

REPUBLIQUE DU CAMEROUN

Paix-Travail-Patrie

REGION DU NORD

DELEGATION REGIONALE DES SPORTS
ET DE L'EDUCATION PHYSIQUE

B.P. 201 Garoua /Tel: 222 27 25 20

Email : drsepnord@yahoo.com

REPUBLIC OF CAMEROON

Peace-Work-Fatherland

NORTH REGION

REGIONAL DELEGATION OF SPORTS
AND PHYSICAL EDUCATION

P.O BOX 201 Garoua /Tel: 222 27 25 20

Email : drsepnord@yahoo.com



AIDE MEMOIRE POUR LES EPREUVES ECRITES D'EDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE AUX EXAMENS OFFICIELS

SUJETS ET CORRIGES AU PROBATOIRE

Contexte de l'élaboration du document

Depuis quelques mois le monde fait face à la pandémie du COVID-19 qui a affecté considérablement tous les secteurs d'activités. Face à cette pandémie, chaque état a mis en place un certain nombre des mesures barrières afin de limiter le propagation.

Le Cameroun qui n'a pas été épargné, s'est engagé dans la lutte contre cette maladie en prescrivant des mesures visant à stopper sa propagation. Parmi celles-ci figurent l'arrêt systématique des cours dans tous les ordres d'enseignement pour une période.

Au terme de cette période, le Premier Ministre, Chef de Gouvernement, sous la haute prescription du Président de la République, Chef de l'Etat à travers sa communication du jeudi 28 mai 2020, a confirmé la reprise effective des cours. Par la même occasion il a annoncé la suspension des épreuves pratiques d'EPS aux examens officiels.

Au regard de cette décision et sous réserve des orientations ultérieures, la Délégation Régionale des Sports et de l'Education Physique, appuyée par la Délégation Départementale des Enseignements Secondaires de la Bénoué, a élaboré un document devant permettre aux élèves de la Région du Nord de préparer les examens de la session 2020 en toute sérénité. Ce document mis à la disposition des enseignants est composé de deux parties :

- La première traite des sujets dans les disciplines que sont les sauts, les courses, les lancers et la gymnastique.
- La seconde propose aux enseignants des corrigés afférents aux sujets proposés.

Il convient de relever que ce document est élaboré à l'attention des élèves des classes de 3^{èmes}, 1^{ères} et T^{les}

Dans la perspective que ce document sera le fruit d'une collaboration entre deux acteurs majeurs du système éducation camerounais, toutes les suggestions et observations destinées à l'amélioration future de ce projet sont les bienvenues.

PREMIERE PARTIE : SUJETS

COURSES

I- EVALUATION DES RESSOURCES

A- Evaluation des savoirs

- 1- Quelle sanction un athlète responsable d'un faux départ subit-il dans une course de vitesse ?
- 2- Donner la couleur des différentes lignes de départ des courses en athlétisme.
- 3- Comment appelle-t-on l'appareil sur lequel les athlètes prennent l'impulsion lors des départs dans les courses de vitesse ?
- 4- En athlétisme, quel est le rôle du juge-arbitre ?
- 5- A quoi sert l'anémomètre sur une piste d'athlétisme ?
- 6- Dans les courses de fond à quel moment de la course utilise-t-on la cloche ?
- 7- Comment appelle-t-on l'appareil utilisé par le starter pour donner le départ des courses ?
- 8- Donnez l'emplacement de la ligne d'arrivée sur piste d'athlétisme.
- 9- Quel est le type de départ utilisé dans les courses d'endurance-vitesse ?

B- Evaluation des savoir-faire

- 1- Schématiser une piste d'athlétisme en indiquant les départs des courses suivantes : 100m, 200m, 1500m, 3000m steeple

- 2- Par quel nom désigne-t-on la course de 10000m en compétition internationale ?
- 3- Lors d'une course de vitesse donnez le nom de l'officiel chargé du contrôle des athlètes avant le départ.
- 4- En vous référant aux aiguilles d'une montre, donnez le sens de la course sur une piste d'athlétisme.
- 5- Un athlète qui perd l'équilibre et tombe dans son couloir a-t-il le droit de continuer sa course ? expliquez pourquoi.

