

www.epsmaroc.net
epsmaroc.net@gmail.com

البدنية و الرياضة بالمغرب

تربية

LE PORTAIL OFFICIEL DES PROFESSEURS D'EPS

قد و فقت بنسبة كبيرة

ون

اخوكما بومحمد 4444



تحياتي الخالصة

www.epsmaroc.net

البدنية والرياضة

بنة

المملكة المغربية وزارة التربية الوطنية والتكوين المهني المركز الجهوي لمهن التربية والتكوين مراكش	مباراة الدخول إلى مسلك تأهيل أساتذة التعليم الثانوي الإعدادي بالمراكز الجهوية لمهن التربية والتكوين - دورة يوليوز 2014 - الموضوع	خاص بكتابة الامتحان
الاسم الشخصي والعائلي : تاريخ ومكان الميلاد :	رقم الامتحان :	
المسلك الإعدادي	مادة : التربية البدنية	مدة الإنجاز : 4 ساعات
المعامل : 1		

المسلك : إعدادي	مادة : التربية البدنية	خاص بكتابة الامتحان
رمز الموضوع :	211	الصفحة : 1 على 20
على المصحح التأكد من أن النقطة النهائية هي على : النقطة النهائية بالأرقام : وبالحروف : إسم المصحح وتوقيعه :		

L'épreuve comprend deux parties :

➤ La première consiste en un QCM noté sur 100 :

Le QCM se compose de 100 questions. Les réponses sont notées selon le barème suivant :

- Réponse juste = 1 point.
- Réponse fausse = 0 point.
- Absence de réponse = 0 point ;
- Plus d'une réponse = 0 point.

➤ La deuxième partie est notée sur 40 :

Elle concerne le traitement des questions 101 et 102 qui sont notées chacune sur 20 points.

1^{ère} partie : le QCM

www.epsmaroc.net

Parmi les propositions A,B,C,D , cochez la bonne réponse (une seule réponse est valable).

1.	Une situation d'apprentissage est :
A	Une proposition didactique pour construire un nouveau savoir.
B	Une proposition pour construire un jeu pour l'équipe.
C	Une proposition pour construire des exercices et progresser.
D	Une proposition pour construire un curriculum

2.	En EPS, un élève est compétent quand il est capable de :
A	Réaliser une bonne performance sportive mesurable dans une APS
B	Mobiliser ses ressources pour résoudre différentes situations motrices de la même famille
C	Connaitre les procédures à mettre en œuvre pour réussir une tâche
D	Maîtriser plusieurs savoir-faire techniques dans les APS

www.epsmaroc.net

3.	Une méthode d'enseignement est :
A	Un ensemble d'exercices pour intervenir en classe
B	Un programme d'enseignement pour intervenir en classe
C	Un ensemble de procédures pour intervenir en classe
D	Un ensemble des gestes sportifs pour intervenir en classe

1 : A

2 :B

3 : C

www.epsmaroc.net

لا يكتب أي شيء في هذا الإطار



الصفحة : 2 على 20

الموضوع

دورة يوليو 2014

مادة التخصص : التربية البدنية

4. Généralement la séance d'éducation physique et sportive comprend :

- A Deux parties .
- B Trois parties.
- C Quatre parties.
- D Une seule partie.

5. En sport collectifs les enfants ont des problèmes essentiellement pour :

- A Recevoir la balle dans leur propre zone de jeu
- B Recevoir la balle sur les lignes de fond.
- C Recevoir la balle en course dans la zone d'attaque
- D Recevoir la balle dans l'espace arrière

6. L'harcèlement en HB est :

- A L'intervention défensive directe sur le porteur de balle pour le perturber et le gêner dans sa progression vers le but
- B L'intervention directe des défenseurs sur les attaquants pour les perturber et les pousser à commettre des fautes
- C L'intervention défensive directe sur le porteur de balle pour l'obliger à reculer et jouer loin de la cible
- D L'intervention défensive directe sur le porteur de balle pour l'obliger à jouer sur les cotés

7. Pour bien se démarquer le joueur doit :

- A Chercher les espaces excentrés
- B Changer de rythme et /ou de direction.
- C Changer de poste.
- D Changer de place constamment.

8. Les principes d'action en sport collectif sont :

- A Des consignes claires à respecter par les élèves.
- B Des constructions théoriques pour faciliter la pratique.
- C Un ensemble de règles d'actions permettant d'être efficace en jeu.
- D Un ensemble de gestes techniques maîtrisés.

9. Le progrès des élèves en sport collectifs est conditionné par :

- A La spécialisation précoce dans des postes de jeu.
- B Les procédures ses de l'entraînement.
- C Le nombre de séances d'entraînement.
- D La prise en compte des indices pertinents et permanents lors du jeu.

4 :B

5 :C

6 :A

7 :B

8 : C

9 :D

يكتب أي شيء في هذا الإطار



مباراة الدخول إلى مملك تأهيل أساتذة التعليم الثانوي الإعدادي بالمراكز الجهوية لمهن التربية والتكوين		
الصفحة : 3 على 20	www.epsmaroc.net	جهة التخصص : التربية البدنية

10. En HB, dans les séances d'apprentissage avec des élèves débutants, l'enseignant accorde la priorité à :

- | | |
|---|--|
| A | La progression en profondeur pour marquer |
| B | La fixation-décalage pour marquer |
| C | L'exploitation du surnombre pour marquer |
| D | L'éclatement de la grappe et la conservation de la balle |

11. Dans le cadre des sports collectifs, le joueur débutant a :

- | | |
|---|--|
| A | Un temps de latence court pour changer de statut. |
| B | Un long temps de latence pour changer de statut. |
| C | Un temps de latence court pour tirer au but. |
| D | Un temps de latence court pour revenir en défense. |

