

خاص بكتابة المباراة		مباراة توظيف الأستاذة بموجب عقود بالنسبة للتعليم الثانوي بملكيه الإعدادي والتأهيلي - دورة يناير 2018 الموضوع		 وزارة التربية والتعليم المديرية العامة للتعليم الثانوي بالمملكة المغربية	
رقم الامتحان		الإسم الشخصي والعائلي :		المركز الوطني للتقويم والامتحانات والتوجيه	
تاريخ ومكان الاختبار :		مدة الإجتياز : 4 ساعات		الاختبار : اختبار في مادة التخصص وديداكتيك مادة التخصص	
3 المعامل		4 ساعات		التخصص : التربية البدنية والرياضية	
خاص بكتابة المباراة		النفطة النهائية على 20 بالأرقام والحروف		الاختبار : اختبار في مادة التخصص وديداكتيك مادة التخصص	
الصفحة : 1 على 20		اسم المصحح وتوقيعه :		ورقة الإجابة	

L'épreuve comprend deux parties :

- La première partie consiste en un QCM noté sur 60:

Le QCM se compose de 60 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 concerne le traitement de deux questions ouvertes notées chacune sur 20.

1^{ère} partie :

1	L'autorité de l'arbitre lors d'une rencontre en foot Ball commence :
	A Avec le coup d'envoi du match. B Avec l'entrée des joueurs sur le terrain. C avec l'établissement de la feuille du match. D Au coup de sifflet premier pour que les joueurs sortent des vestiaires.
2	Le test de Cooper est spécifique à la qualité de :
	A Vitesse. B Endurance. C Force. D Coordination.

لا يكتب أي شيء في هذا الإطار

مباراة توظيف الأساتذة بموعد: عقود بالخدمة للتعاقد الثاني، ومناظرة الإعدادي والتأهيلي - الدورة يناير 2018 - الموضوع الصفحة : 2 على 20
المقرر : التربية البدنية والرياضة - الاختبار : اختبار في مادة الفنون وصيدا اختبار مادة الفنون

3	Un coureur de 100 m vitesse peut atteindre sa vitesse maximale :
A	Entre 5 et 10 m
B	Entre 10 et 20 m
C	Entre 30 et 40 m
D	Entre 15 et 25 m

4	En volley Ball, pour renvoyer le ballon vers le camp adverse, une équipe a droit à :
A	3 touches de balle au maximum y compris le contre.
B	3 touches de balle au maximum sans comptabiliser le contre.
C	3 touches de balle obligatoire y compris le contre.
D	3 touches de balle obligatoire sans comptabiliser le contre.

5	En athlétisme, la vélocité met en évidence :
A	La faculté de répéter le plus grand nombre d'exercices variés.
B	la faculté de répéter le plus grand nombre d'essais dans une séance d'entraînement.
C	la faculté de proposer le plus grand nombre de situations d'apprentissage.
D	la faculté de répéter le plus grand nombre de cycles gestuels identiques pendant une seule unité de temps.

6	Lors du processus d'apprentissage en EPS, le feed-back est considéré comme :
A	Toute solution que l'élève répète pour réussir une tâche.
B	Toute consigne qui détermine le processus de réalisation d'une tâche.
C	Toute information qu'un élève reçoit sur son résultat.
D	Toute variable essentielle pour le contrôle du comportement de l'élève.

7	Un test de squat mouvement jump est spécifique à la qualité de :
A	Souplesse.
B	Coordination.
C	Force.
D	Vitesse.

لا يكتب أي شيء في هذا الإطار

وزارة التربية الوطنية والتعليم العالي - دورة يناير 2018 - الموضوع : الصفحة : 3 على 20
المسألة : التربية البدنية والرياضية - الاختيار : اختيار في مادة التخصص وحيداً اختيار مادة التخصص

8	Une programmation cyclique en EPS est :
A	Une programmation de modules d'apprentissage par semestre.
B	Une répartition des contenus d'enseignement sur les niveaux de scolarité.
C	Une répartition des installations sportives par enseignant pour une période donnée.
D	Plusieurs activités ayant un même objectif pour un niveau scolaire.

9	En gymnastique, lors d'un saut de mains, le corps effectue :
A	Une rotation à 90°.
B	Une rotation à 180°.
C	Une rotation à 260°.
D	Une rotation à 360°.

