



بلاغ

ينتهي مدير الأكاديمية الجهوية للتربية والتكوين بجهة طنجة تطوان إلى علم كافة مترشحي التعليم أخاص غير المسايير والمترشحين الأحرار المطالبين باجتياز اختبارات مادة التربية البدنية لامتحانات البكالوريا دورة يونيو 2010 أنه تقرر إجراء اختبارين في المادة أحدهما اختياري في رمي أكلت أو أكرمي السريع أو القفر الطولي والثاني إجباري في أكر كات الأرضية للجماز وذلك يومي الثلاثاء 20 أبريل 2010 و الأربعاء 21 أبريل 2010 ابتداء من الساعة الثامنة والنصف صباحا بالمراكز التالية :

1) مترشحو نيايت تطوان : بالثانوية التأهيلية أكسن الثاني بتطوان :

* الثلاثاء 20 أبريل 2010 : بالنسبة لمسلكي الآداب والأصيل.

* الأربعاء 21 أبريل 2010 : بالنسبة لمسلكي العلوم والمسالك التقنية.

2) مترشحو نيايت المضيق الفنديق بالثانوية التأهيلية أكسن الثاني بتطوان :

* الثلاثاء 20 أبريل 2010 : بالنسبة لمسلكي الآداب والعلوم الإنسانية.

* الأربعاء 21 أبريل 2010 : بالنسبة لمسلكي العلوم التجريبية.

3) مترشحو نيايت طنجة أصيلة : بالملاعب البلدي مرشان بطنجة.

* الثلاثاء 20 أبريل 2010 : بالنسبة لمسلكي الآداب والأصيل.

* الأربعاء 21 أبريل 2010 : بالنسبة لمسلكي العلوم والمسالك التقنية.

4) مترشحو نيايت العرائش :

* بالثانوية التأهيلية مولاي محمد بن عبدالله بالعرائش بالنسبة لجميع الشعب يوم الثلاثاء 20 أبريل 2010.

* بالثانوية الإعدادية الإمام مسلم بالقصر الكبير بالنسبة لجميع الشعب يوم الأربعاء 21 أبريل 2010.

5) مترشحو نيايت شفشاون : بالثانوية الإعدادية مولاي أكسن الأول بشفشاون بالنسبة لجميع الشعب يوم الثلاثاء 20 أبريل 2010.

فعلى المترشحين المعنيين بالأمر أأضور إلى مراكز إجراء الاختبارات في التاريخ والتوقيت السالف ذكرهما ، علما


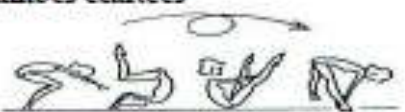







بان كل تعيب غير مبرر عن أداء هذه الاختبارات يترتب عنه إقصاء المترشح من الاختبارات الكتابية.





و يسمح - استثناء - للمترشح الإدلاء بشهادة طبية يوم اجتياز الامتحان كأخر أجل،

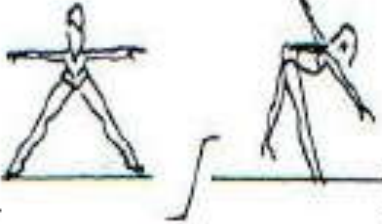
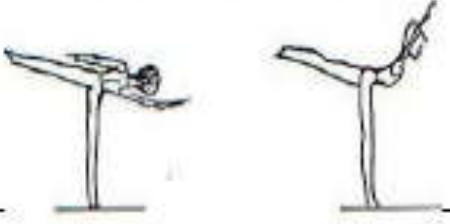
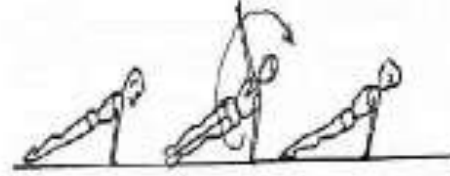
ولن يقبل منه أي عذر بعد هذا التاريخ..