12. Les activités physiques et sportives sont :

- | | |
|---|---|
| A | Des fins pour la pratique d'éducation physique et sportive. |
| B | Des habiletés à maîtriser en éducation physique et sportive. |
| C | Des supports d'enseignement de l' d'éducation physique et sportive. |
| D | Des compétences en éducation physique et sportive. |

13. L'éducation physique et sportive est :

- | | |
|---|--|
| A | Une matière de spécialisation sportive. |
| B | Une matière d'enseignement/apprentissage. |
| C | Une matière de divertissement. |
| D | Une matière de lutte contre le stress et les comportements déviants. |

14. Le jeu en éducation physique et sportive :

- | | |
|---|------------------------------------|
| A | Est un moyen de distraction. |
| B | Est un objectif en lui même. |
| C | Est un support didactique. |
| D | Est un moyen d'occuper les élèves. |

www.epsmaroc.net

15. Planifier les apprentissages des activités physiques et sportives permet de :

- | | |
|---|---|
| A | Dégager les principes et règles d'action permettant de les maîtriser. |
| B | Construire et organiser les contenus d'enseignement. |
| C | Classer les élèves en fonction de leur niveau de pratique. |
| D | Faire acquérir aux apprenants les habiletés sportives. |

10 :D

11 :B

12 :C

13 :B

14 :C

15 :B

يكتب أي شيء في هذا الإطار



الدخول إلى مسلك تأهيل أساتذة التعليم الثانوي الإعدادي بالمراكز الجهوية لمهن التربية والتكوين			
نوع : التربية البدنية	تاريخ : يوليوز 2014	الموضوع	الصفحة : 4 على 20

www.epsmaroc.net

16.	En éducation physique et sportive, pratiquer les sports collectifs c'est surtout :
A	Vivre des expériences collectives.
B	Démontrer sa capacité à vaincre l'autre.
C	Gagner des rencontres.
D	Faire un projet de carrière sportive.

17.	Développer les capacités perceptivo-décisionnelles des apprenants en éducation physique et sportive c'est :
A	Donner le maximum d'informations aux apprenants.
B	Donner des Feed-back appropriés.
C	Permettre aux apprenants de jouer sur tous les postes.
D	Résoudre des situations problèmes en sports collectifs.

18.	Une compétence en éducation physique peut être maîtrisée par l'apprenant selon les orientations pédagogiques :
A	En une séance de pratique.
B	En une année de pratique.
C	En un module d'enseignement.
D	En un cycle de séances.

www.epsmaroc.net

19.	La verbalisation en éducation physique et sportive permet de :
A	Dégager des problèmes motivationnels en apprentissage.
B	Obtenir des informations sur les difficultés et les stratégies des apprenants.
C	Programmer les séances d'éducation physique et sportive.
D	Evaluer la notion de coopération en classe.

20.	Les fondamentaux d'une activité physique et sportive (APS) sont :
A	Les principes technico-tactiques et règlementaires de l'APS.
B	Les gestes techniques de la matière d'éducation physique et sportive.
C	Les notions à apprendre par la pratique de l'APS.
D	Les niveaux d'habiletés recherchés par le professeur.

21.	En HB, pour les joueurs qui ont moins de 14 ans, le temps de jeu est de :
A	2 fois 15 min
B	2 fois 20 min
C	2 fois 25 min
D	2 fois 30 min

www.epsmaroc.net

16 : A

17 :D

18 :C

19 :B

20 :A

21 :B

يكتب أي شيء في هذا الإطار



مباراة الدخول إلى مسلك تأهيل أساتذة التعليم الثانوي الإعدادي بالمراكز الجهوية لمهن التربية والتكوين			
مادة التخصص : التربية البدنية	دورة يوليوز 2014	الموضوع	الصفحة : 5 على 20

www.epsmaroc.net

22. La pédagogie différenciée cherche essentiellement à :

- A Différencier les équipes pendant les séances .
- B Différencier les résultats obtenus par les apprenants.
- C Différencier les itinéraires des apprentissages en fonction des besoins des élèves.
- D Différencier les attentes et les performances des apprenants.

23. L'hétérogénéité de la classe pousse l'enseignant surtout à :

- A Réfléchir sur les contenus d'enseignement.
- B Revoir les séances précédentes.
- C Engager de nouvelles ressources didactiques.
- D Réfléchir sur sa pédagogie d'intervention et sur les représentations des apprenants.

24. L'élément de base aux jeux sportifs collectifs est :

- A La passe.
- B Le dribble.
- C Le tir.
- D Le contre.

www.epsmaroc.net

25. Si des fautes sont commises par deux joueurs de Foot- Ball de la même équipe :

- A L'arbitre sanctionnera celle qui a été commise la première.
- B L'arbitre sanctionnera celle qui a été commise en deuxième.
- C L'arbitre sanctionnera les deux fautes.
- D L'arbitre sanctionnera la faute la plus grave.

26. Lors d'un pénalty en FB, l'arbitre assistant doit se placer :

- A A l'intersection de la ligne de but et de celle de la surface de réparation.
- B Au niveau du dernier défenseur.
- C Au niveau de la ligne de la surface de réparation
- D Au niveau de la position du 1^{er} arbitre.