10	En football, un attaquant n'est pas considéré comme hors-jeu lorsque ::
A	Deux défenseurs au moins sont plus près que lui de leur propre ligne de but au moment du déclenchement de la passe.
B	Un seul défenseur est plus près que lui de sa propre ligne de but au moment du déclenchement de la passe.
C	Il franchit la ligne médiane seul en l'absence d'adversaires avant le déclenchement de la passe.
D	Il est sur la même ligne que le dernier défenseur.

11	Une filière énergétique se caractérise par un délai d'intervention, une puissance et une capacité :
A	Toujours vrai.
B	Complètement faux.
C	Valable seulement pour les filières énergétiques anaérobies.
D	Valable uniquement pour la filière aérobie.

12	Les prérequis en apprentissage moteur sont :
A	Les réactions de l'élève face aux différentes situations d'apprentissage.
B	Les mécanismes qu'un élève doit suivre pour accomplir une tâche.
C	Les ressources nécessaires pour entreprendre un nouvel apprentissage.
D	Les conditions d'apprentissage préalable à mettre en œuvre.

لا يكتب أي شيء في هذا الإطار

إدارة توظيفهم الأستاذة بمقرهم بالصفة للتعبئة الثانوية بمشرفه الإعدادي والثانوي - دورة يناير 2018 - الموضوع الصفحة : 4 على 20
التخصص : التربية البدنية والرياضة - الاختيار ، اختيار في مادة التخصص وهدفها اختبار مادة التخصص

13	L'acide lactique :	
	A	Est toujours un frein pour la continuité de l'exercice physique.
	B	Peut-être un substrat énergétique.
	C	Provoque essentiellement des crampes entre 0,7 et 1, 7 mmol/l.
	D	Limite obligatoirement la contraction musculaire.

14	En foot Ball la frappe de la balle sur le plan médian donne à celle-ci :	
	A	Une trajectoire tendue.
	B	Une trajectoire ascendante.
	C	Une trajectoire flottante.
	D	Une trajectoire descendante.

15	La lecture de la mesure d'un lancer de poids homologué se fait :	
	A	Sur le centre de l'aire de lancer.
	B	Sur le bord externe du butoir.
	C	Sur le bord interne du butoir.
	D	A l'endroit du premier impact de l'engin (poids).

16	L'enjeu de formation dans une APS donnée désigne :	
	A	Ce que l'on peut proposer comme contenu aux élèves, dans une APS.
	B	Ce que l'on peut jouer comme rôle socio moteur dans une APS.
	C	Ce que l'on peut gagner à moyen ou/et à long terme à pratiquer une APS.
	D	Ce que l'on peut développer au niveau technico tactique dans une APS.

17	En gymnastique, une rondade est une prise d'élan permettant :	
	A	D'effectuer particulièrement des acrobaties en rotation longitudinale.
	B	D'effectuer particulièrement des acrobaties en rotation horizontale.
	C	D'effectuer particulièrement des acrobaties en rotation transversale arrière.
	D	D'effectuer particulièrement des acrobaties en rotation transversale avant.

لا يكتب أي شيء في هذا الإطار

مباراة توظيف الأساتذة بموجبه عقود بالنسبة للتعليم الثانوي، بملحقه الإعدادي والتأهيلي - دورة يناير 2018 - الموضوع الصفحة : 5 على 20
التخصص : التربية البدنية والرياضة - الاختيار : اختيار في مادة التخصص وبتدريسيات مادة التخصص

18 Un tendon et un ligament, possédant chacun deux extrémités, sont obligatoirement en liaison par l'une d'elles avec :

- A Un os.
- B Un muscle.
- C Un tendon.
- D Un ligament.

19 L'hors-jeu en Rugby est signalé :

- A Lorsque le joueur se trouve devant le ballon tout en étant en situation fixe.
- B Lorsque le joueur se trouve devant le ballon tout en poursuivant ce dernier.
- C Lorsque le joueur attaquant dépasse la ligne d'avantage.
- D Lorsque le joueur attaquant se trouve au-delà de la ligne médiane

20 La structure des muscles striés est composée de :

- A Fibres musculaires réunies en faisceau + tendons + fibres nerveuses + vaisseaux sanguins.
- B ligaments + tendons + fibres nerveuses + vaisseaux sanguins.
- C Fibres musculaires réunies en faisceau + ligaments + fibres nerveuses + vaisseaux sanguins.
- D Fibres musculaires réunies en faisceau + tendons + ligaments + articulations.

