ANNEXE II

MODALITÉS ET CRITÈRES D'ÉVALUATION DU TEST D'EXIGENCES PRÉALABLES À L'ENTRÉE EN FORMATION DU BREVET PROFESSIONNEL DE LA JEUNESSE, DE L'ÉDUCATION POPULAIRE ET DU SPORT SPÉCIALITÉ « ÉDUCATEUR SPORTIF » MENTION « MULTI-ACTIVITÉS PHYSIQUES OU SPORTIVES POUR TOUS »

– **Epreuve n° 1 : test navette « Luc Léger »**

Le test navette « Luc Léger » est un test progressif qui consiste à courir entre deux lignes, séparées de vingt mètres, selon le rythme indiqué par les signaux de la bande sonore. Il vise à calculer la vitesse maximale aérobie ainsi qu'à estimer la consommation maximale d'oxygène (VO2Max) d'une personne.

Si le candidat est une femme, le test navette « Luc Léger » est validé lorsque le palier 6 est réalisé. Le palier 6 est réalisé par l'annonce sonore suivante : « palier 7 » ou « fin du palier 6 ». Le candidat atteint 11,5 km/h.

Si le candidat est un homme, le test navette « Luc Léger » est validé lorsque le palier 8 est réalisé. Le palier 8 est réalisé par l'annonce sonore suivante : « palier 9 » ou « fin du palier 8 ». Le candidat atteint 12,5 km/h.

Des bonifications sont accordées pour les candidats âgés :

– de quarante à cinquante ans :

Si le candidat est une femme, le test navette « Luc Léger » est validé lorsque le palier 5 est réalisé. Le palier 5 est réalisé par l'annonce sonore suivante : « palier 6 » ou « fin du palier 5 ». Le candidat atteint 11 km/h.

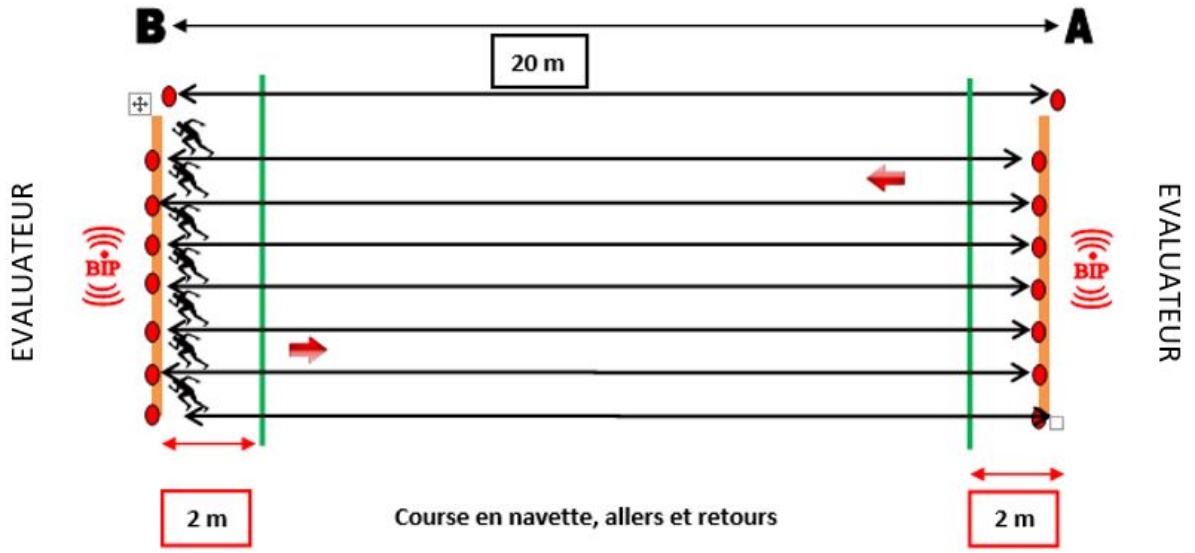
Si le candidat est un homme, le test navette « Luc Léger » est validé lorsque le palier 7 est réalisé. Le palier 7 est réalisé par l'annonce sonore suivante : « palier 8 » ou « fin du palier 7 ». Le candidat atteint 12 km/h.