27. lors de l'exécution d'un « penalty » en HB :

- A Le tireur doit poser le pied sur la ligne des 7m
- B Les partenaires du tireur peuvent se placer à l'intérieur des 9 m
- C Tous les joueurs de champ doivent se trouver à l'extérieur des 9 m
- D Le gardien ne peut pas avancer au-delà des 3 m de son propre but.

www.epsmaroc.net

22 :C

23 :D

24 :D

25 :C

26 :A

27 :C

يكتب أي شيء في هذا الإطار



الدخول إلى مسلك تأهيل أساتذة التعليم الثانوي الإعدادي بالمراكز الجهوية لمهن التربية والتكوين			
المخصص : التربية البدنية	دورة يوليوز 2014	الموضوع	الصفحة : 6 على 20

www.epsmaroc.net

28. L'éducation physique et sportive est :
- | | |
|---|--|
| A | Une discipline de spécialisation. |
| B | Une discipline de l'établissement scolaire. |
| C | Une discipline d'enseignement. |
| D | Une discipline de développement des enfants. |
29. La compétence en éducation physique et sportive se définit comme :
- | | |
|---|---|
| A | Un système de méthodes et de procédures pour enseigner. |
| B | Un système de connaissances conceptuelles et de connaissances procédurales et comportementales. |
| C | Un système de gestes sportifs à maîtriser. |
| D | Un système de connaissances à transmettre. |
30. Le module en d'éducation physique et sportive est une :
- | | |
|---|---------------------------|
| A | Méthode d'enseignement. |
| B | Méthode de planification. |
| C | Unité de formation. |
| D | Méthode pédagogique. |
31. La surface du terrain de jeu de Volley Ball délimitée par les lignes est de :
- | | |
|---|----------------------|
| A | 166M ² . |
| B | 164 M ² . |
| C | 162M ² . |
| D | 172M ² . |
32. L'équipe de Volley ball se compose de :
- | | |
|---|-------------|
| A | 15 joueurs. |
| B | 12 joueurs. |
| C | 14 joueurs. |
| D | 10 joueurs. |
33. En volley ball, le 5^{ème} set est joué normalement en :
- | | |
|---|---|
| A | 25 points avec un écart minimum d'au moins deux points. |
| B | 15 points avec un écart minimum d'au moins deux points. |
| C | 21 points avec un écart minimum d'au moins deux points. |
| D | 15 points avec un écart minimum d'au moins deux points. |

28 : B

29 :B

30 :C

31 :C

32 :B

33 :B.C

www.epsmaroc.net

يكتب أي شيء في هذا الإطار



مباراة التتوول إلى مسلك تأهيل أساتذة التتوول الشقوي الإعتادي بالمراكز الجهوية لمهن التربية والتكوين			
مادة التخصص : التربية البدنية	دورة يوليو 2014	الموضوع	الصفحة : 7 على 20

www.epsmaroc.net

34. Le contact du filet est une faute :
- | | |
|---|---|
| A | Même s'il ne gêne pas le jeu. |
| B | S'il gêne le jeu. |
| C | S'il est provoqué par l'adversaire . |
| D | S'il est provoqué par la balle envoyée dans le filet. |
35. Une faute de joueur au filet est signalée lorsque :
- | | |
|---|---|
| A | Une balle est touchée au dessus de la bande supérieure. |
| B | Un joueur touche la ligne centrale avec les deux pieds. |
| C | L'attaquant touche le filet après la frappe de balle |
| D | Un joueur touche le ballon ou un adversaire dans l'espace adverse avant ou pendant la frappe d'attaque. |
36. Le joueur au service en Volley- Ball doit frapper le ballon au cours des :
- | | |
|---|---|
| A | 8 Secondes qui suivent le coup de sifflet de l'arbitre. |
| B | 5 Secondes qui suivent le coup de sifflet de l'arbitre. |
| C | 6 Secondes qui suivent le coup de sifflet de l'arbitre. |
| D | 3 Secondes qui suivent le coup de sifflet de l'arbitre. |
37. Lors du contre dans l'espace adverse en VB, le joueur :
- | | |
|---|--|
| A | Peut passer ses mains et ses bras par-dessus le filet après la frappe de balle. |
| B | Peut passer seulement ses mains jusqu'aux poignets sans gêner l'adversaire après sa frappe. |
| C | Peut passer ses mains et ses bras par-dessus le filet après la frappe de balle par l'adversaire sans le gêner. |
| D | Peut passer ses mains et ses bras après la frappe de l'adversaire sans aucune autre obligation. |
38. L'expulsion d'un joueur en Volley -Ball ou disqualification due à une conduite injurieuse :
- | | |
|---|--|
| A | Vient après une suite de sanctions préalables. |
| B | Ne demande pas de sanction préalable. |
| C | Vient après un avertissement. |
| D | Vient après deux avertissements. |

www.epsmaroc.net

34 : A

35 :C

36 :A

37 :C



38 :B

يكتب أي شيء في هذا الإطار



الدخول إلى مسلك تأهيل أساتذة التعليم الثانوي الإعدادي بالمراكز الجهوية لمهن التربية والتكوين			
نصوص : التربية البدنية	نورة يوليو 2014	الموضوع	الصفحة : 8 على 20

www.epsmaroc.net

39.	L'arbitre en volley ne peut :
A	Autoriser la discussion sur ses décisions.
B	Contrôler le travail des ramasseurs et des essuyeurs.
C	Prendre des décisions sur des questions de jeu autres que les décisions prévues par les règles.
D	Expulser directement un joueur après action d'injure.