21 Dans les intervalles en course de 100 m haies dames, il s'agit de faire :

- A Cinq appuis, quatre foulées.
- B Trois foulées, trois appuis.
- C Quatre foulées, quatre appuis.
- D Trois foulées, quatre appuis.

لا يكتب أي شيء في هذا الإطار

م الأستاذة بمؤسسة محمد السادس للتعليم الثانوي، بملحق الإعدادي، والتأهيلي - دورة يناير 2018 - الموسوم الصفحة : 6 على 20
تربية البدنية والرياضة - الاختبار ، اختبار في مادة التخصص وديداختيك مادة التخصص

22	La flexion de la hanche est essentiellement due à la mobilisation :
A	Du Psoas iliaque, droit antérieur, couturier et le tenseur fascia lata.
B	Des abdominaux, Psoas iliaque, droit antérieur et des jambiers.
C	Des Ischio jambiers, droit antérieur, couturier et le tenseur fascia lata.
D	Des pectoraux, droit antérieur, ischio jambiers et le tenseur fascia lata.

23	En gymnastique au sol, les chêmes d'action en saut de mains sont :
A	Impulsion bras, fermeture, impulsion jambes.
B	Impulsion jambes, ouverture, impulsion bras.
C	Ouverture, impulsion bras, impulsion jambes.
D	Fermeture, impulsion bras, ouverture.

24	L'extension du genou est essentiellement mobilisée par les muscles suivants :
A	Le quadriceps.
B	Les ischio jambiers.
C	Les abdominaux.
D	Les jambiers et les muscles du mollet.

25	En athlétisme, l'efficacité d'un entraînement aérobique est assurée:
A	A l'aide d'exercices sollicitant la force maximale.
B	Lorsqu'on cherche à développer en parallèle la puissance et la capacité.
C	Lorsqu'on cherche à développer la puissance au détriment de la capacité.
D	Lorsqu'on cherche à développer la capacité au détriment de la puissance.

26	En volley Ball, une équipe a droit à :
A	4 changements et 3 temps morts par match.
B	Des changements libres et 2 temps morts par set.
C	5 changements et 1 temps mort par set.
D	6 changements et 2 temps morts par set.

لا يكتب أي شيء في هذا الإطار

الامتحان بموعدده محدد بالنسبة للتعليم الثانوي بملحقه الإعدادي والتأهيلي - دورة يناير 2018 - الموضوع الصفحة : 7 على 20
رؤية البدنية والرياضة - الاختبار ، اختبار في مادة الفحص وحيداً أنتك مادة الفحص

27	On parle de déficit d'oxygène lorsque :
A	La demande énergétique est inférieure à celle qui peut être fournie par les voies oxydatives.
B	Lorsque le seuil aérobie dépasse largement le seuil anaérobie.
C	La demande énergétique est supérieure à celle qui peut être fournie par les voies oxydatives.
D	L'intensité de l'effort et le débit ventilatoire restent constants.

28	Le transfert en apprentissage moteur renvoie à:
A	L'influence d'une habileté motrice spécifique sur un apprentissage général.
B	L'influence d'un apprentissage antérieur sur l'acquisition d'une nouvelle habileté.
C	L'influence d'une procédure utilisée sur le résultat de l'élève.
D	L'influence de la démonstration de l'enseignant sur l'apprentissage de l'élève.

29	En course de vitesse 100m haies, les segments libres contribuent principalement à:
A	Favoriser la force de déplacement du coureur.
B	Favoriser un renforcement musculaire lors de la course.
C	Maintenir 4 appuis entre les haies.
D	Favoriser l'équilibre dynamique général du corps.

30	En foot Ball, si le joueur qui donne le coup d'envoi joue le ballon deux fois de suite sans que celui-ci ne soit touché par un coéquipier, l'arbitre ordonne :
A	Un entre deux.
B	Un coup franc direct.
C	Remet la balle à l'équipe adverse.
D	Un coup franc indirect.

31	Les facteurs de la coordination sont :
A	Orientation, différenciation, répétition, équilibre, relance.
B	Rythme, équilibre, orientation, réaction, détente.
C	Rythme, équilibre, différenciation, orientation, réaction.
D	Orientation, rotation, détente, rythme, endurance.