II- EVALUATION DES COMPETENCES

Situation problème :

Dans toutes les épreuves, les athlètes doivent porter une tenue propre sur laquelle doivent être accrochés les dossards fournis par l'organisation. Les vêtements doivent être d'un tissu non transparent même lorsqu'il est mouillé. La semelle et le talon des chaussures devront être construits de façon à permettre l'usage d'un maximum de 11 pointes. La partie de chaque pointe qui dépasse de la semelle ou du talon ne doit pas excéder 9mm.

Lors d'une course de vitesse se déroulant sur une piste réglementaire, BOUBA athlète international se présente au départ avec une tenue conforme.

En vous inspirant du texte et à l'aide de vos connaissances, répondez aux questions ci-dessous.

Consigne 1

- 1- De quoi parle-t-on dans le texte ?
- 2- Donner le nom de la chaussure que porte BOUBA :
- 3- L'organisation n'ayant prévu qu'un seul dossard par athlète, dites sur quel parti du corps doit-il accrocher son dossard ?

Consigne 2

- 1- Sachant que BOUBA est au départ des 100m, quel est le nom de l'officiel qui donne le départ ?
- 2- Comment appelle-t-on l'officiel chargé de prendre le temps à l'arrivée d'une course ?

Consigne 3

- 1- Comment appelle-t-on l'appareil qui permet de mesurer la vitesse du vent ?

2- Quel est le nom de l'appareil sur lequel l'athlète prend l'impulsion au départ ?

LANCERS

I. EVALUATION DES RESSOURCES

A. Evaluation des savoirs

- 1- Définissez lancer de poids
- 2- Citez deux cas d'essai nul au lancer de poids ?
- 3- Donnez la couleur des drapeaux utilisés par les juges durant un concours de lancer de poids ?

- 4- Pendant un concours de lancer de poids, quel drapeau utilise le juge pour indiquer que l'essai est nul ?
- 5- Durant un concours de lancer de poids comportant 8 concurrents, combien d'essai a droit chaque athlète ?
- 6- Quel signe indique qu'un essai n'est pas valide sur la feuille des résultats d'un concours de lancer de poids ?
- 7- Quel autre nom donne-t-on à la technique de lancer en rotation ?
- 8- Après avoir été appelé, de combien de temps dispose un concurrent pour effectuer son jet dans une compétition de plus de trois athlètes ?
- 9- Quels sont les deux grands groupes de lancer ?
- 10- De quel groupe de lancer fait partie le lancer de poids ?
- 11- Dans un stade omnisports, où se situe l'aire réservée au lancer de poids par rapport au terrain de football ?
- 12- Quel est l'angle formé par les deux lignes du secteur de chute au lancer de poids ?

B. Evaluation des savoir-faire

- 1- Définir : Essai et Masse ;
- 2- Schéma annoté de l'aire lancer de poids ;
- 3- Combien de groupe de disciplines comporte les lancers et énumérez les ?
- 4- Donner les origines du lancer de poids ;
- 5- Quelles sont les quatre étapes nécessaires à la réalisation du lancer de poids ?
- 6- Que représentent la translation et la rotation au lancer de poids ?

II. EVALUATION DES COMPETENCES I

Situation-problème :

Vous avez accompagné votre père à un meeting d'athlétisme. Il s'intéresse à l'atelier lancer de poids. Il observe : un lanceur se trouve à la station debout à l'extrémité arrière du cercle, le poids du corps sur une jambe. Le dos est tourné dans la direction du lancer et le regard est dirigé horizontalement. Le bras libre se trouve dans la direction du regard. Il effectue un sursaut rasant et réalise le jet. Votre père vous demande des éclaircissements ;

Consigne 1

- 1.1- Quelle est la technique que l'athlète a réalisé ?

- 1.2- A quoi servent les deux lignes latérales au cercle ?
 1.3- Dans quel cas un jet est valide quand l'athlète touche le butoir ?

Consigne 2

- 2.1- sachant que la lecture de la performance se fait du côté du cercle. Dites à partir de quelle partie du cercle se lit la performance.
 2.2- En cas d'ex-aequo lors d'un concours de lancer de poids comment doit-on départager les candidats ?

Consigne 3

- 3.1- En quoi consiste la reprise d'équilibre (rattrapage) au lancer de poids
 3.2- Quels sont le nom, la nationalité et performance de la détentrice du record mondial au lancer de poids ?
 3.3- lors d'un lancer l'engin retombe dans le secteur sur la ligne au moment de son premier impact au sol. L'essai est-il valide ?

III. EVALUATION DES COMPETENCES II

Situation -problème :

Lors des finales régionales des jeux de la FENASSCO, on vous soumet le document ci-après pour explications.