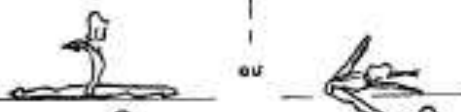





Tableau des difficultés par famille

		0,5	1,0	1,5
Familles ou catégories et définitions	Cellules ou sous-catégories	A	B	C
<p>Roulements</p> <p>Type roulade avant. De larges surfaces du corps sont en contact progressif avec le sol.</p>	Avant	<p>*Groupé</p> 	<p>*Jambes écartées</p> 	<p>*Jambes serrées tendues</p> 
	Arrière	<p>*Groupé</p> 	<p>*Jambes écartées tendues</p> 	<p>*A l'appui semi renversé jambes serrées tendues</p> 
	Latéral (Départ et retour à genoux)	<p>*Groupé</p>	<p>*Jambes écartées tendues</p>	<p>*Jambes écartées tendues et 1/2 T</p>
<p>Renversements</p> <p>Type roue, saut de mains, etc. Passage de l'appui podal à l'appui manuel ou céphalique et retour à l'appui podal.</p>	Simple	<p>*Poirier (élévation jambes pliées). *Chandelle</p>  <p>*Placement du dos jambes pliées</p>	<p>*Placement du dos jambes tendues *ATR à la station debout</p> 	<p>*Poirier (élévation jambes tendues)</p> <p>*ATR 1/4 de valse *ATR roulade avant</p>
	Avant		<p>*ATR pont avant</p>	 <p>*Souplesse avant</p>

	Arrière		*Pont arrière départ debout	*Pont arrière à la station debout
	Latéral		*Roue 	*Roue d'une main *Rondade extension 
<p>Rotations Type salto avant, arrière, latéral, pirouette, etc. L'exercice commence en appui podal et finit en appui podal après une rotation sans autre appui. Les salti ne doivent être réalisés qu'en présence de conditions de sécurité appropriées.</p>	Avant			*Salto avant avec tremplin et tapis de chute 
	Arrière			*Salto arrière avec tremplin, tapis de chute et aide 
	Latérale			
	Longitudinale	1/2 pirouette	Course 1/2 pirouette	Pirouette

<p>Attitudes 2''</p> <p>Type planche faciale, équilibre fessier, équerre, etc. Divers appuis maintenus deux secondes sur une ou plusieurs parties du corps</p>	<p>Appui Podal</p>	<p>Planche équerre</p> 	<p>Planche jambe horizontale</p> 	<p>Planche latérale</p>
	<p>Appui manuel</p>	<p>*Equerre jambes jointes</p>	<p>*Equerre jambes écartées (bras entre les jambes)</p>	
	<p>Appuis quadrupédiques</p>	<p>*Appui ventral à l'appui facial</p>	<p>*Appui facial et 1/2 t à l'appui dorsal</p> 	<p>*Appui ventral répulsion 1/2 t à l'appui dorsal</p>
	<p>Autres formes</p>	<p>*Equilibre fessier jambes pliées</p>	<p>* Equilibre fessier jambes tendues</p>	
<p>Mouvement de Force</p> <p>Type ATR en force, etc. Divers passages de l'appui quadrupédique à l'ATR, au poirier, etc. Le passage d'une position à l'autre se fait lentement et en force.</p>		<p>*Monter au poirier lentement jambes pliées</p>	<p>*Monter au poirier lentement jambes tendues</p>	<p>*Monter à l'ATR lentement bras et jambes pliés</p>

Mouvement de souplesse Type écrasement facial, grand écart, etc. Tout mouvement qui démontre une flexibilité articulaire maximale et particulièrement les mouvements sollicitant les ceintures scapulaire et pelvienne.	Ceinture scapulaire		Pont 	Pont sur une jambe
	Ceinture pelvienne	*Fermeture jambes tronc partielle	*Fermeture jambes tronc totale	*Ecrasement facial *Grand écart costal 
Chorégraphie Rubrique très variée incluant soit des mouvements de danse ou des mouvements de liaisons. (Pas, sauts, pivots, ondes du corps, passages au sol, etc.).	Pas	*Pas simples	*Pas avec mouvements de bras	complexes
	Sauts	*Saut groupé 	*Saut carpé jambes écartées. *Saut de chat Saut de biche	*Saut groupé 1/2 tour. *Saut enjambé gde amplitude
	Pivots	*1/2 t jambe libre pliée	*1/2 t jambe libre tendue	*tour jambe libre pliée
	Onde du corps	*Statique	*En déplacement	*Statique avec 1/2 t 
Autres Les mouvements giratoires tels que les cercles d'une jambe ou des deux jambes.	Mouvements giratoires		*1 Cercle d'une jambe 	*2 Cercles d'une jambe