

## Épreuve de rattrapage du S1 ou du S2

### SUAPS

**Vous traiterez le sujet correspondant à l'activité dans laquelle vous étiez inscrit(e) ce semestre. Aucun document n'est autorisé.**

**Durée de l'épreuve : 2 heures.**

**Veillez noter le nom de votre enseignant sur votre copie.**

#### SPORTS COLLECTIFS

---

##### **Basket-ball**

- 1) En vous appuyant sur votre expérience personnelle, faites un bilan de votre année basket à l'UGA (cours + matches). Points positifs et négatifs (10 points).
- 2) Dans quelles situations l'arbitre va-t-il siffler une faute personnelle et quelles seront les réparations pour l'adversaire en championnat universitaire ? (citez au moins 3 cas différents). (10 points).

##### **Football**

- 1) Quels sont les principes de l'échauffement ? Argumentez (10 points).
- 2) Expliquer la règle du hors-jeu. (10 points).

##### **Handball**

- 1) Quelles sont les différences entre une défense de zone et une défense tout terrain ? (4 points).
- 2) Après avoir fourni des exemples de défense de zone vous en choisirez une, vous en décrirez les avantages et les inconvénients et vous mettrez en place une organisation susceptible d'être efficace face à ce type de défense ? (12 points).
- 3) Règlement :  
Expliquez la règle du Marcher en Hand-ball (2 points).  
Quelles sont les différences entre la remise en jeu et le renvoi ? (2 points).

##### **Rugby**

- 1) A quel moment l'arbitre annonce-t-il un maul et un ruck ? (4 points)
- 2) Quels sont les éléments techniques permettant de bien réaliser un plaquage dans une situation de 1c1 ? (4 points).
- 3) Décrivez toutes les possibilités existantes pour le 1<sup>er</sup> attaquant dans une situation de 2c1 en fonction du comportement du défenseur ? (12 points).

##### **Volley-ball**

Sujet au choix : traiter le sujet 1 **OU** le sujet 2

- Sujet 1 : Expliquez le système de jeu de votre équipe en réception de service (20 points)
- Sujet 2 : Choisissez une technique ; expliquez les décalages entre votre réalisation et celle d'un expert (20 points).

##### **Water-polo**

- 1) Expliquer et illustrer, avec des cas concrets, les critères d'efficacité en attaque et en défense, sur le plan individuel et sur le plan collectif. (15 points)
- 2) Présenter les principaux points du règlement en Water-polo (5 points)

## PLEIN-AIR

---

### **Escalade, ski, snowboard, plongée, planche à voile, course d'orientation, VTT, via ferrata**

Dans quelle mesure et comment concevez-vous dans le cadre de votre pratique sportive autonome la gestion du couple risque et sécurité ?

Vous vous appuyerez sur l'activité sportive que vous avez pratiquée cette année, et vous mettrez en avant les spécificités et les problématiques relatives à celle-ci.

### **Randonnée Nature et Patrimoine :**

Comment protéger l'environnement, en particulier le milieu naturel montagnard ?

Vous envisagerez ce qui concerne les décisions de l'Etat français, les collectivités locales, le simple randonneur.

## SPORTS INDIVIDUELS

---

### **Activités aquatiques : natation, natation synchronisée, BNSSA**

- 1) Donner les aspects règlementaires de chaque nage du 200 mètres 4 nages, (dans l'ordre de l'épreuve) : nage, virages et reprise de nage. (7 points)
- 2) Après avoir défini les paramètres d'efficacité de chaque nage du 200 mètres 4 nages, vous choisirez celui qui vous semble le plus important à travailler pour vous, en justifiant votre choix. (8 points)

Vous proposerez ensuite une situation d'apprentissage, permettant l'amélioration de celui-ci. (5points).

### **Activités athlétiques et d'endurance : courses, sauts, lancers, trail, aviron, ski nordique**

Vous proposerez votre séance d'entraînement dans la spécialité dans laquelle vous étiez inscrit.

Cette séance comprendra un échauffement, une ou plusieurs situations d'apprentissage / entraînement et une récupération / retour au calme. Chaque tâche d'apprentissage proposée sera justifiée par rapport à l'objectif de séance et par rapport aux acquisitions recherchées chez l'athlète.

### **Activités gymniques : gymnastique, trampoline**

- 1) Décrire les principes d'un échauffement correctement réalisé pour effectuer un entraînement (5 points).
- 2) Expliquer les principes de la réalisation d'un ATR en gymnastique **OU** d'une chandelle au grand trampoline ainsi que les principaux problèmes à résoudre pour un débutant (8 points).
- 3) Quels sont les différents principes à respecter pour réaliser un salto avant au mini trampoline (au niveau énergétique, biomécanique, informationnel et affectif). Quelles situations peut-on aménager pour faciliter son apprentissage ? (7 points).

