



**ACADÉMIE
DE LIMOGES**

*Liberté
Égalité
Fraternité*

Session 2021

BACCALAUREAT PROFESSIONNEL

ÉPREUVES FACULTATIVES

PONCTUELLES

D'ÉDUCATION PHYSIQUE et SPORTIVE

EPREUVE FACULTATIVE PONCTUELLE
d'Education Physique et Sportive

Dans toutes les activités, les compétences attendues sont celles du niveau 5. Il est nécessaire que les candidats prennent connaissance des barèmes publiés dans la présente brochure et s'entraînent à la préparation de l'oral comme à la pratique de l'activité retenue.

L'épreuve est notée sur 20 points. Elle comprend :

- une prestation physique : 16 points
- un entretien : 4 points

L'entretien doit permettre d'attester les connaissances scientifiques, techniques, réglementaires et la réflexion du candidat sur sa pratique

BASKET-BALL		Principes d'élaboration de l'épreuve		
Compétence attendue		<ul style="list-style-type: none"> • Matches à 5 contre 5 sur un terrain réglementaire, opposant des équipes dont le rapport de force est équilibré. • Chaque équipe dispute plusieurs rencontres de 8 minutes, dont au moins deux rencontres contre la même équipe. <p>Lors de chaque rencontre, chaque équipe peut bénéficier d'un « temps-mort » d'1' pour adapter son organisation en fonction du contexte de jeu et du score.</p> <p>Entre les deux rencontres opposant les mêmes équipes, un temps de concertation sera prévu, de manière à permettre aux joueurs d'une même équipe d'ajuster leurs organisations collectives en fonction des caractéristiques du jeu adverse.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Les règles essentielles sont celles du basket-ball. La 3ème faute personnelle est sanctionnée par la perte d'un point sur la note de défense. 		
Points à affecter	Éléments à évaluer	Degrés d'acquisition du niveau 5		
		De 0 à 9 points	De 10 à 16 points	De 17 à 20 points
10/20	<p>Pertinence et efficacité de l'organisation collective</p> <p>Degré d'organisation collective de l'équipe.</p> <p>Analyse et exploitation collective du rapport de force entre les équipes.</p> <p style="text-align: right;">En attaque (4 points)</p> <p style="text-align: right;">En défense (4 points)</p>	<p>Exploite le rapport de force quand il est favorable ou équilibré dans un jeu à effectif complet de 0 à 3,5 pts</p> <p>Mises en danger de l'adversaire : organisation offensive liée à des enchaînements d'actions privilégiant l'utilisation alternative des couloirs latéraux et du couloir central.</p> <p>Échanges qui créent le déséquilibre.</p> <p>L'équipe identifie les indices permettant la poursuite du jeu rapide ou le passage à un jeu placé à l'approche de la cible avec une occupation des espaces clés dans le but de positionner un tireur en situation favorable (début du jeu de transition).</p> <p>Défense organisée et étagée pour perturber la progression de la balle (répartition entre harceleur et récupérateur intercepteur en repli).</p> <p>Recul progressif en coupant l'accès au panier, et en ralentissant le plus possible la montée du ballon (aide au partenaire dépassé).</p>	<p>Fait basculer le rapport de force en sa faveur qu'il soit équilibré ou défavorable dans un jeu à effectif complet de 4 à 6 pts</p> <p>Adaptation, réactivité collective au problème posé par l'équipe adverse.</p> <p>Organisation créatrice d'incertitudes par combinaisons d'actions de plusieurs joueurs (circulations de balle et déplacements des joueurs coordonnés, variation du rythme de jeu).</p> <p>Échanges décisifs qui créent le danger.</p> <p>Continuité du jeu assurée par une distribution de rôles adaptée, un placement/replacement des équipiers.</p> <p>Organisation défensive, capable d'évoluer en fonction du contexte de jeu et du score (stratégie profitable à la défense). L'équipe en défense reste structurée loin ou près de son panier, se supplée collectivement pour une entraide efficace.