– à partir de cinquante et un ans :

Si le candidat est une femme, le test navette « Luc Léger » est validé lorsque le palier 4 est réalisé. Le palier 4 est réalisé par l'annonce sonore suivante : « palier 5 » ou « fin du palier 4 ». Le candidat atteint 10 km/h.

Si le candidat est un homme, le test navette « Luc Léger » est validé lorsque le palier 5 est réalisé. Le palier 5 est réalisé par l'annonce sonore suivante : « palier 6 » ou « fin du palier 5 ». Le candidat atteint 11 km/h.

Règlement du test :



Le candidat se place derrière une ligne « A » matérialisée au sol et délimitée par des plots. Au signal de la bande sonore, le candidat se dirige vers la ligne « B » également matérialisée au sol et délimitée par des plots. Une ligne de tolérance, deux mètres avant l'extrémité de la ligne A et de la ligne B, est matérialisée au sol de chaque côté des vingt mètres. Deux évaluateurs se positionnent de part et d'autre des lignes A et B. Le nombre de candidats est limité à dix par binôme d'évaluateurs.

Le candidat amorce son retour vers la ligne opposée en bloquant un de ses pieds immédiatement derrière l'extrémité de la ligne A ou B. Les virages en courbe sont interdits.

Si un candidat arrive sur une des deux lignes avant le signal sonore suivant, il attend que le signal sonore retentisse pour repartir vers l'autre ligne.

Lorsqu'un candidat a un retard dans la zone de tolérance des deux mètres, à l'émission du signal sonore, un avertissement lui est signifié par l'évaluateur de la ligne qui en informe également l'évaluateur de la ligne opposée.

Dans le cas où le retard n'est pas comblé sur l'aller suivant, un deuxième avertissement est signifié au candidat. Un troisième retard consécutif est éliminatoire.

Tout retard en-deçà de la zone de tolérance des deux mètres, à l'émission du signal sonore, est éliminatoire.

Le matériel :

- un gymnase ou une salle de sport, ou à défaut un terrain extérieur, avec une surface plane antidérapante nécessaire à la réalisation du test dans des conditions de sécurité ;
- un décamètre ou un odomètre avec une roue ;
- du ruban adhésif ou autres (pour matérialiser les lignes au sol) ;
- des plots ;
- un lecteur d'enregistrement, suffisamment audible pour tous les participants ;
- l'enregistrement du test « Luc Léger », version 1998, avec palier d'une minute ;
- des chasubles avec numéro (autant que de candidats).
- **Epreuve n° 2 : parcours d'habileté motrice chronométré**

Le candidat réalise un parcours d'habileté motrice chronométré composé de vingt-deux ateliers consécutifs proposés dans l'ordre chronologique déterminé par la description ci-dessous.

Ce parcours est validé lorsqu'il est réalisé dans un temps strictement inférieur, pénalités comprises, à une minute et quarante-six secondes pour les hommes et deux minutes et six secondes pour les femmes.

Des bonifications sont accordées pour les candidats âgés :

- de quarante à cinquante ans : un temps strictement inférieur, pénalités comprises, à une minute et cinquante-et-une secondes pour les hommes et deux minutes et onze secondes pour les femmes ;
- A partir de cinquante et un ans : un temps strictement inférieur, pénalités comprises, à une minute et cinquante-et-six secondes pour les hommes et deux minutes et seize secondes pour les femmes.

Trois évaluateurs, dont deux chronométreurs positionnés, évaluent cette épreuve.

Un évaluateur, au sens du point d) de l'article 6, réalise une démonstration du parcours d'habileté motrice.

Le candidat dispose de quinze minutes maximum pour s'échauffer collectivement sur l'ensemble des ateliers.

Le candidat dispose d'un seul essai pour réaliser le parcours d'habileté motrice chronométré.