40.	En HB, la fixation-décalage est exécutée efficacement quand :
A	Les porteurs de balle fixent leurs vis-à-vis avant de faire la passe
B	Le porteur de balle prépare un écran avant de passer au tireur
C	Les joueurs attaquent les intervalles entre deux défenseurs
D	Les attaquants enchaînent des croisements et des renversements

41.	Le piston est un geste gymnique qui apparaît essentiellement :
A	Au gymnastique au sol.
B	Au saut de cheval.
C	Au cheval d'arçon.
D	Aux barres asymétriques.

www.epsmaroc.net

42.	Lors du saut de cheval en longueur avec passage en appui tendu renversé :
A	La tête est placée en avant du corps pour voir les appuis.
B	La tête est placée entre les bras alignés avec le corps et le regard orienté sur la trajectoire de l'élan.
C	La tête est placée en arrière du corps collée à la poitrine pour faciliter la rotation
D	La tête est placée entre les bras alignés avec le corps regard sur le cheval.

www.epsmaroc.net

43.	La situation de référence en éducation physique et sportive désigne :
A	Une situation d'observation des habiletés des apprenants.
B	Une situation d'évaluation des habiletés des apprenants.
C	Une situation d'apprentissage.
D	Une situation permettant de situer le niveau ou les progrès des apprenants.

39 :c

40 :A

41 :d

42 :D

43 :d

www.epsmaroc.net

يكتب أي شيء في هذا الإطار



مباراة الدخول إلى مسلك تأهيل أساتذة التعليم الثانوي الإعدادي بالمراكز الجهوية لمهن التربية والتكوين			
مادة التخصص : التربية البدنية	دورة يوليوز 2014	الموضوع	الصفحة : 9 على 20

www.epsmaroc.net

44. Le record du monde en saut en hauteur est de :	
A	2,47.
B	2,41.
C	2,42.
D	2,45.

45. L'os le plus petit du squelette humain est :	
A	Le métacarpe.
B	L'étrier.
C	Le Coccyx.
D	Le sternum.

www.epsmaroc.net

46. La colonne vertébrale comprend :	
A	33 vertèbres.
B	36 vertèbres.
C	35 vertèbres.
D	34 vertèbres.

47. Ce qui organise l'enseignement de l'éducation physique et sportive actuellement :	
A	Les textes et instructions officiels.
B	Les activités physiques sportives et artistiques .
C	Les orientations pédagogiques.
D	Les guides pédagogiques.

www.epsmaroc.net

48. La didactique des activités physiques et sportives permet à l'enseignant de :	
A	Préparer l'organisation des activités physiques et sportives.
B	Traiter les APS et déterminer les contenus d'enseignement.
C	Maîtriser les pratiques enseignantes et guider les apprentissages.
D	Impliquer les élèves dans les apprentissages des APS.

49. La filière énergétique de base pour la pratique des courses de durée est :	
A	L'aérobie .
B	L'anaérobie lactique.
C	L'anaérobie alactique.
D	L'anaérobie.

www.epsmaroc.net

44 :d

45 :b

46 :a.D

47 :c

48 :D

49 :a

يكتب أي شيء في هذا الإطار



مباراة النطول إلى مسلك تأهيل أساتذة التعليم الثانوي الإعدادي بالمراكز الجهوية لمهن التربية والتكوين			
إدارة التخصص : التربية البدنية	دورة يوليو 2014	الموضوع	الصفحة : 10 على 20

50. La vitesse maximale aérobie (VMA) est sollicitée en pédagogie surtout lors de :

- | | |
|---|----------------------------|
| A | La gymnastique. |
| B | La course de vitesse. |
| C | La pratique du Hand –Ball. |
| D | La courses de durée. |

www.epsmaroc.net

51. Les foulées bondissantes sont sollicitées surtout en :

- | | |
|---|---------------------|
| A | Volley-ball. |
| B | En Foot Ball. |
| C | En triple saut. |
| D | En saut en hauteur. |

www.epsmaroc.net

52. La technique de balançoire est utilisée lors :

- | | |
|---|---|
| A | Des tirs en Basket Ball. |
| B | De franchissement en saut en hauteur. |
| C | De la prise de la planche en triple saut. |
| D | Lors du virage en natation. |

www.epsmaroc.net

53. Le gainage du bassin facilite :

- | | |
|---|---|
| A | L'alignement des parties du corps et la résistance du corps à l'effort . |
| B | L'alignement des parties du corps et la transmission de l'énergie musculaire. |
| C | L'alignement et la rotation des parties du corps. |
| D | L'alignement des parties du corps et la transmission de la force musculaire. |

54. En pédagogie, la notion de prise de marque est très importante surtout lors:

- | | |
|---|---------------------------|
| A | De la course de vitesse . |
| B | Du saut en hauteur. |
| C | Du Rugby. |
| D | De la natation |

www.epsmaroc.net

55. La détente est développée par le travail surtout de :

- | | |
|---|-----------------------------|
| A | La résistance musculaire. |
| B | La coordination musculaire. |
| C | La puissance musculaire. |
| D | La souplesse musculaire. |

50 :D

51 :C

52 :D

53 :a

54 :b

55 :C

لا يكتب أي شيء في هذا الإطار



مباراة الدخول إلى مسلك تأهيل أساتذة التعليم الثانوي الإعدادي بالمراكز الجهوية لمهن التربية والتكوين			
مادة التخصص : التربية البدنية	دورة يوليو 2014	الموضوع	الصفحة : 11 على 20

56. Le niveau d'enseignement de l'apprenant est : www.epsmaroc.net

A	Son niveau scolaire.
B	Son niveau de maîtrise des activités d'apprentissage.
C	Son niveau au test du quotient intellectuel.
D	Son niveau de performance dans la pratique des APS.

57. Le temps d'engagement moteur est :

A	La durée effective passée par l'élève en activité d'apprentissage.
B	La durée effective passée par la classe en activité d'apprentissage.
C	La durée d'une situation d'apprentissage.
D	La durée totale d'une séance d'apprentissage.