</p>	<p>Fait basculer le rapport de force en sa faveur grâce à des alternatives d'attaque variées dans un jeu à effectif complet de 6,5 à 8 pts</p> <p>Adaptations aux problèmes offensifs et défensifs posés par l'équipe adverse.</p> <p>Organisation offensive créatrice d'incertitudes construite sur l'utilisation de postes de jeu, de principes de jeu variés (jouer à 2, à 3, déformer la défense...), et une occupation rationnelle du terrain, appropriées au type de défense rencontrée.</p> <p>L'équipe peut justifier ses choix stratégiques offensifs par l'utilisation des éléments statistiques prélevés.</p> <p>Choix approprié d'une organisation défensive (homme à homme, zone, zone press, etc.) pour s'adapter aux points forts et points faibles de l'équipe adverse</p> <p>L'équipe peut justifier ses choix stratégiques défensifs par l'utilisation des éléments statistiques prélevés.</p>
	<p>Efficacité collective (2 points)</p> <p>Gain des rencontres</p> <p>Effets des organisations collectives choisies sur l'évolution du score.</p>	<p>Matches souvent perdus.</p> <p>Effets : des moments de domination au cours du jeu sont repérables lors des temps de l'équipe.</p> <p>0 point</p>	<p>Matches perdus = matchs gagnés.</p> <p>Effets : les organisations choisies augmentent les mises en danger de l'équipe adverse et font évoluer le score</p> <p>1 point</p>	<p>Matches gagnés.</p> <p>Effets : les organisations choisies, notamment lors des temps de concertation, font basculer le score en faveur de l'équipe.</p> <p>2 points</p>
10/20	<p>Efficacité individuelle du joueur dans l'organisation collective</p> <p style="text-align: right;">En attaque (6 points)</p> <p style="text-align: right;">En défense (4 points)</p>	<p>Joueur engagé et réactif de 0 à 4,5 points</p> <p>Joueur capable de répondre à une situation rapidement et de coordonner ses actions avec ses partenaires.</p> <p>PB : avance pour fixer et décaler un partenaire, passe avec précision, ou conserve le ballon sous pression.</p> <p>NPB : offre des solutions pertinentes pour jouer autour ou à l'intérieur de la défense (démarquage pour conserver efficacement : appels orientés en mouvement, occupation des zones favorables de tir).</p> <p>Défenseur : choisit un rôle défensif selon sa proximité du lieu de perte de balle en coordination avec les autres partenaires (presse le porteur de balle, intercepte, aide en situation d'urgence, etc.)</p>	<p>Joueur ressource : organisateur et décisif de 5 à 8 points</p> <p>Joueur capable d'anticiper et d'enchaîner des actions décisives et coordonnées avec ses partenaires.</p> <p>PB : crée le plus souvent un danger pour favoriser une rupture (gagne des duels, efficacité des tirs à l'extérieur et/ou à l'intérieur, passe décisive à un partenaire placé favorablement).</p> <p>NPB : crée des espaces libres et des opportunités dans l'organisation offensive (favorise la pénétration du porteur, aide par écran, se démarque côté ballon et/ou à l'opposé, participe au rebond offensif ou au repli défensif).</p> <p>Défenseur : contribue individuellement au gain de ballons et articule ses actions avec celles de ses partenaires. Joueur capable de demander un temps mort ou de proposer des solutions lors du temps de concertation.</p>	<p>Joueur ressource : organisateur, décisif et garant de l'organisation collective de 8,5 à 10 points</p> <p>Joueur capable d'anticiper et d'enchaîner des actions décisives et coordonnées avec ses partenaires. Côté ballon et à l'opposé du ballon, en attaque et en défense.</p> <p>PB : utilise ses points forts, pour créer du danger pour lui et pour ses partenaires.</p> <p>NPB : coordonne ses actions aux autres NPB pour porter le danger dans les zones de mises en danger choisies.</p> <p>Défenseur : coordonne ses actions à celles de tous les autres défenseurs pour respecter le dispositif choisi et participer au rebond défensif collectif. Joueur capable de demander un temps mort à bon escient ou de proposer des solutions pertinentes lors du temps de concertation.</p>