Le candidat se met en position en plaçant les pieds derrière la ligne de départ. Le départ se fait au signal de l'évaluateur : « PRÊT » « PARTEZ ».

Le temps réalisé par le candidat est pris par deux évaluateurs chronométreurs.

Le chronomètre est déclenché au départ du candidat et est arrêté lorsque le torse du candidat franchit la ligne d'arrivée, matérialisée par deux plots.

Les évaluateurs chronométreurs vérifient la réalisation conforme aux descriptions mentionnées ci-dessous du parcours d'habileté motrice par le candidat et notent les pénalités.

Toute erreur identifiée et décrite ci-dessous entraîne cinq secondes de pénalité.

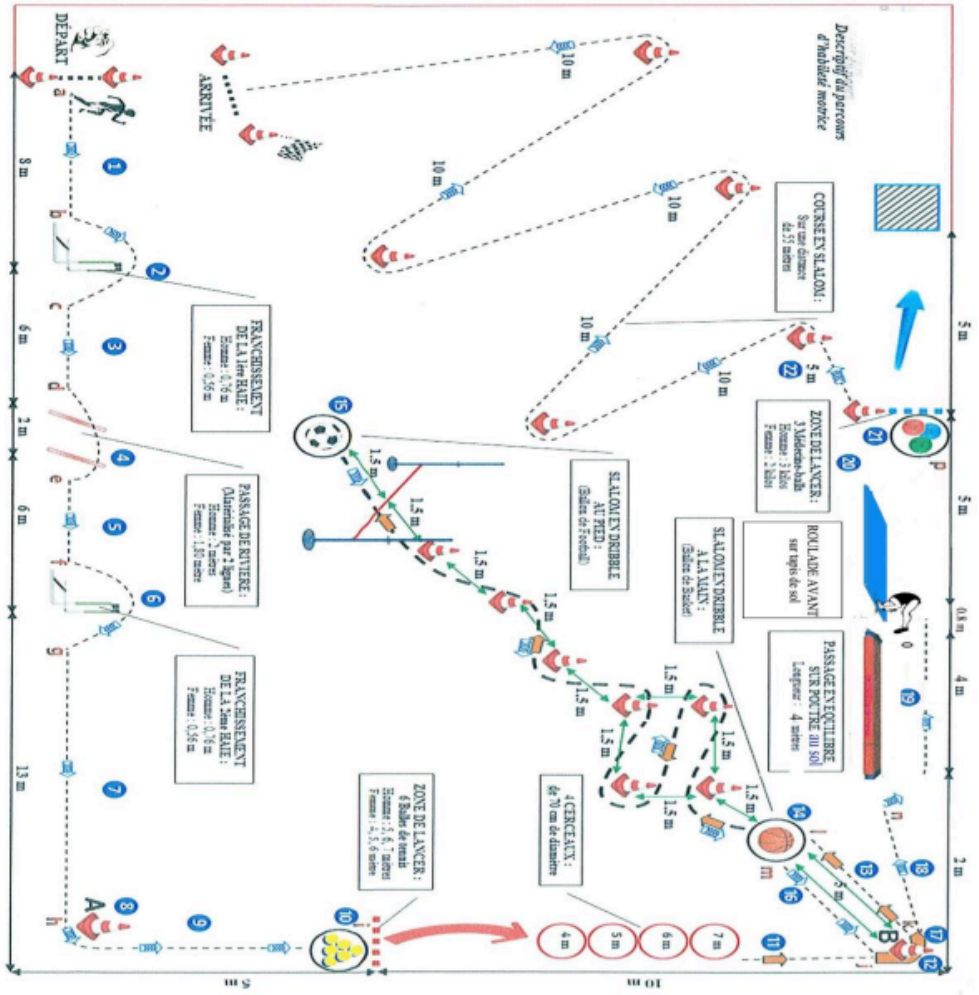
Tout atelier oublié est immédiatement signalé au candidat par l'évaluateur qui lui demande de le réaliser dans l'instant. (exemple : ateliers 8-12-17-22, un candidat ne contournant pas les plots sera arrêté immédiatement pour refaire l'atelier).