58. Avoir une bonne condition physique signifie : www.epsmaroc.net

A	Etre capable de courir toujours sans coupure et sans fatigue.
B	Etre capable de répondre aux exigences de l'effort et de la compétition.
C	Etre capable de réagir rapidement aux différents stimuli.
D	Etre capable de développer plus d'habileté et de force.

59. En éducation physique et sportive on évalue :

A	Seulement la performance des apprenants.
B	Les compétences des apprenants.
C	Les gestes sportifs des apprenants.
D	Les connaissances des apprenants.

60. Le projet de l'élève est : www.epsmaroc.net

A	Une méthodologie d'évaluation en éducation physique et sportive.
B	Une méthodologie pour faciliter l'apprentissage des élèves.
C	Une méthodologie utilisant un contrat entre l'apprenant et l'enseignant.
D	Une méthodologie précisant les objectifs fixés et la démarche à suivre par l'apprenant.

61. La démonstration en éducation physique et sportive est :

A	Une reproduction intégrale d'un modèle.
B	Une explication des habiletés.
C	Une orientation des apprenants.
D	Une régulation des apprentissages.

www.epsmaroc.net

56 :A

57 :A

58 :A

59 :B

60 :D

61 :A

لا يكتب أي شيء في هذا الإطار



الدخول إلى مسلك تأهيل أساتذة التعليم الثانوي الإعدادي بالمراكز الجهوية لمهن التربية والتكوين			
مسح : التربية البدنية	دورة يوليو 2014	الموضوع	الصفحة : 12 على 20

62. La rondade en gymnastique a pour but de : www.epsmaroc.net

- | | |
|---|-------------------------------------|
| A | Faciliter la détente verticale. |
| B | Conserver la vitesse horizontale. |
| C | Permettre la bonne prise de plinth. |
| D | Faciliter la rotation avant. |

63. Les ligaments ont pour rôle :

- | | |
|---|--|
| A | Le renforcement du cartilage osseux . |
| B | le renforcement des os et des muscles. |
| C | Le renforcement de la capsule articulaire. |
| D | Le renforcement des muscles contractés. |

64. Le système musculaire représente environ :

- | | |
|---|------------------------|
| A | 1/3 du poids du corps. |
| B | 1/4 du poids du corps. |
| C | 1/2 du poids du corps. |
| D | 2/3 du poids du corps. |

65. Le juge de ligne en foot Ball doit se situer :

- | | |
|---|---|
| A | A hauteur du dernier attaquant. |
| B | A hauteur de la surface de réparation . |
| C | A hauteur du dernier défenseur. |
| D | A hauteur de l'avant dernier défenseur. |

66. Le joueur en foot Ball sorti pour blessure peut rentrer sur le terrain :

- | | |
|---|---|
| A | Si le juge de touche l'autorise. |
| B | Si la balle est sortie du terrain. |
| C | Si l'arbitre l'autorise. |
| D | Si le quatrième arbitre lui fait signe. |

67. L'autorité de l'arbitre en foot Ball commence :

- | | |
|---|--|
| A | Des qu'il pénètre dans le terrain |
| B | Des qu'il donne le coup d'envoi. |
| C | Des qu'il établit la feuille de match. |
| D | Des qu'il salut les deux capitaines d'équipe |

62 :A

63 :C

64 : A

65 :D

66 : C

67 : C

لا يكتب أي شيء في هذا الإطار



مباراة الدخول إلى مسلك تأهيل أساتذة التعليم الثانوي الإعدادي بالمراكز الجهوية لمهن التربية والتكوين			
مادة التخصص : التربية البدنية	دورة يوليو 2014	الموضوع	الصفحة : 13 على 20

www.epsmaroc.net

68. En football un joueur n'est pas en position d'hors jeu :

- | | |
|---|---|
| A | S'il est plus près de la ligne de but adverse que le ballon et en avant du dernier défenseur. |
| B | S'il est à la même hauteur que l'avant dernier défenseur. |
| C | S'il est en avant des attaquants et des défenseurs. |
| D | S'il est seul face au gardien de but devant son partenaire porteur de balle. |

www.epsmaroc.net

69. Les décisions de l'arbitre sont :

- | | |
|---|-----------------|
| A | discutables |
| B | Révocables |
| C | Transgressables |
| D | Sans appel |

70. Le libero en volley Ball évolue en :

- | | |
|---|-------------------|
| A | Zone avant droite |
| B | Zone arrière |
| C | Zone avant centre |
| D | Zone avant gauche |

www.epsmaroc.net

71. En volley Ball un joueur est disqualifié lors qu'il reçoit

- | | |
|---|---|
| A | Un carton rouge |
| B | Un carton jaune |
| C | Un carton jaune+ rouge (jointes) |
| D | Un carton rouge avec un avertissement de l'arbitre. |

72. La longueur officielle des lignes de touche en Foot- Ball lors des matchs internationaux sont comprise s entre :

- | | |
|---|--------------------|
| A | 100 et 110 mètres. |
| B | 90 et 100 mètres. |
| C | 110 et 120 mètres. |
| D | 110 et 115 mètres. |

www.epsmaroc.net

73. Lors des matchs de Foot- Ball entre des équipes nationales on peut avoir :

- | | |
|---|-------------------------|
| A | 8 remplaçants au plus. |
| B | 10 remplaçants au plus. |
| C | 6 remplaçants au plus. |
| D | 4 remplaçants au plus. |

www.epsmaroc.net

68 :B

69 :C

70 :B

71 :C

72 :A

73 :D

لا يكتب أي شيء في هذا الإطار



مباراة الدخول إلى مسلك تأهيل أساتذة التعليم الثانوي الإعدادي بالمراكز الجهوية لمهن التربية والتكوين			
نفاذ التخصص : التربية البدنية	دورة يوليو 2014	الموضوع	الصفحة : 14 على 20

www.epsmaroc.net

74. Si le ballon est en jeu, un joueur de Foot- Ball sorti se faire soigner devra regagner le terrain de jeu depuis :

- | | |
|---|---------------------------|
| A | Le milieu de terrain. |
| B | la ligne de touche. |
| C | La position de l'arbitre. |
| D | Le rond central. |

www.epsmaroc.net

75. Dans un effort de 3000 m, on sollicite:

- | | |
|---|--------------------------------|
| A | La filière aérobie |
| B | La filière anaérobie alactique |
| C | La filière anaérobie lactique |
| D | La filière aérobie lactique |