DANSE (CHOREGRAPHIE INDIVIDUELLE)		PRINCIPES D'ELABORATION DE L'EPREUVE FACULTATIVE PONCTUELLE		
COMPETENCE ATTENDUE		<ul style="list-style-type: none"> ° Présenter une chorégraphie individuelle. Durée (2 minutes à 3 minutes), espace scénique d'environ 10m x 10 mètres et emplacement du jury défini. Un seul passage. Le monde sonore est choisi par l'élève (musique, bruitage, silence...). Donner un titre et un argument (écrit). ° Présenter une improvisation individuelle à partir d'un support sonore (L'élève en choisi un parmi les deux proposés par le jury) d'une durée de 40 à 45 secondes. 20 minutes de préparation sont disponibles. ° Entretien d'une durée maximale de 15 minutes sur différents aspects de la danse. 		
NIVEAU 5 : Composer et présenter une chorégraphie individuelle à partir de choix personnels exprimés, avec un niveau d'engagement émotionnel maîtrisé et une stylisation du mouvement au service du propos chorégraphique. Apprécier le niveau d'interprétation du danseur ainsi que l'utilisation des procédés et éléments scéniques qui renforcent le thème développé.		Degré d'acquisition du NIVEAU 5		
POINTS A AFFECTER	ELEMENTS A EVALUER	De 0 à 9 points	De 10 à 15 points	De 16 à 20 points
CHOREGRAPHIE 13/20 ° COMPOSITION : 6/20 ° INTERPRETATION : 7/20	<ul style="list-style-type: none"> ° Procédé(s) de composition choisi(s) pour créer l'ossature générale de la chorégraphie ° Construction de l'espace scénique (directions et trajets) ° Choix et exploitation des éléments scénographiques : monde sonore, costumes et maquillage, accessoire et/ou décor. 	0 à 3 points Projet cohérent, mené à terme <ul style="list-style-type: none"> ° Procédés repérables : un propos se dégage et la réalisation commence à être assimilée. ° Trajets précis et organisés avec changements de direction. ° Eléments scénographiques utilisés de façon pertinente pour servir l'intention et/ou le thème. 	3,5 à 4,5 points Projet développé, polysémique <ul style="list-style-type: none"> ° Procédés choisis et assimilés : le propos est traité de façon riche (diversifié et/ou original) et développé. ° Trajets et directions symboliques... ° Eléments scénographiques utilisés de façon nuancée, créative ou originale... 	5 à 6 points Projet personnel, parti pris original et prise de risque dans les choix <ul style="list-style-type: none"> ° Traitement singulier du thème : distanciation, dimension poétique, installation d'un univers. ° Trajets et directions symboliques... ° Eléments scénographiques utilisés de façon nuancée, créative ou originale...
	<ul style="list-style-type: none"> ° Engagement moteur ° Engagement émotionnel 	0 à 3 points <ul style="list-style-type: none"> ° Coordination maîtrisée de gestes simples, mais appuis précis et stables, gestes finis. Regard fixe et/ou informatif (ex : sur le départ d'un mouvement) ° Elève convaincant, engagé dans son rôle de façon intermittente. 	3,5 à 5,5 points <ul style="list-style-type: none"> ° Coordination et dissociation maîtrisée de gestes plus complexes (buste engagé), variation d'énergie. Appuis variés, utilisation du déséquilibre, amplitude gestuelle. Regard vivant. ° Elève convaincant, engagé dans son rôle en permanence. 	6 à 7 points <ul style="list-style-type: none"> ° Virtuosité (subtilité ou vitesse d'exécution), dissociation segmentaire, désaxe les mouvements, nuance les énergies, exploite les caractéristiques singulières de danseur. ° Elève habité par sa danse : est en état de danse, intensité de la présence, maîtrise du jeu d'énergie. Captive le spectateur.
IMPROVISATION 3/20	<ul style="list-style-type: none"> ° Musicalité ° Variété du vocabulaire gestuel ° Interprétation 	<ul style="list-style-type: none"> ° Rapport à l'univers musical : s'approprier, exploiter et jouer avec la musique. ° Proposition d'un vocabulaire gestuel différent de celui de sa chorégraphie. ° Degré d'engagement : concentration, présence, force de conviction. 		
ENTRETIEN 4/20	<ul style="list-style-type: none"> ° Réflexion du candidat sur sa pratique, analyse de sa prestation et des étapes de la construction chorégraphique. ° Connaissances techniques sur les fondamentaux de la danse : corps, espace, temps, énergie, et évolution des techniques. ° Connaissances scientifiques sur l'échauffement, la préparation physique spécifique à la danse. ° Connaissances réglementaires et historiques sur la danse : styles, courants, évolution actuelle, analyse de spectacles vus récemment. 			
		Analyse de sa pratique limitée. Connaissances succinctes, décontextualisées, confuses.	Analyse de sa pratique limitée avec de réelles connaissances OU Analyse pertinente de sa pratique avec peu de connaissances.	Analyse pertinente de sa pratique intégrant des connaissances variées et maîtrisées issues des différents champs de connaissances.