لا يكتب أي شيء في هذا الإطار

الامتحان بموجب مرسوم بالصفة للتعليم الثانوي، بملحق الإعدادي والثانوي - دورة يناير 2018 - الموضوع الصفحة : 8 على 20
بيرة المدنية والرياضية - الاختبار : اختبار في مادة التخصص وحيداً تحت مادة التخصص

32	Pour développer la capacité anaérobie alactique, on doit :
A	Effectuer des exercices d'intensité maximale d'une durée comprise entre 5 et 7 secondes.
B	Effectuer des exercices d'intensité maximale d'une durée comprise entre 7 et 15 secondes.
C	Effectuer des exercices d'intensité maximale d'une durée comprise entre 1 et 3 minutes.
D	Effectuer des exercices d'intensité maximale d'une durée comprise entre 3 et 5 minutes.

33	Les orientations pédagogiques en EPS visent à :
A	Proposer aux enseignants d'EPS, des contenus d'enseignement.
B	Harmoniser les démarches didactiques et pédagogiques en EPS.
C	Expliquer les concepts pédagogiques aux enseignants d'EPS.
D	Décrire aux enseignants, l'évolution historique des approches pédagogiques en EPS.

34	Les principaux muscles moteurs de l'antépulsion de l'épaule sont :
A	Le grand dorsale, le triceps brachial et le deltoïde.
B	Le deltoïde, le coraco brachial et le grand pectoral.
C	Le grand dentelé, le sus épineux et le trapèze.
D	Le grand pectoral, le grand rond le petit pectoral.

35	Dans les Orientations pédagogiques 2009, l'évaluation des capacités sportives et des habiletés motrices collectives adoptée en sports collectifs est:
A	7 points en 1 ^{ère} année, 6 points en 2 ^{ème} année et 8 points en 3 ^{ème} année.
B	6 points en 1 ^{ère} année, 7 points en 2 ^{ème} année et 8 points en 3 ^{ème} année.
C	8 pts en 1 ^{ère} année, 7 points en 2 ^{ème} année et 6 points en 3 ^{ème} année.
D	8 pts en 1 ^{ère} , 6 pts en 2 ^{ème} et 7 pts en 3 ^{ème} année.

لا يكتب أي شيء في هذا الإطار

وزارة التربية الوطنية والتكوين المهني والتعليم العالي والبحث العلمي - دورة يناير 2018 - الموضوع : الصفحة : 9 على 20
تدريس : التربية البدنية والرياضية - الاختبار : اختبار في مادة التخصص وهدف الاختبار : مادة التخصص

36 Le salto avant en gymnastique est :

- | | |
|---|---|
| A | Une figure acrobatique en rotation libre transversale avant complète. |
| B | Une figure acrobatique en rotation libre longitudinale complète. |
| C | Une figure acrobatique en rotation libre latérale complète. |
| D | Une figure acrobatique en rotation libre verticale complète. |

37 En Rugby à 15, une mêlée est :

- | | |
|---|-----------------------------|
| A | Un groupement spontané à 6. |
| B | Un groupement spontané à 8. |
| C | Un groupement ordonné à 8. |
| D | Un groupement ordonné à 6. |

38 Le processus anaérobie alactique cherche à développer :

- | | |
|---|--|
| A | La faculté d'exprimer un effort de grande force avec la plus grande vitesse. |
| B | La faculté de maintenir un effort le plus longtemps possible. |
| C | La faculté de courir la plus grande distance en intensité modérée. |
| D | La faculté de travailler de façon prolongée avec différentes charges. |

39 En Football, un système de jeu est :

- | | |
|---|---|
| A | Une stratégie générale de jeu. |
| B | Une disposition de base de joueurs sur l'espace de jeu. |
| C | Une sorte d'organisation des attaques. |
| D | Une tactique globale. |

40 Dans Les OP 2009, l'évaluation des connaissances procédurales adoptée en athlétisme est :

- | | |
|---|--|
| A | 14 points en 1 ^{ère} année, 13 points en 2 ^{ème} année et 12 points en 3 ^{ème} année. |
| B | 12 points en 1 ^{ère} année, 13 points en 2 ^{ème} année et 14 points en 3 ^{ème} année. |
| C | 12 points en 1 ^{ère} année, 14 points en 2 ^{ème} année et 13 points en 3 ^{ème} année. |
| D | 14 points en 1 ^{ère} année, 12 points en 2 ^{ème} année et 13 points en 3 ^{ème} année. |

لا يكتب أي شيء في هذا الإطار

لهم الأستاذة بموجب عقود بالخدمة للتعليم الثانوي بملحيه الإعدادي والتأهيلي - دورة يناير 2018 - الموضوع الصفحة : 10 على 20
التربية المدنية والرياضية - الاختيار ، اختبار في مادة التخصيص وحيداً محتويات مادة التخصص

