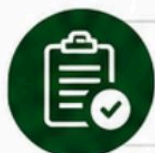


ndolomath

ÉPREUVE DE SPORT EPS

BEPC 2026

 Épreuve officielle nationale



Corrigé complet



Méthode simple



Révision efficace



Pour réussir en EPS



Pour les avoir, écris par **WhatsApp** au
+237 682 468 359

MINEDUC – DEXC
Epreuve d'EPS Théorique
BEPC 2026
Les candidats traiteront toutes les questions
I– ÉVALUATION DES RESSOURCES
11 PTS
A– ÉVALUATION DES SAVOIRS
6 PTS

Réponds par **vrai** ou **faux** aux affirmations suivantes.

1– Le **200 m** n'est pas une course d'endurance vitesse.

1 pt
2– Le **800 m** est une course dont le parcours comporte quatre virages.

1 pt
3– Au lancer du poids, l'accès au cercle de lancer se fait uniquement par la zone avant.

1 pt
4– Au saut en hauteur les performances sont mesurées en secondes.

1 pt
5– Une piste d'athlétisme est une surface oblongue composée d'une ligne droite et d'un demi-cercle.

1 pt
6– Dans la famille des courses, on distingue les courses qui se déroulent uniquement dans les couloirs, partiellement dans les couloirs et celles qui ne se déroulent pas du tout dans les couloirs.

1 pt
B– ÉVALUATION DES SAVOIR-FAIRE
5 PTS
1– Établis une correspondance entre les mots ou expressions les mieux appropriés de la colonne A avec ceux de la colonne B.

3 pts

Colonne A	Colonne B
a. Cales ou départ des courses	1. Gymnastique au sol
b. Appui tendu renversé	2. Course de vitesse
c. Lancer du poids	3. Haies
d. Course de 200 m	4. Masse
e. Course d'obstacles	5. Starting-blocks
f. Saut en hauteur	6. Supports

2– Établis une correspondance entre les mots ou expressions appropriés de la liste suivante avec les images ci-dessous.

2 pts
a. La poutre.
b. Fosse de réception.
c. La perche.
d. Mousse de réception.

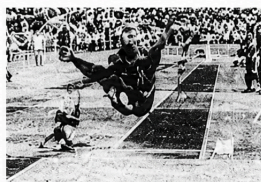


Image 1



Image 2



Image 3



Image 4

II– ÉVALUATION DE LA COMPÉTENCE

9 PTS

Situation Problème :

Tu es à quelques **100 m**, sur une ligne droite et aplanie du portail de ton école un matin de lundi. Tu entends crier, encore dix secondes avant la fermeture ! En t'appuyant sur le texte et en prenant en compte le contenu de ton programme d'Éducation Physique et Sportive et tes connaissances personnelles, réponds aux questions suivantes.

Choisis la bonne réponse parmi celles qui sont proposées.

CONSIGNE 1 :

3 PTS

1– Quelle réaction choisis-tu d'avoir pour franchir le portail avant sa fermeture ? **1 pt**

- a- Marcher vite. b- Sauter haut. c- Courir très vite. d- Ramper.

2– À quelle épreuve sportive correspond le choix de ta réaction ? **1 pt**

- a- Marche. b- Saut en hauteur. c- Endurance. d- Course de vitesse.

3– Quelle est la principale caractéristique de cette épreuve sportive ? **1 pt**

- a- Courir entièrement dans les couloirs.
b- Courir entièrement hors des couloirs.
c- Courir partiellement dans les couloirs.
d- Utiliser des couloirs au choix.

CONSIGNE 2 :

3 PTS

1– Comparée à une piste d'athlétisme, à quoi correspond le parcours droit aplané cité dans le texte ? **1 pt**

- a- À un virage. b- À la lice. c- À une ligne droite. d- À la ligne de départ.

2– Comment appelle-t-on l'épreuve correspondante à la distance évoquée dans le texte ? **1 pt**

- a- Le 100 m ; b- Le 100 aplani ; c- Le 100 m plat ; d- Le 100 m aplané.

3– Généralement dans les compétitions officielles, le signal de départ est le coup de feu donné par le starter. Qu'est-ce qui fait office de signal de départ dans le texte ? **1 pt**

- a- La distance qui te sépare du portail.
b- La fermeture du portail.

- c- Le cri qui dit encore dix secondes avant la fermeture.
d- Le cri qui dit encore dix secondes.

CONSIGNE 3 :**3 PTS**

1- À quelle position tu prendras le départ de cette course pour te retrouver dans l'enceinte de l'école ?

1 pt

- a- À genou. b- Accroupie. c- Couchée. d- Debout.

2- Dans le texte, quel est l'élément qui représente la ligne d'arrivée de ta réaction ?

1 pt

- a- La ligne droite b- L'école. c- Le portail. d- La fin des 100 m.
aplanie.

3- Quel temps dois-tu réaliser pour parcourir les 100 m qui te séparent du portail et te retrouver dans l'enceinte de l'école avant la fermeture de celui-ci ?

1 pt

- a- Plus 10 secondes. b- Plus de 11 secondes. c- Moins de dix secondes. d- 11 secondes.

**NDOLOMATH**



CORRECTION COMPLÈTE DISPONIBLE EN VERSION PAYANTE



Les prix sont indiqués ci-dessous
sur la page suivante.



**POUR OBTENIR TOUTE LA CORRECTION
DE L'ÉPREUVE, COMMANDE AU
+237 682 468 359**



CONTACT WHATSAPP

+237 682 468 359



Contenu fiable
et vérifié



Corrigé complet
et détaillé



Accès sécurisé
et premium



Maximise tes
résultats



Ce contenu est réservé aux utilisateurs ayant accès à la version complète.
Passer à la version payante pour ne rien manquer !

NDOLOBEP

TOUT LE BEPC À PETIT PRIX

Un seul fascicule, tous les sujets et
toutes les matières réunis, pour réviser sans s'encombrer.



MARCHÉ		
	Maths	2500 F
	SVTEEB	1500 F
	Informatique	1500 F
	Anglais	2000 F
	Espagnol	2500 F
	Allemand	2500 F
	Français	2500 F
	Histoire-Géo-ECM	3000 F
TOTAL 18 000 F		

MINI BORDS NDOLMATH		
	Maths	1000 F
	PCT	1000 F
	SVTEEB	1000 F
	Informatique	1000 F
	Anglais	1000 F
	Espagnol	1000 F
	Allemand	1000 F
	Correction orthographique	500 F
	Dictée	500 F
	Étude de texte	500 F
	Histoire-Géo	1000 F
	ECM	1000 F
TOTAL 10 500 F		

BORD COMPLET
NDOLBEP

NdoloBEP

COMPLET

Tous les sujets et toutes
les matières réunis

5 000 F

-13 000 F
VS MARCHÉ

-5 500 F
VS MINI BORDS

✓ UN SEUL FASCICULE, PLUS SIMPLE, PLUS ÉCONOMIQUE



Commande maintenant
sur WhatsApp :

+237 682 468 359



Fiable
contenu vérifié



Complet
toutes les matières



Économique
meilleur rapport
qualité/prix