76. Pour une personne âgée de 15 ans, la fréquence cardiaque maximale lors de l'effort physique est :

- | | |
|---|-----|
| A | 165 |
| B | 185 |
| C | 195 |
| D | 205 |

www.epsmaroc.net

77. En anatomie, les groupes musculaires qui se contractent dans le même sens sont :

- | | |
|---|-----------------------------|
| A | Les muscles agonistes |
| B | Les muscles complémentaires |
| C | Les muscles additionnels |
| D | Les muscles antagonistes |

78. Les J.O modernes remontent à :

- | | |
|---|------|
| A | 1886 |
| B | 1887 |
| C | 1896 |
| D | 1897 |

www.epsmaroc.net

79. En football, la hauteur des buts est :

- | | |
|---|-------|
| A | 2,24m |
| B | 2,34m |
| C | 2,44m |
| D | 2,54m |

www.epsmaroc.net

74 : A

75 :A

76 :C

77 :B

78 : C

79 :C

يكتب أي شيء في هذا الإطار

www.epsmaroc.net



مباراة النخول إلى مسلك تأهيل أساتذة التعليم الثانوي الإعدادي بالمراكز الجهوية لمهن التربية والتكوين			
مادة التخصص : التربية البدنية	دورة يوليوز 2014	الموضوع	الصفحة : 15 على 20

80. Un muscle du corps humain comprend : www.epsmaroc.net

A	75% d'eau
B	85% d'eau
C	65% d'eau
D	55% d'eau

81. Les mouvements humains sont contrôlés par:

A	Le cordon nerveux
B	Le système nerveux central
C	Le recepteur intramusculaire
D	Le motoneurone

82. Le pourcentage de l'eau par rapport à la masse corporelle est :

A	10 à 20%
B	25 à 35%
C	40 à 60%
D	65 à 75%

www.epsmaroc.net

83. L'énergie potentielle est contenue dans :

A	Les aliments
B	Les substances
C	Les sels minéraux
D	Les acides gras

84. Au cours d'un sprint de 100m, l'énergie provient :

A	Des réactions anaérobies de la glycolyse
B	Des réserves intramusculaires (ATP et CP)
C	Du métabolisme aérobie
D	Du métabolisme anaérobie lactique

www.epsmaroc.net

85. En HB, le carton rouge signifie:

A	Une exclusion de 2 minutes
B	Une expulsion provisoire
C	Un avertissement
D	Une disqualification

80 : A

81 :B

82 : D

83 :A

84 :B

85 :D

لا يكتب أي شيء في هذا الإطار

www.epsmaroc.net



مباردة الدخول إلى مسلك تأهيل أساتذة التعليم الثانوي الإعدادي بالمراكز الجهوية لمهن التربية والتكوين			
مادة التخصص : التربية البدنية	دورة يوليو 2014	الموضوع	الصفحة : 16 على 20

86. Pour les exercices libres de la gymnastique au sol, la note de la présentation est :

- | | |
|---|------|
| A | 2,40 |
| B | 3,40 |
| C | 4,40 |
| D | 5,40 |

www.epsmaroc.net

87. L'observation systématique en EPS est une :

- | | |
|---|---|
| A | Observation participative |
| B | Observation basée sur des critères non explicités |
| C | Observation utilisant des critères formalisés |
| D | Observation s'appuyant sur l'expérience |

88. L'évaluation en EPS :

- | | |
|---|--|
| A | Est essentiellement centrée sur la performance sportive |
| B | Privilégie la maîtrise technique des APS |
| C | Prend en considération les aspects procéduraux, cognitifs et comportementaux |
| D | Insiste sur les aspects disciplinaires et relationnels |

89. L'intérêt de l'évaluation diagnostique en EPS est: www.epsmaroc.net

- | | |
|---|---|
| A | De détecter et orienter les meilleurs élèves |
| B | De déterminer le niveau des élèves |
| C | De remédier aux manques et difficultés des élèves |
| D | D'identifier les vœux des élèves |

90. La mission principale du professeur d'EPS est de:

- | | |
|---|--|
| A | Préparer les élèves pour devenir des athlètes |
| B | Permettre aux élèves la maîtrise et la gestion des activités motrices |
| C | Permettre aux élèves de se divertir et se décharger du stress scolaire |
| D | Veiller sur le maintien de la discipline au sein de la classe |