Noms	1	2	3	4	5	6
A	14.5m	14.60 m	15.20 m	15.30 m	15.61 m	15.32 m
B	15.00 m	14.95 m	-	15.60 m	15.55 m	15.61 m
C	-	13. 00m	14.25 m	x	x	12.00 m

Consigne 1

- 1.1- De quel document s'agit-il ?
 1.2- Quelles sont les meilleures performances des différents athlètes ?
 1.3- Donnez le classement des trois athlètes.

Consigne 2

- 2.1- donnez les significations des symboles suivant (x et -)
 2.2- selon ce tableau, chaque concurrent a effectué combien d'essais ?
 2.3- Enumérez trois fautes qui annulent un essai au lancer de poids

Consigne 2

3.1- lors d'une compétition internationale on enregistre huit concurrents pour l'épreuve de lancer de poids. Donnez le nombre d'essai auxquels chaque aura.

3.2- Quels sont les deux grandes techniques les plus utilisées lors des compétitions internationales ?

3.3- En quelles années ont été réalisés les records mondiaux des jets chez les hommes et chez les dames au lancer de poids ?

SAUTS

I - EVALUATION DES RESSOURCES

A - Evaluation des savoirs

- 1- Le saut est une composante de l'athlétisme qui se décline en deux groupes, lesquels ?
- 2- Enumérez les différents types de saut.
- 3- Citez deux techniques utilisées au saut en hauteur.
- 4- Quelle technique utilise Javier SOTOMAYOR pour battre le record du monde au saut en hauteur ?
- 5- Citez les différentes phases du saut en hauteur.
- 6- A quoi sert le chronomètre ?

B- evaluation des savoir-faire

- 1 - Quels sorts sont réservés aux essais du saut en hauteur des concurrents suivants ?
 - a) Le concurrent « 1 » saute et atterrit hors de la mousse.
 - b) Le concurrent « 2 » fait vibrer la barre qui ne tombe pas.
 - c) Le concurrent « 3 » fait vibrer la barre qui tombe après que ce dernier a quitté le sautoir.
- 2 - Dans quels cas un essai est considéré comme nul ?
 - a) L'athlète passe en dessous de la barre.
 - b) L'athlète franchit la barre sans la toucher.
 - c) L'athlète franchit la barre, la touche mais celle-ci ne tombe pas.
- 3- L'athlète a combien d'essais par hauteur ?
- 4- Quel temps imparti autorise-t-on à un candidat en compétition Internationale ?

5- Reliez les phases aux énoncés correspondants :

Colonne A

Colonne B

1- Course d'élan

a) sur une mousse

2- Impulsion

b) de la barre

3- Franchissement

c) sur une jambe

4- Réception
accélérée

d) progressivement

6- Reliez les images ci-dessus aux disciplines correspondantes :

II - EVALUATION DES COMPETENCES

Situation-problème 1

BONG est un sauteur. Il prend son élan, court et se réceptionne dans la fosse sans empiéter la planche. BISSE, quant à lui prend son élan, réalise 3 grands bonds après sa course et tombe dans la fosse sans faire de faute :

Consigne 1

- 1- Comment appelle-t-on l'épreuve sportive pratiquée par chacun des sauteurs ?
- 2- A quel groupe de sauts appartiennent ces deux épreuves ?
- 3- Quelle différence faites-vous entre ces deux épreuves ?
- 4- Citez deux fautes pouvant annuler ces essais.

Consigne 2

- 1- Au saut en hauteur, mettez les étapes suivantes en ordre :
Monter- courir- se réceptionner- franchir
- 2- Citez deux fautes possibles après le « monter ».
- 3- Donnez trois points de différence entre le saut vertical et le saut horizontal.
- 4- Donnez la technique la plus utilisée au saut en hauteur en compétition Internationale.

Situation problème 2

Vous assistez à une finale d'Arrondissement des jeux « FENASSCO » avec votre petit neveu comme spectateur. A cette compétition la mousse n'existe pas. Un candidat exécute avec adresse la figure représentée par l'image ci-dessous. Votre petit neveu, stupéfait vous pose des questions à propos de cette technique.

Consigne 1

- 1- De quelle épreuve s'agit-il ?
- 2- L'élément ou la technique utilisée appartient à quel groupe de saut ?
- 3- Comment appelle-t-on cette technique ?
- 4- Nommez l'élément sur lequel l'athlète se réceptionne.
- 5- Quelle autre appellation pourrait-on donner à cet élément lors d'une compétition internationale ?