### **Activités de précision : golf, tir à l'arc**

Comment devez-vous ajuster votre posture physique et mentale pour atteindre votre cible ?

### **Combat : Judo – Jujitsu – Aikido – Karaté – Boxe française – Escrime**

A partir des 3 piliers fondateurs des sports de combat (Technique – Mental – Physique) et de la logique de votre activité, expliquez comment vous gérez la distance en situation d'opposition.

### **Danse : contemporaine, classique, modern'jazz, danses latines**

Pensez-vous qu'un bon chorégraphe doit être un bon interprète ?

### **Forme, santé, bien-être**

Comment pouvez-vous agir sur votre corps, votre mental, vos émotions pour un impact bénéfique sur votre santé ? Argumentez et illustrez par des exemples dans l'activité que vous avez suivie.

### **Handi U**

- 1) Donnez les points communs entre l'activité Basket et l'activité Hockey en fauteuil roulant (règles, contenu pédagogique, organisation de l'équipe). (10 points).
- 2) Quels sont votre ressenti et vos réflexions, suite à ce cours où vous avez évolué en fauteuil roulant, et où vous avez partagé l'activité avec des personnes en situation de handicap ? (10 points).

### **Sports de raquette : badminton, tennis de table (sauf tennis)**

- 1) Vous avez la responsabilité de l'enseignement de deux séances de deux heures chacune. Vous disposez de 8 terrains/tables pour 32 élèves. Décrivez les deux séances que vous souhaitez mettre en place. Vous devez justifier tous vos choix, et proposer une progression sur ces deux séances. (15 pts)  
Nb : vous êtes libre du niveau de vos élèves : déterminez ce niveau et proposez vos séances en conséquence.
- 2) Choisissez un coup spécifique. Expliquez les principes tactiques et techniques de ce coup (5 pts).

### **Tennis**

- 1) Quels apprentissages des activités physiques et sportives en EPS (éducation physique et sportive) sont susceptibles d'être réinvestis dans la vie personnelle de chacun ? Vous vous appuyerez sur les cours collectifs en tennis vécus à l'université (10 points).
- 2) Du jeu de paume à la coupe Davis : quels changements et ruptures pouvez-vous identifier dans l'histoire du jeu du tennis (règles du jeu, rôle de la télévision, histoire du stade Roland Garros, évolution du tie-break, des grands tournois etc...) (10 points).

Plein-air : montagne, ski, snowboard, escalade, plongée, planche à voile, CO, VTT

---

A quelles conditions les activités de plein-air gardent-elles leur sens, leur spécificité et finalement leur intérêt lorsqu'elles se pratiquent en indoor ou bien dans des espaces outdoor bien définis, codifiés et délimités ? Vous raisonnerez à partir de l'activité de pleine nature que vous avez choisie et qui illustrera d'exemples concrets votre démonstration.

Sports collectifs : basket, football, handball, rugby, volley-ball, water-polo

---

Quels sont les facteurs de performance en défense en sport collectif ? Argumentez et illustrez dans l'activité choisie.

Sports individuels : sports de raquette, sports de combat, sports de précision, activités aquatiques, athlétiques, gymniques, artistiques, santé bien-être.

---

Vous proposerez votre plan annuel d'objectifs d'entraînement dans le sport dans lequel vous étiez inscrit.

Vous justifierez vos propositions au regard des compétences à développer dans l'activité, vos ressources personnelles et vos échéances éventuelles (compétitions, évaluations...)

**Vous traiterez le sujet correspondant à l'activité dans laquelle vous étiez inscrit(e) ce semestre. Aucun document n'est autorisé.**

- 1) Quelle est la finalité de l'EPS à l'université ? (2 points)
- 2) Quelles sont les compétences développées dans les cours du SUAPS ? Donnez un exemple précis pour chacune d'entre elles dans une activité physique, sportive ou artistique de votre choix. (6 points)
- 3) Quels sont les facteurs de la performance en sport ? Comment les avez-vous développés dans l'activité physique, sportive ou artistique que vous avez choisie ? (6 points)
- 4) Choisissez un aspect technique inhérent à l'activité que vous avez pratiquée. Vous présenterez trois situations / exercices pour progresser sur ce point technique, et prévoyez des variables permettant de simplifier ou complexifier la situation. (6 points)