Judo épreuve facultative

Compétences attendues		Principes d'élaboration de l'épreuve		
Niveau 5 : Pour gagner le combat, gérer ses ressources et s'adapter aux caractéristiques des adversaires pour conduire l'affrontement dans une situation de randori		Chaque protagoniste réalise 3 randori de 4 minutes, entrecoupés de 8 à 12 minutes de repos. Les randori sont arbitrés par les élèves. L'arbitre annonce les avantages, les pénalités et fait respecter les règles de sécurité. Les combattants et l'arbitre appliquent le rituel définis. Les combattants sont répartis par groupe morphologique et de niveau.		
Points à affecter	Éléments à évaluer	Degrés d'acquisition du niveau 5		
		De 0 à 9 points	De 10 à 16 points	De 0 à 9 points
8 points	Efficacité de l'organisation individuelle dans la circularité des statuts dominant/ dominé : - préparation de l'attaque : saisie, posture, déplacement. - technique d'attaque et de défense	<u>Attaque</u> : les saisies déplacements et postures permettent aux combattants d'effectuer des attaques dans 2 directions différentes. Les enchaînements avant-arrière, avant-avant, et actions répétées sont sans lien avec les actions d'Uke. La liaison debout-sol est réalisée, elle permet la continuité de contrôle dans le travail au sol. <u>Défense</u> : le combattant bloque et esquive efficacement sans pour autant contre-attaquer. Dans la liaison debout sol, il s'organise rapidement, adopte des positions de fermeture, neutralise les retournements.	<u>Attaque</u> : les saisies, déplacements et postures permettent aux combattants d'effectuer des attaques dans plusieurs directions. Les enchaînements avant-arrière, avant-avant et actions répétées sont choisies en fonction de la réaction de Uke. La maîtrise de la liaison debout-sol permet à l'attaquant de varier les formes de contrôles, de retournements et d'immobilisations. <u>Défense</u> : le combattant propose une contre-attaque et peut reprendre l'initiative suite à un blocage ou une esquive d'attaque. Dans la liaison debout-sol, il est capable de neutraliser les actions de Tori ou de fuir de façon organisée pour reprendre rapidement le combat debout.	<u>Attaque</u> : les saisies, déplacements et postures permettent à l'attaquant de provoquer et d'exploiter les réactions de Uke afin de le projeter dans plusieurs directions. La maîtrise de la liaison debout-sol permet à l'attaquant d'immobiliser et de faire évoluer ses techniques en fonction des réactions de Uke. <u>Défense</u> : le combattant propose presque toujours une contre-attaque et reprend rapidement l'initiative après blocage ou esquive. Dans la liaison debout-sol, il organise sa défense dans un premier temps pour reprendre l'initiative en vue d'un passage d'une attitude défensive à une attitude offensive.
		Rapport d'opposition (6 points) : gestion des caractéristiques de l'adversaire	Le combattant élabore une stratégie reposant sur quelques caractéristiques morphologiques simples de son adversaire.	Le combattant élabore une stratégie à partir de ses propres points forts et d'une analyse simple de son adversaire (saisie, posture déplacement). Il met en œuvre ce plan d'action.
8 points	Gain du combat (2 points)	Gagne 0 ou 1 randori sur 3 De 0 à 0,25pt	Gagne 2 randori sur 3 De 0,5 à 1pt	Gagne les 3 randori De 1,25 à 2pts
4 points	Arbitrage	L'arbitre gère le combat. Il annonce les pénalités pour les situations dangereuses. Il est entendu de tous et maîtrise la gestuelle.	L'arbitre gère le combat et se place efficacement. Il annonce les pénalités pour les situations de défense excessive et de fausses attaques. Il maîtrise la gestuelle.	L'arbitre gère le combat et anticipe tous ses placements. Il est capable d'attribuer une décision conforme à l'évolution du combat, lorsqu'aucun avantage n'est marqué.