Consigne 2

Un autre candidat se fait remarquer par son hésitation à franchir la barre et après plusieurs tentatives, un monsieur lève le drapeau rouge.

- 1- Que signifie la levée du drapeau ?
- 2- Comment appelle-t-on celui qui a levé le drapeau ?
- 3- Quel temps imparti autorise-t-on à un candidat en compétition internationale ?
- 4- Comment s'effectue l'ordre de passage ?

GYMNASTIQUES

I- EVALUATION DES RESSOURCES

A- Evaluation des savoirs

- 1- Parmi les éléments suivants, lesquels appartiennent aux éléments d'équilibre et d'appuis ?
a- planche costal ; b- saut en extension ; c- trépiéd ; d- saut de chat.
- 2- En quelle année a été créée le premier gymnase de l'ère moderne appelé **TURNPLATZ** ?
a- 1840 ; b- 1930 ; c- 1920 ; d- 1811.
- 3- Choisissez, les agrès qui appartiennent uniquement à la **GAM** :
a- sol - cheval d'arçon - piste ; b- poutre-barres fixe - trampoline ; c- anneaux - table de saut - barres asymétriques ; d- anneaux - cheval d'arçon - barres fixes.

- 4- A partir des mots et expressions suivants repérez deux (02) éléments généralement réalisés par les garçons :
chandelle ; roue latérale ; planche ; trépied ; saut de biche ; roue vrillée ; jetés battus ; rondade ; saut ciseau ; ATR ;
- 5- En dehors de la Gymnastique Artistique, citez deux (02) autres types de gymnastique reconnue par la **FIG ?**
a- trampoline - fitness; b- marathon - dance; c- trampoline - tumbling.
- 6- En quelle année la pratique de la gymnastique au Cameroun a été effective.
a- 1962 ; b- 1950 ; c-1982 ; d- 2020.

B- Evaluation des savoir-faire

- 1- Reliez par une flèche les éléments gymniques de la colonne A à leurs familles de la colonne B.

Colonne A

- 1- Roulade avant
- 2- Planche faciale
- 3- ATR
- 4- Jetés -battus
- 5- Pirouette

Colonne B

- a- Sauts gymniques
- b- Renversements
- c- Rotations
- d- Équilibres
- e- Tours

- 2- Remplacez les pointillés par une réponse choisie parmi celles proposées ci-dessous :
.....et sont des agrès mixtes en gymnastique artistique.

a- le cheval d'arçon ; b- le sol ; c- les barres fixes ; d- la table de saut.

- 3- Le juge des lignes est l'arbitre qui :
a- observe les sorties de praticable ; b- est placé sur le praticable ;
c- observe une ligne

- 4- Quelle est la tenue de compétition d'une gymnaste ?
a- robette ; b- pantoufle ; c- justaucorps ; d- sokol

- 5- Donner deux fautes susceptibles de pénaliser un gymnaste ?
a- sortie du praticable ; b- bonne réception ; c- répéter un même élément deux fois ; d- saluer le jury.

II- EVALUATION DES COMPETENCES **Situation-problème n°1**

La gymnastique artistique peut être considérée comme étant une expression corporelle qui permet de développer certaines qualités chez ses pratiquants.

Consigne 1 :

- 1- Citez deux (02) qualités développées par la gymnastique artistique ?
- 2- Donnez les deux types de gymnastique artistique ?

Consigne 2 :

- 1- Citez deux (02) familles d'éléments qui existent en gymnastique artistique.
- 2- Enumérez deux éléments gymniques de chacune des familles ?

Consigne 3 :

- 1- Citez trois (03) planches en gymnastique artistique que vous connaissez ?
- 2- Illustrez par un schéma, la planche faciale ?

Situation-problème n°2 :

ADAM est gymnaste. Pendant une compétition, il salut les membres du jury. Par la suite, il colle son menton à la poitrine, effectue son premier élément gymnique, puis pose son front au sol et ses deux paumes de main, lève ses deux jambes vers le haut et se maintient en équilibre pendant 2 à 3 secondes.

Consigne 1:

- 1- Quel nom donne-t-on au deuxième élément effectué par **ADAM** ?
- 2- Pourquoi **ADAM** colle-t-il son menton à la poitrine ?