41	L'évaluation des connaissances procédurales adoptée en athlétisme dans Les Orientations pédagogiques 2007 :
A	14 points en tronc commun, 13 points en 1 ^{ère} année et 12 points en 2eme année bac
B	12 points en tronc commun, 13 points en 1 ^{ère} année, 14 points en 2eme année bac
C	12 points en tronc commun 14 points en 1 ^{ère} année et 13 points en 2eme année bac
D	14 points en tronc commun, 12 points en 1 ^{ère} année et 13 points en 2eme année bac

42	En athlétisme, le départ accroupi est obligatoire :
A	Uniquement dans les courses allant jusqu'au 200 m inclus.
B	Pour toutes les courses allant jusqu'au 800 m inclus.
C	Pour toutes les courses allant jusqu'au 400 m inclus.
D	Uniquement dans les courses allant jusqu'au 100 m inclus.

43	En EPS, mobiliser de manière intégrée ses ressources et résoudre des situations problèmes complexes relève principalement de :
A	La pédagogie par objectif.
B	La pédagogie du contrat.
C	L'approche par imitation de modèle.
D	L'approche par compétence.

44	La course qui se donne à 2 commandements est :
A	Le 400m plat.
B	Le 800m.
C	Le 200m plat.
D	Le 400m haies.

لا يكتب أي شيء في هذا الإطار

مظهره الأستاذة وموجهة مهنود بالنصرة للتعليم الثانوي، مظهره الإعدادي والتأهيلي - دورة يناير 2018 - الموضوع الصفحة : 11 على 20
التربية البدنية والرياضية - الاختبار ، اختبار في مادة التحسس وديناميكية مادة التحسس

45 En gymnastique, un saut de mains est :

- A Un saut par renversement en rotation latérale, passant par une impulsion mains simultanées.
- B Un saut par renversement en rotation avant totale, passant par l'ATR.
- C Un saut par renversement en rotation arrière totale, passant par l'ATR.
- D Un saut par renversement en rotation latérale, passant par une impulsion mains alternatives.

46 Une évaluation normative en EPS vise à :

- A Juger les résultats de l'élève par rapport à des critères bien déterminés.
- B Répartir les élèves en groupes de niveaux.
- C Comparer le résultat d'un élève par rapport aux résultats des autres.
- D Préciser les conditions de réalisation des actions des élèves.

47 En course de vitesse, le temps de latence de la réaction motrice est :

- A Le temps compris entre la réaction motrice et l'atteinte de la vitesse maximale.
- B Le temps compris entre le signal et la réaction motrice.
- C Le temps compris entre le 1^{er} et le 2^{eme} commandement.
- D Le temps compris entre l'atteinte de la vitesse maximale et la ligne d'arrivée.

48 Les courses de durée nécessitent principalement le développement :

- A De la capacité et de la puissance aérobies.
- B De la puissance aérobie uniquement.
- C De la capacité aérobie uniquement.
- D De la capacité anaérobie uniquement.

49 L'ATP est synthétisée en anaérobie grâce à :

- A Six voies énergétiques.
- B Trois voies énergétiques.
- C Deux voies énergétiques.
- D Quatre voies énergétiques.

لا يكتب أي شيء في هذا الإطار

الصفحة : 12 على 20
الموضوع - دورة يناير 2018 - المساعدة بموجب عقود بالنسبة للتعليم الثانوي بمختلف الإعدادات والفهمي -
البيدنية والرياضة - الاختبار ، اختبار في مادة التخصص وديداكتيك مادة التخصص

50	En didactique des APS, les règles d'action sont considérées comme :
A	Un cadre de référence général pour réaliser une action donnée.
B	Les conditions à respecter et les éléments à prendre en compte pour qu'une action soit efficace.
C	Une construction théorique qui oriente un certain nombre d'action.
D	L'ensemble des savoirs globaux nécessaires pour réaliser une action.

51	Lors d'un sprint sur une distance de 250 mètres, l'ATP est synthétisée par :
A	La voie glycolytique.
B	La voie oxydative.
C	La voie ATP-CP.
D	La voie alactique.

52	Le flic-flac en gymnastique est :
A	Une rotation avec une roulade arrière, jambes écartées.
B	Une rotation avec une roulade avant, jambes jointes.
C	Une rotation arrière complète avec passage à l'ATR, précédé et suivi d'un temps de suspension.
D	Une rotation avant complète avec passage à l'ATR, précédé et suivi d'un temps de suspension.