Les évaluateurs chronométreurs annoncent le temps réalisé par le candidat au troisième évaluateur, sans avoir préalablement communiqué celui-ci.

Le temps retenu est celui le plus favorable au candidat. En cas de problème technique de chronométrage, le troisième évaluateur décide du temps à retenir. Le troisième évaluateur informe les chronométreurs du moment où ils ramènent leur chronomètre au zéro.

Les pénalités retenues sont inscrites sur la fiche du candidat après vérification par les trois évaluateurs. En cas de désaccord, l'avis majoritaire l'emporte.

Description du test d'habileté motrice :



Atelier 1 : Course à pied sur huit mètres

A partir d'un départ commandé, le candidat court sur une distance de 8 mètres, du point « **a** » au point « **b** ».

Atelier 2 : Franchissement de la première haie

Le candidat franchit la première haie d'une hauteur de 0,76 mètre pour les hommes et de 0,56 mètre pour les femmes.

Pénalité :

– une pénalité est attribuée pour le renversement de la haie ;
– une pénalité est attribuée pour la chute de la latte au passage de la haie.

Atelier 3 : Course à pied sur six mètres

Le candidat court sur une distance de 6 mètres, du point « **c** » au point « **d** ».

Atelier 4 : Passage de rivière (zone matérialisée par 2 lignes)

Le candidat franchit un passage de rivière, matérialisé par 2 lignes tracées au sol espacées de 2 mètres pour les hommes et de 1,80 mètre pour les femmes.

Pénalité :

Une pénalité est attribuée en cas d'un ou plusieurs appui(s) constaté(s) sur une des lignes ou dans l'espace délimité par les 2 lignes.

Atelier 5 : Course de vitesse sur six mètres

Le candidat court sur une distance de 6 mètres, du point « **e** » au point « **f** ».

Atelier 6 : Franchissement de la deuxième haie

Le candidat franchit la deuxième haie d'une hauteur de 0,76 mètre pour les hommes et de 0,56 mètre pour les femmes.

Pénalité :

– une pénalité est attribuée pour le renversement de la haie.
– une pénalité est attribuée pour la chute de la latte au passage de la haie.

Atelier 7 : Course de vitesse sur treize mètres

Le candidat court sur une distance de treize mètres, du point « **g** » au point « **h** ».

Atelier 8 : Contournement du plot A

Le candidat contourne le plot « **A** » par la droite.

Atelier 9 : Course de vitesse sur cinq mètres

Le candidat court sur une distance de cinq mètres, du point **« h »** au point **« i ».**

Atelier 10 : Lancer de balles

Le candidat lance une balle dans quatre cibles matérialisées par quatre cerceaux de soixante-dix centimètres de diamètre, posés au sol, en allant du plus proche au plus éloigné. Le lancer est validé lorsque la balle est dans la cible ou touche le bord du cerceau.

Le candidat dispose de six balles maximum et de deux lancers maximum par cible pour valider l'atelier.

Les distances de lancer sont mesurées entre le centre de chaque cerceau et la zone de lancer derrière laquelle, le candidat doit se trouver, soit :

Pour les hommes : le centre du premier cerceau est situé à cinq mètres, le deuxième à six mètres et le troisième à sept mètres de la zone de lancer.

Pour les femmes : le centre du premier cerceau est situé à quatre mètres, le deuxième à cinq mètres et le troisième à six mètres à partir de la ligne tracée au sol de la zone de lancer.

Pénalité :

Par cible manquée (deux balles possibles pour chaque cible).

Atelier 11 : Course de vitesse sur dix mètres

Le candidat court sur une distance de dix mètres, du point **« i »** au point **« j ».**

Atelier 12 : Contourner le plot B

Le candidat contourne le plot « **B** » par la droite, placé à dix mètres de la zone de lancer de balles.

Atelier 13 : Course de vitesse sur cinq mètres

Le candidat court sur une distance de cinq mètres, du point « **k** » au point « **l** ».