Consigne 2:

- 1- Comment appelle-t-on le chemin parcouru par **ADAM** ?
- 2- Quels sont les différents éléments que constitue ce trajet ?

Consigne 3:

- 1- A quel moment de la compétition, un gymnaste doit se présenter devant le jury ?
- 2- Que décide un jury lorsqu'un gymnaste commence son enchaînement 15 secondes après le signal de l'officiel ?

DEUXIEME PARTIE : CORRECTIONS

COURSES

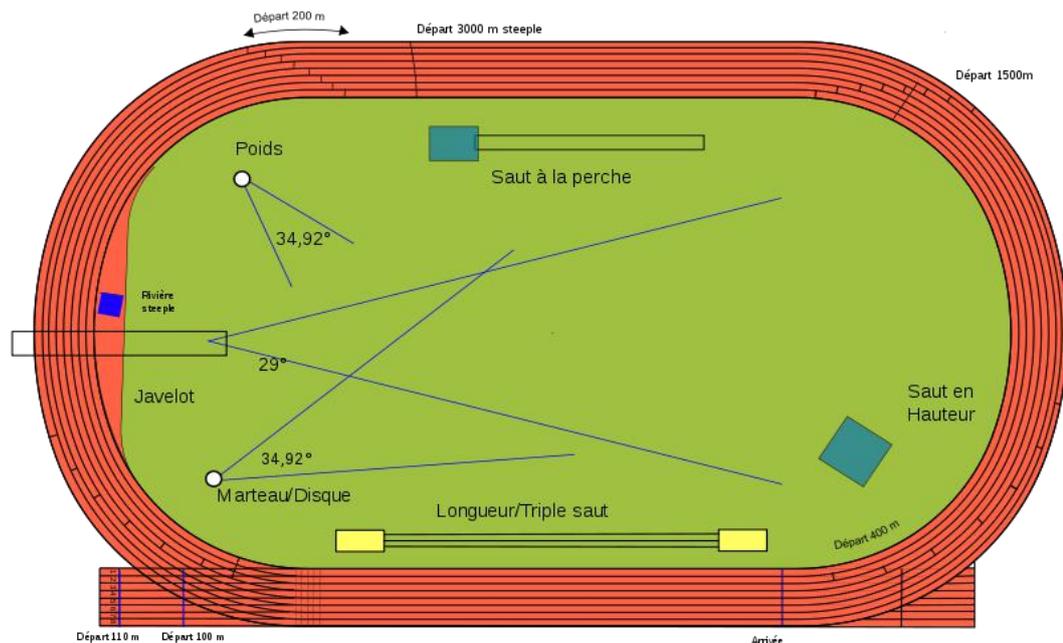
1- EVALUATION DES RESSOURCES

A- Evaluation des savoirs

- 1- Une disqualification de l'athlète fautif
- 2- La couleur blanche
- 3- Le starting-block
- 4- Veille au respect des règles de compétition
- 5- Mesure la vitesse du vent
- 6- Indique le début du dernier tour de piste des coureurs
- 7- Le pistolet ou le claquoir
- 8- La ligne d'arrivée se trouve à l'entrée du premier virage
- 9- débout

B- Evaluation des savoir-faire

1-



2- Il s'agit d'une épreuve

3- L'aide-starter

- 4- Sens contraire des aiguilles d'une montre
- 5- Oui, car il ne gêne aucun de ses concurrents

II- EVALUATION DES COMPETENCES

Consigne 1

- 1- De la tenue des athlètes
- 2- Chaussures à pointes
- 3- Au dos

Consigne 2

- 1- Le starter
- 2- Le chronométreur

Consigne 3

- 1- L'anémomètre
- 2- Le starting-block

LANCERS

I- EVALUATION DES RESSOURCES

A- Evaluation des savoirs

- 1- Le lancer du poids est une discipline athlétique faisant partie des concours qui consiste à propulser un poids (masse) d'une main le plus loin possible.
- 2- Les cas d'essai nul :
 - propulser le poids hors du secteur de chute ;
 - empiéter les lignes du cercles ;
 - empiéter le butoir ;
 - propulser l'engin sur les lignes du secteur de chute ;
 - sortir par l'avant du cercle de lancer après le jet ;
 - sortir du cercle de lancer avant la chute du poids
- 3- blanc, rouge et jaune ;
- 4- Rouge ;
- 5- six essais ;
- 6- X ;
- 7- la volte ;
- 8- une minute ;
- 9- les lancers lourds et les lancers légers ;
- 10- les lancers lourds ;
- 11- au niveau des virages et derrière les buts de football ;
- 12- 34° 92.

