



# COLLEGE PRIVE MONGO BETI

REPUBLIQUE DU CAMEROUN  
Paix - Travail - Progrès  
MINISTRE DES ENSEIGNEMENTS SECONDAIRES  
BP. 972 YAOUNDE / TÉL. 0077 95 81 90 / 242 88 62 97

Ouvvert par arrêté n°958/Min/Enf du 11 novembre 1963  
Reconnu d'utilité publique par arrêté N°952/Min/Enf du 25 novembre 1964  
N° D'immatriculation : 5LJ2GFD110164063

REPUBLIC OF CAMEROON  
Peace - Work - Prosperity  
MINISTRY OF SECONDARY EDUCATION  
P.O. Box 972 Yaounde 4 242 88 34 62/ 243 20 67 23  
E-mail : collgprvsmngobet1@gmail.com

ANNÉE SCOLAIRE	EVALUATION	EPREUVE	CLASSE	DUREE	COEFFICIENT
2025/2026	N° 06	E P S	H <sup>re</sup> AE	2H	02
Nom du professeur :		Jour :		Quantité :	
Note /20	Répertoire des côtes				
	CTBA	CBA	CMA	CNA	

## EVALUATION HARMONISEE N° 4 D'E.P.S.

### I- EVALUATION DES RESSOURCES (11 POINTS)

#### A- EVALUATION DES SAVOIRS (5 pts)

*Réponds par vrai ou faux aux affirmations ci-après*

1. La piste d'athlétisme a 2 lignes droites perpendiculaires et 2 virages parallèles. (1pt)
2. La prise de force s'effectue avec la paume de main. (1pt)
3. Une bonne roulade avant doit être réalisée en posant la tête au sol. (1pt)
4. Une séquence complète de saut se compose de 4 étapes. (1pt)
5. L'impulsion au saut est le dernier appui avant de quitter le sol. (1pt)

#### B- EVALUATION DES SAVOIR-FAIRE (6 pts)

1. *Relie les propositions de la colonne A à celles de la colonne B.* (0,5pt x 6 = 3pts)

##### COLONNE A

Projection d'un objet  
Course sur 300m à 600m  
Enchaînement gymnique  
Planche faciale  
Rattrapage  
Foulées amples

##### COLONNE B

Activité de locomotion  
Phase du lancer  
Activité de manipulation  
Activité d'expression  
Train de course  
Elément d'équilibre

- 2.1 Classe, dans l'ordre chronologique, les étapes ci-après : réception -- impulsion -- envol -- élan. (0,5pt x 4 = 2pts)

- 2.2 Identifie, parmi les propositions, l'activité dont il est question. (1pt)

a) Course                      b) Saut                      c) Lancer                      d) Gymnastique

### II- EVALUATION DE LA COMPETENCE (9 POINTS)

#### Situation-problème

Ton professeur d'E.P.S. décide d'évaluer tes compétences dans la production des efforts de moyenne durée, la manipulation des objets et l'exécution des actions dans les activités d'expression. Réponds à ses questions portant sur la connaissance des activités, l'exécution des actions et les règles de pratique de ces activités respectives.

**Consigne 1 : de la connaissance des activités (3 pts)**

1. Quelle activité de locomotion nous pousse à produire des efforts physiques de moyenne durée ? (1pt)  
a) La course de vitesse  
b) La course d'endurance-vitesse  
c) La course d'endurance  
d) Le marathon
2. Quelle activité permet la manipulation des objets ? (1pt)  
a) La gymnastique au sol  
b) Le jeu du « *ndò'òchi-babouches* »  
c) Le bras de fer  
d) la course d'obstacles
3. Quelle activité d'expression permet l'exécution des mouvements de rotation ? (1pt)  
a) La gymnastique au sol  
b) Le saut en hauteur  
c) Le saut en longueur  
d) Le jeu des ombres chinoises

**Consigne 2 : de l'exécution des actions (3 pts)**

1. Comment sont les mouvements des bras et des jambes pendant la course ? (1pt)  
a) Mouvements synchronisés  
b) Mouvements dissociés  
c) Mouvements saccadés  
d) Mouvements désynchronisés.
2. Comment faut-il tenir un objet pour réaliser une prise d'adresse ? (1pt)  
a) Avec les doigts et la paume de main  
b) Avec la paume de main uniquement  
c) Avec le bout des doigts  
d) Avec les mains et les poignets
3. Comment est le corps du gymnaste pendant l'exécution de la roulade avant simple ? (1pt)  
a) Le corps est penché  
b) Le corps est ouvert  
c) Le corps est tendu  
d) Le corps est fermé.

**Consigne 3 : des règles de pratique des activités (3 pts)**

1. Quel serait ton avis si ton camarade portait une paire de ballerines à semelles fines pour aller courir sur le goudron ? (1pt)  
a) Il/elle a fait un bon choix, les ballerines sont légères ;  
b) Il/elle a fait un bon choix, les ballerines sont indiquées au goudron ;  
c) Il/elle a fait un mauvais choix, la semelle l'expose aux blessures ;  
d) Il/elle a fait un mauvais choix, il/elle aurait dû porter des bottes.
2. Ton camarade voudrait marquer un but au handball. Pour cela, il tient le ballon avec le bout des doigts seulement. Qu'en penses-tu ? (1pt)  
a) Il ne réussira pas son tir car les ongles vont percer le ballon ;  
b) Il a peu de chance de réussir son tir car la prise est mauvaise ;  
c) Il a beaucoup de chance de réussir son tir car la prise est bonne ;  
d) Il a toutes les chances de réussir, sa prise est parfaite.
3. Pendant l'exécution du saut groupé, ton camarade atterrit sur les talons. Donne une appréciation à son action. (1pt)  
a) Réception correcte ;  
b) Assez bonne réception  
c) Réception passable  
d) Mauvaise réception

**Bonne chance !!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!**