53	Dans les Orientations pédagogiques de 2007, l'évaluation des capacités sportives et des habiletés motrices collectives adoptée en sports collectifs est:
A	7 points en T.C, 6 points en 1 ^{ère} année et 8 points en 2eme année bac.
B	6 points en T.C, 7 points en 1 ^{ère} année et 8 points en 2eme année bac.
C	6 points en T.C, 7 points en 1 ^{ère} année et 7 points en 2eme année bac.
D	8 points en T.C, 6 points en 1 ^{ère} année et 7 points en 2eme année bac.

54	La colonne vertébrale est constituée de :
A	5 Vertèbres cervicales, 7 vertèbres dorsales, 12 vertèbres lombaires.
B	7 Vertèbres cervicales, 12 vertèbres dorsales, 5 vertèbres lombaires.
C	7 Vertèbres cervicales, 5 vertèbres dorsales, 12 vertèbres lombaires.
D	5 Vertèbres cervicales, 12 vertèbres dorsales, 7 vertèbres lombaires.

لا يكتب أي شيء في هذا الإطار

بعض الامتحانات بموجب مرسوم بالنسبة للتعليم الثانوي، وملحوظة الإعدادي والثانوي - دورة يناير 2018 - الموضوع الصفحة : 13 على 20
التربية البدنية والرياضة - الاختبار ، اختبار في مادة التخصص وصيداكتيك مادة التخصص

- 55 En course de vitesse il s'agit de :
- | | |
|---|--|
| A | Raccourcir la phase de la poussée à l'impulsion. |
| B | De prolonger la phase aérienne. |
| C | De prolonger la poussée et de réduire la phase aérienne. |
| D | De minimiser la force pour ne pas se désaxer. |
- 56 Les facteurs énergétiques principaux dont dépend la performance sportive sont :
- | | |
|---|---|
| A | La coordination, le gainage, l'exposivité. |
| B | La force, la puissance, la souplesse. |
| C | L'endurance, la vitesse. |
| D | La vitesse de réaction et l'équilibre dynamique |
- 57 En course de vitesse, la haute performance est principalement déterminée par l'abondance:
- | | |
|---|----------------------------------|
| A | Des stocks disponibles d'ATP-CP. |
| B | Des fibres rouges. |
| C | Des globules rouges. |
| D | Des fibres blanches. |
- 58 L'évaluation formative sert essentiellement à :
- | | |
|---|--|
| A | Classer les élèves par rapport à leur production. |
| B | Donner des notes pour le contrôle continu. |
| C | Vérifier la progression au cours des apprentissages. |
| D | Donner une nouvelle chance aux élèves en difficulté. |
- 59 En physiologie, la voie métabolique correspond à :
- | | |
|---|---|
| A | La puissance maximale de sollicitation aérobie. |
| B | Un système biochimique de dégradation des substrats énergétiques assurant la synthèse de l'ATP. |
| C | La quantité maximale d'énergie fournie pour prolonger un effort. |
| D | L'intensité de l'exercice physique cherchant à développer la capacité à supporter l'acide lactique. |

لا يكتب أي شيء في هذا الإطار

مباراة توظيفهم الأمانة وموجهة معقود بالخدمة للتعليم الثانوي، وملحقه الإعدادي والثامولي - دورة يناير 2018 - الموضوع الصفحة : 14 على 20
التفحص ، التربية البدنية والرياضية - الاختبار ، اختبار في مادة التفحص وحيد الحركات مادة التفحص

60	Pour améliorer la puissance musculaire maximale, il faut principalement:
A	Utiliser des exercices rapides avec des charges additionnelles lourdes.
B	Utiliser des exercices lents avec des charges additionnelles légères.
C	Utiliser des exercices lents avec des charges additionnelles lourdes.
D	Alterner des exercices lents avec des charges additionnelles lourdes et des exercices rapides avec charges additionnelles légères.

2^{ème} partie :

1ère question : (Sur 20 points)

A quelles conditions la tâche d'apprentissage peut-elle favoriser l'optimisation des acquisitions en EPS ?

2ème question : (sur 20 points)

Montrez que les critères de réussite et les critères de réalisation jouent des rôles complémentaires dans la régulation des apprentissages en EPS?

Vous illustrerez vos propos par des exemples dans une activité physique et sportive de votre choix.

N.B : Rédigez vos réponses dans les pages suivantes :