B- Evaluation des savoirs

- 1-

- Essai : Jet effectué,
 - Masse : boule de métal sphérique utilisé pour le lancer de poids ;
- 2- Voir document
- 3-
- Les lancers légers (disque et javelot)
 - Les lancers lourds (poids et marteau) ;
- 4- La Grèce antique ;
- 5-
- La phase préparatoire,
 - La phase de construction dynamique,
 - Le final,
 - La reprise d'équilibre (rattrapage)
- 6- ces termes désignent la technique utilisée.

II- **EVALUATION DES COMPETENCES I**

Consigne 1

- 1.1- Le lancer en translation ;
- 1.2- Elles délimitent les deux zones avant et arrière du cercle ;
- 1.3- C'est quand il touche le bord intérieur ;

Consigne 2

- 2.1- la performance se lit sur bord extérieur du cercle
- 2.2- on prend en compte le deuxième meilleure performance ou la troisième

Consigne 3

- 3.1. C'est le changement de pied d'appui ;
- 3.2. Natalia LISOVSKAYA (ex URSS) en 1987 ;
- 3.3. Non, car les lignes ne font pas partie du secteur de chute

III- **EVALUATION DES COMPETENCES II**

Consigne 1

- 1.1- Une feuille des résultats au lancer de poids ;
- 1.2- A- 15,61m, B- 15,61m
C- 14,25m
- 1.3- Le concurrent B ;

Consigne 2

2.1-

- (x) : essai nul
- (-) : essai non tenté

2.2-

- A : 6 essais ;
- B : 5 essais ;
- C : 5 essais

2.3-

- le poids est éloigné du menton,
- le concurrent touche le sol à l'extérieur du cercle,
- le concurrent touche le haut du butoir,
- le poids tombe à l'extérieur,
- le dépassement du temps autorisé (une minute).

3.1- 6 essais ;

3.2 - Les techniques de translation et de la rotation ;

3.3

- Le record mondial féminin de 22m 63 est réalisé en 1987
- Le record mondial masculin de 23m 12 est réalisé en 1990 ;

SAUTS

I- EVALUATION DES RESSOURCES

A- EVALUATION DES SAVOIRS

1- Verticaux et Horizontaux

2- Saut en hauteur- saut en longueur- triple saut- saut à la perche

3- Ciseaux - Rouleau ventral - Fosbury

4- Fosbury flop (2,45m)

5- Course d'élan- impulsion- franchissement (envol + suspension) - réception

6- Il sert à vérifier le temps restant autorisé aux athlètes pour effectuer leurs essais.

B- EVALUATION DES SAVOIR-FAIRE

- 1- Quels sorts sont réservés aux essais du saut en hauteur des concurrents suivants ?
 - a- Essai réussi
 - b- Essai réussi
 - c- Essai réussi
- 2- a
- 3- Trois essais
- 4- 1 minute 30 secondes
- 5-

Colonne A

- 1- d
- 2- c
- 3- b
- 4- a

II - EVALUATION DES COMPETENCES

Situation-problème 1

BONG est un sauteur. Il prend son élan, court et se réceptionne dans la fosse sans empiéter la planche. BISSE, quant à lui prend son élan, réalise 3 grands bonds après sa course et tombe dans la fosse sans faire de faute :

Consigne 1

- 1-
 - a- BONG - Saut en longueur ;
 - b- BISSE - Triple saut
- 2- Sauts horizontaux
- 3- Course d'élan régulière jusqu'au saut en longueur alors qu'elle est suivie de bonds avant le saut en triple saut.
- 4-
 - Empiéter la planche ;
 - ne pas respecter l'ordre de passage ;
 - prendre l'impulsion sur deux jambes ;
 - ne pas respecter l'ordre des bonds ;

Consigne 2

1- Courir – Monter – Franchir – Se réceptionner

2-

- Faire tomber la barre ;
- passer en dessous de la barre ;
- utiliser une technique non conventionnelle

3-

- la couse d'élan (piste étroite et longue en horizontal ; large, plus étendue et pas rectiligne en vertical) ;
- les zones de réception (mousse en vertical et fosse (sable) en horizontal ;
- le nombre d'essais (trois à six en horizontal et au moins trois en vertical).