Natation de distance épreuve facultative (Référentiel rénové 2018)

Compétences attendues		Principes d'élaboration de l'épreuve								
<p>Niveau 5 Pour produire la meilleure performance, se préparer et nager longtemps en crawl, en s'économisant afin de pouvoir nager vite au terme de cet effort prolongé.</p>		<p>Le candidat effectue un parcours continu chronométré de 800 mètres en crawl à partir d'un départ plongé. Les temps sont relevés par le jury par tranche de 100 mètres. La prestation est considérée comme réglementaire si la nage est effectuée comme suit :</p> <ul style="list-style-type: none"> - action alternée et retour aérien des bras vers l'avant, action alternée des jambes de type « battements » ; - phases d'immersion du visage plus longues que les phases d'émersion. 								
Points à affecter	Éléments à évaluer	Degrés d'acquisition de niveau 5								
14 points	<p>Performance chronométrique</p> <p>Exemple : Une fille réalise 15mn33 Sa note est de 7 / 14</p>	N/14	Filles	Garçons	N/14	Filles	Garçons	N/14	Filles	Garçons
		1 pt	19.00	17.00	5,5 pts	16.32	14.49	10 pts	14.32	13.10
		1,5 pt	18.40	16.41	6 Pts	16.16	14.36	10,5 pts	14.20	13.00
		2 pts	18.24	16.26	6,5 Pts	16.00	14.23	11 pts	14.08	12.50
		2,5 pts	18.08	16.11	7 Pts	15.44	14.10	11,5 pts	13.56	12.40
		3 pts	17.52	15.56	7,5 Pts	15.32	14.00	12 pts	13.44	12.30
		3,5 pts	17.36	15.41	8 pts	15.20	13.50	12,5 pts	13.32	12.20
		4 pts	17.20	15.28	8,5 pts	15.08	13.40	13 pts	13.20	12.10
		4,5 pts	17.04	15.15	9 pts	14.56	13.30	13,5 pts	13.08	11.55
		5 pts	16.48	15.02	9,5 pts	14.44	13.20	14 pts	12.56	11.40
Bonus de 1pt si la performance est réalisée dans un bassin de 50 mètres (dans la limite de 14 pts pour la performance chronométrique).										
6 points	<p>Gestion de l'effort : Temps réalisé sur la dernière tranche de 100 mètres</p>	<p>Le temps réalisé sur la huitième et dernière tranche de 100 mètres est supérieur ou égal à celui d'au moins une des deuxième à septième tranches 0 pt</p>			<p>Le temps réalisé sur la huitième et dernière tranche de 100 mètres est strictement inférieur à celui de chacune des deuxième à septième tranches. 3 pts</p>					
	<p>Écart entre les temps extrêmes réalisés par tranche de 100 mètres à l'exception de la première et de la dernière</p>	<p>Supérieur à 13 sec 0 pt (11-13sec): 0,5 pt (9-10sec) : 1 point</p>			<p>(7- 8 sec) : 1,5 pt (5 - 6sec) : 2 pt</p>			<p>(0-4 sec) : 3 pt</p>		