91. La modification physiologique supposée lors d'un entraînement en anaérobique alactique est :

- | | |
|---|---|
| A | Une amélioration du processus d'élimination des déchets lactiques |
| B | Une amélioration du stockage des acides gras |
| C | Une augmentation des réserves intramusculaires en ATP et créatine phosphate |
| D | Une amélioration du stockage des protides et des sels minéraux |

www.epsmaroc.net

86 :A

87 : C

88 :C

89 :B

90 :B

91 :C

www.epsmaroc.net

لا يكتب أي شيء في هذا الإطار



مباراة الدخول إلى مسلك تأهيل أساتذة التعليم الثانوي الإعدادي بالمراكز الجهوية لمهن التربية والتكوين			
مادة التخصص : التربية البدنية	نورة يوليو 2014	الموضوع	الصفحة : 17 على 20

www.epsmaroc.net

92. En course de relais, la zone de transmission mesure :

- | | |
|---|------|
| A | 40 m |
| B | 30 m |
| C | 20 m |
| D | 10 m |

93. Dans les courses d'endurance, le départ en couloir n'est donné que dans :

- | | |
|---|-----------|
| A | Le 1500 m |
| B | Le 3000 m |
| C | Le 5000 m |
| D | Le 800 m |

www.epsmaroc.net

94. En HB, l'exécution de l'engagement se fait :

- | | |
|---|---|
| A | Par le gardien de but après une sortie de but |
| B | Du centre du terrain par n'importe quel joueur, par coup de sifflet |
| C | De la ligne de touche par n'importe quel joueur |
| D | Du centre et lorsque tous les adversaires ont regagné leur camp |

95. La planche dans un saut en longueur se situe au minimum à :

- | | |
|---|-------------------|
| A | 1 m 10 du sautoir |
| B | 1 m du sautoir |
| C | 90 cm du sautoir |
| D | 70 cm du sautoir |

www.epsmaroc.net

96. La mesure en saut en longueur se prend à partir de :

- | | |
|---|--|
| A | La marque la plus proche dans la zone de chute jusqu'à la ligne d'appel |
| B | La marque la plus loin dans la zone de chute jusqu'à la ligne d'appel |
| C | Du milieu de la zone de chute jusqu'à la ligne d'appel |
| D | La marque la plus loin latéralement dans la zone de chute jusqu'à la ligne d'appel |

www.epsmaroc.net

92 :C

93 :D

94 :B

95 :B



96 :A

يكتب أي شيء في هذا الإطار

www.epsmaroc.net



مباراة النخول إلى مسلك تأهيل أساتذة التعليم الثانوي الإعدادي بالمركز الجهوي لمهن التربية والتكوين			
مادة التخصص : التربية البدنية	دورة يوليوز 2014	الموضوع	الصفحة : 18 على 20

97.	Un jet de lancer de poids est valide quand :
A	Le lanceur quitte le cercle par la moitié postérieure
B	Le lanceur quitte le cercle par la moitié antérieure
C	Le lanceur quitte le cercle avant que le poids ait touché le sol
D	Le lanceur touche le haut du butoir et sort par la partie postérieure

98.	La distance entre la ligne de départ et la première haie dans le 110 m haies est :
A	13,62 m
B	13,82 m
C	13,72 m
D	13,52 m

99.	En HB, une exclusion signifie :
A	Un carton jaune
B	Une exclusion définitive du match
C	Une expulsion provisoire du jeu durant 2 minutes
D	Une disqualification

www.epsmaroc.net

100.	En handball, pour réussir l'attaque d'une défense homme à homme stricte, les joueurs doivent:
A	Jouer en fixation-décalage
B	Chercher les tirs de loin
C	Privilégier le jeu en mouvement
D	Circuler rapidement la balle en conservant leurs secteurs de jeu

www.epsmaroc.net

97 : A

98 : C

99 : C

100 : A

www.epsmaroc.net

www.epsmaroc.net

لا يكتب أي شيء في هذا الإطار

مصلحة
الامتحانات
2
جهة سوس ماسة درعة

مباراة الدخول إلى مسلك تأهيل أمانسة التعليم الثانوي الإعدادي بالمراكز الجهوية لمهن التربية والتكوين

مادة التخصص : التربية البدنية

دورة يوليوز 2014

الموضوع

الصفحة : 19 على 20

www.epsmaroc.net

2^{ème} partie : traitez les deux questions suivantes :

101. Discutez les conséquences néfastes de la sédentarité (manque de l'activité physique) ? (répondez uniquement dans cette page)

www.epsmaroc.net

www.epsmaroc.net

www.epsmaroc.net

101



لا يكتب أي شيء في هذا الإطار

www.epsmaroc.net

مباراة الدخول إلى مسلك تأهيل أساتذة التعليم الثانوي الإعدادي بالمراكز الجهوية لمهن التربية والتكوين			
مادة التخصص : التربية البدنية	دورة يوليو 2014	الموضوع	الصفحة : 20 على 20

102. Montrez comment l'éducation physique et sportive peut contribuer à l'amélioration et à l'entretien de la santé de l'individu ?
(répondez uniquement dans cette page)

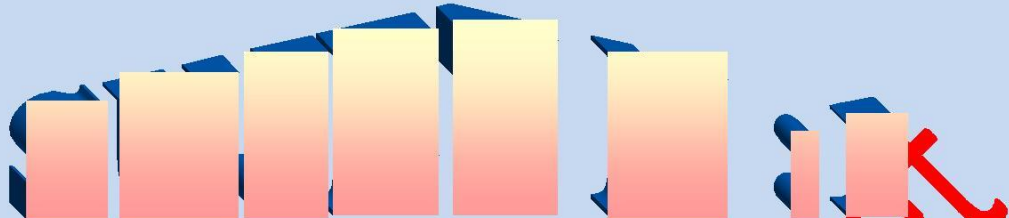
www.epsmaroc.net

www.epsmaroc.net

www.epsmaroc.net

Fin

PARTIE N°2



Discuter les conséquences néfastes de la sédentarité (manque d'AP)

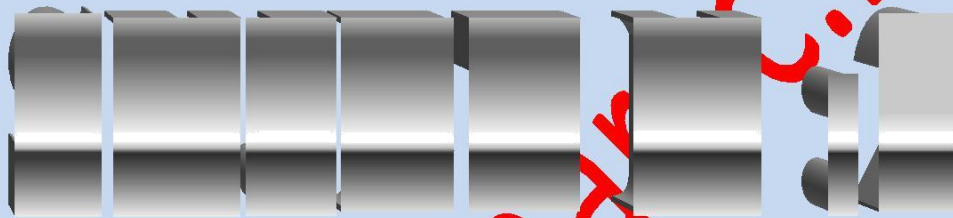
La sédentarité est nuisible pour la santé physique (obésité, infarctus, fatigue, etc) et la santé psychique (dépression, troubles du comportement alimentaire etc).