4- Fosbury flop

Situation problème 2

Vous assistez à une finale d'Arrondissement des jeux « FENASSCO » avec votre petit neveu comme spectateur. A cette compétition la mousse n'existe pas. Un candidat exécute avec adresse la figure représentée par l'image ci-dessous. Votre petit neveu, stupéfait vous pose des questions à propos de cette technique.

Consigne 1

1- Saut en hauteur

2- Sauts verticaux

3- Rouleau ventral

4- Sable

5- Mousse

Consigne 2

Un autre candidat se fait remarquer par son hésitation à franchir la barre et après plusieurs tentatives, un monsieur lève le drapeau rouge.

1- Le temps imparti est épuisé et l'essai est consommé (nul).

2- Juge

3- 1 minute 30 secondes

4- Par tirage au sort

GYMNASTIQUES

I- EVALUATION DES RESSOURCES

A- Evaluation des savoirs

1- a ; b ; e

2- c

3- c

4- d

5-

Filles

- chandelle

- Saut de biche

6-

- Tumbling

- Trampoline

7- a

Garçons

- ATR

- roue vrillée

B- Evaluation des savoir- faire

1-

1- (c)

2- (d)

3- (b)

4- (a)

5- (e)

2- b et d

3- a

4- c

5- a et c

II- EVALUATION DES COMPETENCES

Situation problème 1

Consigne 1

1- Souplesse, Tonicité, Agilité, Endurance

2-

- Gymnastique artistique féminine(GAF),
- Gymnastique artistique masculine(GAM)

Consigne 2

- 1-
 - Éléments de liaisons,
 - éléments d'équilibres,
 - éléments de rotation
- 2- Saut ciseaux, saut $\frac{1}{2}$ tour, jetés battus, pirouettes (Eléments de liaisons) ; différentes planches, chandelle, trépid (Eléments d'équilibres) ; les roulades (Eléments de rotation)

Consigne 3

- 1- planche faciale, planche costale, planche dorsale
- 2- Schéma d'une planche faciale

Situation problème 2

Consigne 1

- a- -Trépid
- b- -Pour bien effectuer sa roulade

Consigne 2

- a- -Trajet
- b- - La roulade avant et le Trépid

Consigne 3

- a- - Après son appel
- b- - On le pénalise sur son temps de passage

LISTE DES PARTICIPANTS A L'ELABORATION DU DOCUMENT

I- SUPERVISION

- **Monsieur ISSA HAMADJODA** : Délégué Régional des Sports et de l'éducation Physique du Nord ;
- **Madame HADIDJA SAIDOU** : Délégué Régional des Enseignements Secondaires du Nord ;
- **Monsieur YADJI ADAMA** : Délégué Départemental des Enseignements Secondaires de la Bénoué ;
- **Monsieur ALIYOU** : Délégué Départemental des Sports et de l'éducation Physique de la Bénoué

II- CONSTITUTION DES ATELIERS

A- ATELIER DES COURSES

N°	NOMS ET PRENOMS	QUALITE	STRUCTURE D'ATTACHE
1	OUMATE MAHAMA	Président	DRSEP/NORD
2	SIRYABE Emmanuel	Rapporteur	DRSEP/NORD
3	SALI KOURLA	Membres	lycee de pitoa
4	GUEBSOU KATCHALA		LYCEE BILIGUE DE GAROUA
5	BALE Samuel		LYCEE DE NGONG
6	TOGODNE Marceline		DRSEP
7	ABDOULAYE YOUSOUF		DDSEP/BENOUE

8	DJIBRILLA MAREC		CES BIL. OURO LABBO
9	PATALKOUA Jacques		LYCEE BILINGUE LAGDO
10	BAVOUA Hervé		CES OURO KESSOUM
11	KAGNA Innocent		LYCEE DE BADJOUMA
12	HAYWA TCHEO		CES BIL. BIBEMI
13	BAMBE GRAODANDI		LYCEE TECHNIQUE PITOA
14	NGWE Philippe		COLLEGE POLYVALENT
15	GUILVA Felix		LYCEE BILIGUE DE PITOA
16	MAIGANE		LYCEE BIL. PITOA
17	BIRWE Elie		COL. S ^T ANDRE DE NGONG
18	DJAFSIA MITNA Serge		DRSEP
20	NEGUEL DAMGOUA		DRSEP
21	SINAROU Jacques		DRSEP
22	HAMIDOU MADI		DRSEP
23	NOUMGA D. Frederick		DRSEP
24	DOURWE Christophe		DRSEP
25	YANENBO		CES DE OURO LABBO
	AISSATOU DABOULE		CES DE KISMATARI