Atelier 14 : Slalom en dribble à la main (Ballon de basket)

Le candidat prend le ballon de basket posé dans un cerceau et se déplace en dribblant d'une seule main (changements de main autorisés) pour effectuer un slalom entre les sept plots dont les quatre premiers sont disposés en croix (distance entre les plots 1 mètre 50 : voir schéma). Les plots doivent être contournés alternativement par la gauche et par la droite.

Le candidat franchit un élastique tendu à quarante centimètres du sol (et placé à 1 mètre 50 du dernier plot) sans le toucher, le ballon passant au-dessus de l'élastique.

Il immobilise ensuite le ballon avec les mains à l'intérieur d'un cerceau placé au sol à 1 mètre 50 de l'élastique ;

Le ballon ne doit pas être porté, le corps du candidat doit contourner les plots.

Pénalité :

– une pénalité est attribuée par plot non-contourné, avec le ballon ;
– une pénalité est attribuée par plot non-contourné avec le corps ;
– une pénalité est attribuée si l'élastique est touché lors de son franchissement ;
– une pénalité est attribuée si l'élastique est franchi alors que la balle tenue par le candidat ;
– une pénalité est attribuée si le ballon n'est pas immobilisé dans le cerceau ;
– une pénalité est attribuée si le ballon est porté lors de cet atelier.

Atelier 15 : Slalom en dribble au pied (ballon de football)

Le candidat prend un ballon de football avec les pieds, posé à l'intérieur d'un cerceau et franchit l'élastique sans le toucher en faisant passer le ballon sous l'élastique. Il effectue le slalom en sens inverse en contournant les plots alternativement par la droite et par la gauche, en dribblant au pied jusqu'au cerceau (m) et immobilise la balle dans le cerceau avec le pied.

Le corps du candidat ainsi que le ballon doivent contourner tous les plots.

Pénalité :

– une pénalité est attribuée par plot non-contourné avec le ballon ;
– une pénalité est attribuée si l'élastique est touché lors de son franchissement ;
– une pénalité est attribuée si le ballon est touché avec la main pendant les dribbles au pied ;
– une pénalité est attribuée si le ballon est immobilisé avec la (les) main(s) dans le cerceau ;
– une pénalité est attribuée si le ballon n'est pas immobilisé dans le cerceau.

Atelier 16 : Course sur cinq mètres

Le candidat court sur une distance de cinq mètres, du point **« m »** au point **« j ».**

Atelier 17 : Contourner le plot B :

Le candidat contourne le plot **« B »** par la droite, placé à dix mètres de la zone de lancer de balle.

Atelier 18 : Course sur deux mètres

Le candidat court sur une distance de deux mètres, du point **« k »** au point **« n »**.

Atelier 19 : Passage en équilibre sur poutre basse

Le candidat marche sur une poutre basse, de quatre mètres de long. Le candidat traverse la poutre d'une extrémité à l'autre. En cas de chute, le candidat recommence l'atelier au début de la poutre.

Atelier 20 : Roulade avant

De l'extrémité de la poutre le candidat réalise une roulade avant sur un tapis placé à une distance de 0,80 mètre de la poutre.

Pénalité :

Une pénalité est attribuée pour la réalisation d'une roulade dont la trajectoire rectiligne et perpendiculaire à l'axe de départ du candidat n'est pas respectée.

Atelier 21 : Lancer de médecine-balls

Le candidat, situé derrière la zone de lancer, lance successivement trois médecine-balls, (deux kilogrammes pour les femmes et trois kilogrammes pour les hommes) au-delà d'une ligne située à cinq mètres du point « p » (lancer à deux mains départ poitrine).

Pénalité :

– une pénalité est attribuée lorsque la zone de lancer est mordue ou franchie par le candidat ;
– une pénalité est attribuée pour chaque lancer de médecine-ball ne franchissant pas la ligne située à cinq mètres de la zone de lancer.

Atelier 22 : Course en slalom sur cinquante-cinq mètres

Le candidat court en slalom en contournant cinq plots alternativement par la droite et la gauche, sur une distance totale de cinquante-cinq mètres jusqu'à la ligne d'arrivée.