Tennis épreuve facultative

Compétences attendues		Principes d'élaboration de l'épreuve		
Niveau 5 : Pour gagner le match, concevoir et conduire des projets tactiques en adaptant son jeu (varier le rythme, masquer les coups, ...) face à chaque adversaire.		Les matchs se jouent en un set de 4 jeux gagnants avec jeu décisif à 3 jeux partout. Les règles essentielles sont celles du tennis (terrain, filet, service, décompte des points, changement de côté). Chaque candidat dispute plusieurs rencontres contre des adversaires de niveau proche et arbitre au moins une rencontre. A chaque changement de côté, le candidat analyse la séquence qui vient de se dérouler et propose une stratégie pour la séquence suivante.		
Pts à affecter	Éléments à évaluer	Degrés d'acquisition du niveau 5		
		De 0 à 9 points	De 10 à 16 points	De 17 à 20 points
4 points	Pertinence et efficacité des choix stratégiques dans la gestion du rapport de force	L'analyse du temps de jeu précédent est réaliste mais le projet se limite à des éléments habituels (jouer sur le revers, obliger l'adversaire à se déplacer davantage) qui peuvent néanmoins être efficaces.	Le candidat connaît bien ses points forts, il détecte globalement les points faibles de l'adversaire, il construit un projet et le met en place mais il parvient peu à le faire évoluer, si nécessaire, en cours de jeu.	L'analyse repose sur les éléments essentiels qui vont permettre de proposer un projet efficace qui s'appuie sur les points faibles et forts de l'adversaire au regard de ses propres possibilités.
10 points	Qualité des techniques au service de la tactique Variété qualité et efficacité des actions de frappe Anticipation, équilibre et rapidité des déplacements, placements et replacements	Utilisation principalement de l'espace latéral et profond. Vitesse d'exécution souvent uniforme. Remplacement sans tenir compte des possibilités de renvoi. Variation des trajectoires (longues, hautes et croisées) quand le rapport de force est défavorable. Frappes souvent en déséquilibre, sans transfert du poids du corps vers l'avant. Déplacements souvent tardifs et approximatifs, ajustements rares. Au service : première balle explosive, 2 balles identiques, ou 2 ^e balle sécuritaire.	Le terrain adverse est utilisé dans sa totalité. Variation de la vitesse d'exécution (quelques accélérations maîtrisées), et utilisation d'un même effet dans un schéma préférentiel (ex : chop en revers pour défendre). Le joueur se replace en fonction des renvois probables (anticipation), et fait varier ses trajectoires (vitesse, direction, longueur, hauteur, effet) pour se donner du temps. Placement anticipé en fond de court, mais les déplacements vers le filet restent approximatifs. Différenciation première et seconde balle avec des variations en direction et en vitesse.	Optimisation de la gestion du couple risque / sécurité : variations de rythme en fonction du rapport de force. Le joueur masque ses coups pour créer de l'incertitude. Maîtrise technique de l'ensemble des coups utilisés et des différents effets dans des contextes et rapports de forces différents. Mise en action rapide et engagement physique optimal. Variation des effets au service sur les 2 balles.
2 points	Le candidat gère son engagement et arbitre	Le candidat s'échauffe, au mieux, de manière formelle. Il n'utilise pas les temps d'attente pour récupérer activement. Il accepte de tenir le rôle d'arbitre mais ne le remplit pas correctement.	Le candidat s'échauffe et récupère mais sans prendre en compte les aspects spécifiques de l'activité. Il peut tenir le rôle d'arbitre mais présente quelques hésitations dans la décision.	Le candidat se prépare physiquement et psychologiquement à l'épreuve. Il utilise bien les moments d'attente et de récupération. Il peut assurer pleinement le rôle d'arbitre en montrant l'autorité nécessaire.
4 points	Gain des rencontres	Les points de gain des rencontres sont attribués à chaque joueur en fonction du niveau de jeu réel et du nombre de matchs gagnés, en tenant compte des écarts de scores.		

I – Qui peut s’inscrire à cette option facultative ?

1°) Les sportifs inscrits sur les listes ministérielles Jeunesse et Sport, Haut niveau et Espoirs,

2°) les sportifs inscrits dans les filières labellisées d’accès au sport de haut niveau, Pôle Espoirs et centres de formation agréés,

3°) les lycéens engagés à un haut niveau dans le cadre du sport scolaire et ayant réalisé des podiums aux championnats de France scolaires ou les jeunes officiels de niveau national ou international.

Le Directeur régional de la Jeunesse et des Sports en liaison avec les fédérations sportives est seul habilité à attester de la qualité de sportif de haut niveau d’un candidat s’inscrivant au titre des cas 1° et 2° ci-dessus.

S’agissant du paragraphe 3°, c’est la fédération nationale du sport scolaire qui communiquera au service des examens la liste des jeunes pouvant prétendre à l’inscription.

II – Comment sont évalués les candidats ?

Le candidat sportif de haut niveau est évalué dans son activité de spécialité. L’épreuve se décompose en deux parties :

⇒ L’évaluation du niveau de performance atteint dans l’activité : cette partie est automatiquement validée à 16 points

⇒ L’entretien avec le jury (évalué sur 4 points). Il porte sur l’analyse par le candidat de sa pratique de haut niveau notamment dans les composantes culturelles de l’activité (le degré d’expertise sur les plans technique, tactique, réglementaire, l’évolution de l’activité, la structuration du haut niveau...), méthodologique (la conduite autonome de son projet d’acquisition et d’entraînement, les moyens et outils pour améliorer ses capacités, programmer, planifier...), santé et prévention des conduites addictives (l’entretien de sa vie physique et le développement de sa santé tout au long de sa vie, le suivi médical, la récupération, l’alimentation, le dopage...).

Ces deux parties de l’épreuve sont obligatoires.

Le sportif de haut niveau ne se présentant pas à l’entretien se verra attribuer la note "zéro" à l’ensemble de l’épreuve.