B- ATELIERS LANCERS

N°	NOMS ET PRENOMS	QUALITES	FONCTIONS ET STRUCTURES D'ATTACHE
1	ABDOUL KADIRI SALI	Président	DRSEP NORD
2	OUSMANOU CHRISTOPHE	Président	DRSEP NORD
3	ALIOUM KADA	Rapporteur 1	DRSEP NORD
4	LEONA Robert	Rapporteur 2	DRSEP NORD
5	GODWE ABDOULAYE	Membre	Lycée Classique et Mo. Garoua
6	TCHINABI KITIKIL	Membre	CES Mayo Bocki
7	MARIAMA ADAMOU	Membre	DRSEP NORD
8	SABZE Apollinaire	Membre	Stade Omnisports de Garoua
9	BOBBO HAMAYADJI	Membre	Lycée OURO HOURSO
10	DJIDJIWA Paul	Membre	Lycée de Ndjola
11	DJOMDI DONANA	Membre	DRSEP NORD
12	ABAKAKA MAHAMAT	Membre	DASEP Garoua II
13	MOKSIA DIGUERA	Membre	Lycée Djamboutou
14	BABASSOU Dieudonné	Membre	DRSEP NORD
15	HARANGA Salomon	Membre	DRSEP NORD
16	ABBA MALLOUM	Membre	Stade Omnisports de Garoua

C- ATELIER SAUTS

N°	NOMS ET PRENOMS	QUALITE	STRUCTURE D'ATTACHE
1	DIOKDI KOTVA Jonas	Président	DRSEP-Nord
2	SAIDOU BADI Roger	Rapporteur	DRSEP-Nord
3	DAAWE Dieudonné	Membres	Lycée de Sanguéré-Paul
4	MALAM Yves Honoré		Lycée de Nassarao
5	MAIDADI MOUSTAPHA		Lycée de Bame

6	HAWA Justine		Lycée de Gouna
7	DJOULDE Eric		DRSEP-Nord
8	HOMO Bertrand		CES de Sabongari
9	DANRA DIKWE Etienne		DASEP Gra III
10	DJANGO Sanpeurs Degros		CES de Djoumassi
11	BOUBA Hippolyte		CES de Kismatari
12	MADI BOUBA BAHAR		DRSEP-Nord
13	OUSMAILA BELLO MONGLO		Lycée de Barndaké
14	ZOURMBA Alphonse		DRSEP-Nord
15	ABDOULAYE OUMAROU		Lycée de Baschéo
16	MOUHAMAT BOUKAR		DRSEP-Nord
17	ABDOUL AZIZ ALI		DRSEP-Nord
18	MADI THEODOR		Lycée de Djalingo
20	HAMADOU SANDA B.		DRSEP-Nord
21	ABDOURHAMAN MOUSSA		DRSEP
22	GUELBE Charles		DRSEP

D- ATELIER DES GYMNASTIQUES

N°	NOMS ET PRENOMS	QUALITE	STRUCTURE D'ATTACHE
1	Mme DIMOUYA née NOUHOU Véronique	Présidente	DRSEP
2	WANYAOLA Bienvenu	Président	DRSEP
3	SOULE HAMADOU Henri	Rapporteur	DRSEP
4	Madame DJIBRILLA née ASTA	membre	Lycée de Kolléré
5	TARAINA YORONGUE	membre	Lycée tech. de Garoua Djamboutou
6	TCHIAKOUADATCHOUA BOUKAR	membre	Collège Baptiste Polyvalent la Grâce
7	ADAMOU OUMAROU	membre	DRSEP
8	DJONFABE Gabriel	membre	Lycée de Boula-Ibi
9	BADOGA SIRIABE Dieudonné	membre	DRSEP
10	ABICHO KAIGAMA	membre	DRSEP
11	ISSA DAIROU	membre	Lycée technique de Garoua Bibémiré
12	KAOGA Marcel	membre	Lycée de Rabingha
13	TAMIBE. D. Gervais	membre	Lycée de Rabingha

1 4	RACHIDATOU SADOU TIZI	membre	DRSEP
1 5	MAIPA Juliana	membre	DRSEP
1 6	BASSIROU VONDOU	membre	DRSEP