Chez l'adulte, indépendamment de la condition physique est associé à une augmentation du risque de mortalité totale, de problèmes cardiovasculaires, de diabète de type 2, d'hypertension et à une dégradation de l'état psychologique.

Aux Etats-Unis, la combinaison d'une mauvaise alimentation et d'une inactivité physique en 2000, 17 % des décès, soit la deuxième cause de mortalité après le tabagisme.

Dans notre mode de vie moderne actuel, nous réduisons notre exercice musculaire. En sollicitant nos muscles de manière moins importante, nous entraînons des conséquences néfastes pour notre santé.

Pratiquer une activité physique modérée (selon la Santé) permet de contrebalancer les effets de la sédentarité et de prévenir trop tard!



INTRODUCTION

Les relations entre les APS et la santé
apparaissent comme une permanence dans
l'histoire de l'EPS

La référence à la santé a
trouver sa légitimité et son utilité sociale

Ce cours n'avait pas pour objectif de proposer une
démarche didactique définitive pour

l'éducation à la santé, mais de proposer des éléments
argumentaires permettant d'en discuter la

pertinence et la possibilité. Nous souhaiterions en conclusion ajouter un argument supplémentaire, sans doute plus polémique, mais intéressant à verser au dossier. Pourquoi, en 1991, envisage-t-on l'introduction du troisième objectif, visant à donner aux élèves les connaissances et savoirs nécessaire à la gestion de leur future vie physique? Nous avons développé récemment l'hypothèse selon laquelle l'introduction de nouveaux objectifs correspondait à un effort de légitimation de la discipline au sein du système scolaire (Delignières & Garsault, 1993). C'est parce qu'à un moment donné l'évolution de la société affaiblit la pertinence des objectifs qui ont un temps justifié son existence, que E.P.S. doit périodiquement afficher des finalités nouvelles qui régénèrent sa légitimité.

14

L'introduction des finalités culturelles, dans les années 60, peut être analysée selon

cette hypothèse. Encore faut-il noter qu'alors les Instructions Officelles avalisent un objectif déjà entré dans les pratiques depuis quelques années. L'apparition de l'objectif de gestion de la vie physique, en 1991, est plus surprenante dans la mesure où aucun signe avant-coureur, sur le plan des pratiques, ne permettait a priori de la prévoir. Nous n'avons pas encore le recul nécessaire pour affirmer que son introduction peut être expliquée au travers de l'hypothèse précédente. Certains arguments peuvent néanmoins être avancés dans ce sens (voir à ce sujet Delignières & Garsault, 1993, p. 10). Reste à savoir si cet objectif est destiné à être réellement intégré dans la pratique de E.P.S. (et nous pensons alors qu'il sera en mesure de déclencher une rupture profonde dans la définition des contenus de la discipline), ou ne vise qu'à asseoir, sur le plan institutionnel, la légitimité de E.P.S. dans le cadre scolaire. Notons qu'il s'agit d'un questionnement ni

entièrement nouveau, ni spécifique à la France. Lagarde, en 1984, posait des questions

similaires, au niveau des orientations de l'Education Physique au Québec: "Bien que cette

orientation (l'éducation à la santé) ait pour but social de mener la population vers un mieux-

être global, on peut se demander si elle est formulée et articulée de façon à servir davantage

les intérêts corporatistes des éducateurs physiques que la raison sociale qui est à son origine"

(Lagarde, 1984, p. 7).

E.P.S. doit maintenant faire la preuve que l'introduction du troisième objectif ne

correspondait pas uniquement à un effet d'affichage, mais était réellement destinée à prendre

en compte un besoin clairement identifié. Nous avons déjà évoqué la logique de définition des

domaines d'action, qui nous paraît peu à même de favoriser la prise en compte des

problématiques relevant de ce troisième objectif. Les procédures d'évaluation proposées pour

les examens (circulaire n°94007 du 12-1-1994), mettant avant tout l'accent, tant au niveau du pourcentage de la note terminale que sur les raffinements techniques de la démarche, sur l'évaluation des conduites motrices (zones et coefficients de performance, maîtrise de l'exécution) et n'envisageant que de manière allusive l'évaluation des "connaissances et savoirs liés à la pratique des activités physiques et à la gestion de la vie physique", ne nous paraissent pas plus rassurantes. Il est certain que le traitement didactique d'objectifs tels que l'apprentissage de la santé demeure balbutiant, et que le caractère d'urgence de l'élaboration des programmes et des procédures d'évaluation n'autorisait pas le recul nécessaire pour en envisager de manière significative la prise en compte

آمل إخباري بتعليقاتكم وملاحظاتكم
ليتم تحسين جودة العمل مع ملاحظاتكم
وتقييمكم
ولكم وافر الشكر

بالتوفيق انجاحا لجميع وان انا اشارككم ههنا تقبل كل
ملاحظات النقد اذ توور ههنا اشارة المقبلين كلاجتياز على
المباراة المستطاع قدر

www.epsmaroc.net