec une tenue de sport adéquate (chaussures de sport lacées et vêtements adaptés).
- Le candidat pourra jouer avec sa raquette personnelle sous réserve qu'elle soit réglementaire (une plaque rouge et une noire)

1ère phase :
- Accueil des candidats (appel, vérification d'identité).
- Explication sur le déroulement de l'épreuve.
- Rappels du règlement Tennis de table.

2ème phase :
- Échauffement 15 minutes

3ème phase :
- Classement en groupe de niveau (première phase d'évaluation)

4ème phase :
- Matches par poules (deuxième phase de l'évaluation)

LIVRET CANDIDAT SESSION 2027

V – MODALITÉS DE L'ÉVALUATION :

Cf. fiche épreuve ci-dessous

TENNIS DE TABLE :

AFLP évalués	Points	Degré 1	Degré 2	Degré 3	Degré 4
AFLP 1 Réaliser des choix tactiques et stratégiques pour faire basculer le rapport de force en sa faveur et marquer le point.	7	Le projet de jeu du candidat ne permet ni d'exploiter un coup fort, ni d'exploiter une faiblesse de son adversaire, ni de contrer un coup fort de l'adversaire. **0 – 1 point**	Le candidat adopte un projet de jeu permettant soit d'exploiter un coup fort, soit d'exploiter une faiblesse de l'adversaire, soit de contrer un coup fort de l'adversaire. **1,5 – 3 points**	Le candidat adopte un projet de jeu combinant deux éléments parmi : exploiter ses propres coups forts, exploiter les faiblesses de l'adversaire, contrer les coups forts de l'adversaire. **3,5 – 5 points**	Le candidat adopte un projet de jeu combinant deux ou trois éléments. Il adapte son projet de jeu au cours même du set en fonction de l'évolution du rapport d'opposition. **5,5 – 7 points**
AFLP 2 Mobiliser des techniques d'attaque efficaces pour se créer et exploiter des occasions de marquer. Résister et neutraliser individuellement ou collectivement l'attaque adverse pour rééquilibrer le rapport de force.	5	Le candidat n'a pas de coup préférentiel efficace. De nombreuses fautes en coup droit et en revers sont réalisées. Son service est une simple mise en jeu. Il n'y a peu voire pas de déplacements. **0 – 0,5 point**	Le candidat utilise efficacement un coup préférentiel d'attaque ou de défense, en coup droit ou en revers. Son service perturbe l'attaque adverse. Ses déplacements sont réactifs et en retard. **1 – 2 points**	Le candidat utilise efficacement plusieurs coups préférentiels d'attaque ou de défense. Ses services sont variés (différents placements, vitesses ou effets). Ses déplacements sont adaptés à la trajectoire de balle reçue. **2,5 – 3,5 points**	Le candidat démontre une efficacité technique et tactique en attaque et en défense grâce à la maitrise d'un large panel de coups (smashs, blocs, effets coupés et liftés). Son service permet de créer des occasions de marque (schémas tactiques à partir du service) Ses déplacements sont variés. Il se replace. **4 – 5 points**
AFLP 4 Respecter et faire respecter les règles partagées pour que le jeu puisse se dérouler sereinement ; assumer plusieurs rôles sociaux pour permettre le bon déroulement du jeu.	5	Le candidat présente de fréquents mouvements d'humeur au cours de la rencontre. Il est peu attentif et fait des erreurs dans le suivi du score. **0 – 0,5 point**	Le candidat présente quelques mouvements d'humeur au cours de la rencontre. Il arbitre avec sérieux, mais présente quelques hésitations (changement de service par exemple). **1 – 2 points**	Le candidat est respectueux de son adversaire, de lui-même, du matériel, de l'arbitre… Tout au long de la rencontre. Il arbitre sans erreur et sans hesitation. **2,5 – 3,5 points**	Le candidat s'engage de manière optimale tout au long de la rencontre, quels que soient le score et les situations. Il arbitre sans erreur et fait respecter le règlement (en rappelant, au besoin, les règles). **4 – 5 points**
AFLP 5 Savoir se préparer, s'entrainer et récupérer pour faire preuve d'autonomie.	3	Le candidat s'échauffe avec peu de sérieux. **0 – 0,5 point**	Le candidat s'échauffe avec sérieux, mais de façon incomplète. **1 point**	Le candidat s'échauffe avec sérieux. **2 points**	Le candidat s'échauffe avec sérieux et pertinence (gammes pour l'ensemble des coups techniques maitrisés). **3 points**

VI – ANNEXES :

- Règlement simplifié.

Tirage au sort et décompte des points :

- tirage au sort pour le choix du serveur et du camp,
- une manche se déroule en 11 points secs,

Le service :

- Le serveur doit se placer derrière la table,
- Au service, la balle doit être placée derrière la ligne de fond de la table.
- La balle est présentée dans la paume main ouverte.
- La balle doit être lancée verticalement avant d'être frappée,
- L'échange est engagé dès que la balle est lancée,
- La balle doit toucher son camp puis le camp adverse,
- Une balle qui touche le filet au service et tombe dans le camp adverse est annoncée « balle à remettre ». Le joueur doit resservir autant de fois que cela se produit.

Le déroulement de la partie

Je perds le point si :

- Je ne renvoie pas la balle sur la 1/2 table adverse,
- La balle de mon adversaire fait 2 rebonds sur ma 1/2 table,
- Je reprends la balle de volée au-dessus de ma 1/2 table,
- Je pose la main libre sur la table pendant le jeu.

L'échange se poursuit si :

- La balle touche le filet et/ou son montant, avant de rebondir sur la 1/2 table adverse.
- La balle touche la 1/2 table adverse sans passer les montants du filet,
- La balle touche un bord de table.

LIVRET CANDIDAT SESSION 2027

EPREUVE : NATATION (50m Nage Libre)
Activité proposée uniquement pour les candidats de l'académie de Paris
Au choix avec le demi-fond.

I – CHAMP D'APPRENTISSAGE n°1

« Réaliser une performance motrice maximale mesurable à une échéance donnée ».

II – DESCRIPTION DE L'EPREUVE

- L'épreuve consiste en la réalisation d'un **50m Nage Libre** chronométré par un enseignant au dixième de seconde.

II – PRINCIPE DE PASSATION DE L'ÉPREUVE

- Un espace est dédié à l'échauffement pendant une durée de 15/20 minutes avant l'épreuve. Ce temps d'échauffement est observé et évalué par le jury.
- À l'appel, le candidat indique au jury un temps de référence, qui sert de base à la constitution des séries.
- À l'issue de sa course le candidat estime son temps.

III – CONDITIONS DE L'EPREUVE :

- L'épreuve se déroule dans un bassin de 25 mètres.
- Le candidat doit se présenter avec une tenue de natation adéquate (Maillot de bain, bonnet de bain, les lunettes de natation sont autorisées).

IV – DÉROULEMENT DE L'EVALUATION :

1ère phase :
- Accueil des candidats (appel, vérification d'identité).
- Explication sur le déroulement de l'épreuve
- Le candidat indique son temps de référence au jury.

2ème phase :
- Échauffement : 20 minutes maximum. **L'évaluation de la préparation débute dès cet instant.** Le candidat peut utiliser un chronomètre pendant l'échauffement.
- Cinq minutes avant le départ de chaque course, le jury prévient les candidats.
- Avant le départ de la course, le jury confirme le temps référence du candidat.

3ème phase :
- Le candidat réalise l'épreuve. A l'issue de sa course, le candidat estime son temps.

IV – RÈGLEMENT :

- Aux ordres du starter, le départ se fait obligatoirement du plot.
- Le chronomètre est arrêté lorsqu'une partie du corps du candidat touche le mur.

LIVRET CANDIDAT SESSION 2021

V – MODALITÉS DE L'ÉVALUATION : NATATION, 50m Nage Libre

AFLP évalués	Pts	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
AFLP 1 Produire et répartir lucidement ses efforts en mobilisant de façon optimale ses ressources pour gagner ou battre un record.	**8**	**0,25**	1'07	55''	**2,25**	59''5	47''5	**4,25**	55''	43''5	**6,25**	49''5	39''5
		0,5	1'06	54''	**2,5**	59	47	**4,5**	54''	43''	**6,5**	49''	39''
		0,75	1'05	53''	**2,75**	58''5	46''5	**4,75**	53''	42''5	**6,75**	48''5	38''5
		1	1'04	52''	**3**	58	46''	**5**	52'	42'	**7**	48''	38''
		1,25	1'03	51''	**3,25**	57''5	45''5	**5,25**	51''5	41''5	**7,25**	47''5	37''5
		1,5	1'02	50''	**3,5**	57	45''	**5,5**	51''	41''	**7,5**	47''	37''
		1,75	1'01	49	**3,75**	56''5	44''5	**5,75**	50''5	40''5	**7,75**	46''5	36''5
		2	1'00	48''	**4**	**56'**	**44''**	**6**	50''	40''	**8**	46''	36''
AFLP 2 Connaitre et mobiliser les techniques efficaces pour produire la meilleure performance possible.	**6**	**Motricité inappropriée** Le candidat part du bord et amorce directement sa nage sans réaliser de glissée. Le virage est une rupture dans le parcours. La respiration est souvent aérienne et non coordonnée. La vitesse et l'amplitude sont faibles, la fréquence est élevée. Les variations de rythme sont nombreuses. **0 point……1 point**			**Motricité peu efficace** Le candidat par du bord en créant de la vitesse qui décroit. Le virage est rapidement exécuté. Il réalise une glissée à la surface de l'eau. Les surfaces propulsives sont mal orientées. Il nage en fréquence ou en amplitude, entrainant un rapport entre ces deux paramètres peu efficaces. Des déséquilibres s'accentuent dans l'épreuve. **1,5 point……..2,5 points**			**Motricité efficace** Départ et virage permettent au candidat de créer de la vitesse. Il réalise des coulées qui peuvent être accompagnées d'une propulsion des jambes. La respiration est coordonnée et maitrisée jusqu'à la fin du parcours. Le rapport amplitude / fréquence est constant. **3 points……..4,5 points**			**Motricité efficiente** Le candidat plonge et réalise un virage efficace. Les coulées sont accompagnées d'ondulations. La fréquence respiratoire est adaptée tout au long de l'épreuve. Le rapport amplitude / fréquence est optimal au regard du 50m NL. **5 points……6 points**		
AFLP 5 Assurer la prise en charge de sa préparation, de façon autonome, pour produire la meilleure performance possible.	**3**	Le candidat assure difficilement sa préparation qui reste incomplète. **0 point……0,5 point**			Le candidat assure sa préparation à l'effort, mais de façon approximative. **1 point**			Le candidat organise sa préparation en différentes étapes suffisamment longues et efficaces **2 points**			Le candidat construit et mène un échauffement complet, progressif et adapté pour être performant. **3 points**		
AFLP 6 Connaître son niveau pour établir un projet de performance située culturellement.	**3**	Estimation à + ou – 4 ''. **0 point……0,5 point**			Estimation à + ou – 3''. **1 point**			Estimation à + ou – 2 ''. **2 points**			Estimation à + ou – 1 ''. **3 points**		

LIVRET CANDIDAT SESSION 2027