

# PASS

## Vendredi 09 décembre 2022

Module 3	EPREUVE STAPS	Heure de début 15h15	Durée 1h30	Heure de fin 16h45
----------	------------------	-------------------------	---------------	-----------------------

### **CONSIGNES A LIRE AVANT L'EPREUVE**

Vérifiez que votre sujet est complet

L'épreuve comporte :

- 1 cahier questions (8 pages)
- 2 feuilles de brouillon

### **IMPORTANT :**

**Remplissage de la feuille réponses :**  
**lire consignes et exemple de marquage sur la feuille réponses QCM**

**QCS : une seule réponse exacte**  
**QCM : plusieurs réponses exactes**

Conformément aux dispositions du décret n° 92-657 du 13 juillet 1992, tout étudiant auteur ou complice d'une fraude ou d'une tentative de fraude à l'occasion d'un examen ou concours relève du régime disciplinaire prévu par ledit décret. A ce titre, tout fautif est susceptible d'être traduit devant la Section Disciplinaire du Conseil d'Administration de l'Université, et de se voir appliquer une sanction (avertissement, blâme ou exclusion).

- 1) **QCM. Dans le code de la FINA, quelles nages sont asymétriques ?**
  - a) Dos
  - b) Brasse
  - c) Papillon
  - d) Crawl
  - e) Toutes les nages peuvent être asymétriques
  
- 2) **QCM. Pendant une épreuve de 100 mètres quatre nages, lors de l'arrivée de la partie nagée en brasse, quelles règles doivent suivre les nageurs ?**
  - a) Arriver sur le dos
  - b) Arriver sur le ventre
  - c) Toucher le mur avec deux mains
  - d) Toucher le mur avec une main
  - e) Toucher le mur avec un pied
  
- 3) **QCS. Lors d'une compétition officielle de plongeon, pour quelle hauteur l'épreuve se déroule-t-elle sur une plateforme en béton ?**
  - a) Toutes les hauteurs
  - b) 1 mètre
  - c) 3 mètres
  - d) 10 mètres
  - e) Aucune hauteur
  
- 4) **QCS. Au basket ball, combien de temps un joueur peut-il rester dans sa raquette si l'équipe adverse possède le ballon ?**
  - a) 2 secondes
  - b) 3 secondes
  - c) 4 secondes
  - d) 5 secondes
  - e) Il n'y a aucune restriction de temps
  
- 5) **QCM. Parmi les affirmations suivantes, lesquelles sont possibles lors d'un match de basket ball en 5 contre 5, pour l'équipe en possession de la balle :**
  - a) Elle doit tirer avant 24 secondes
  - b) Elle doit tirer avant 12 secondes
  - c) Elle peut bénéficier de plusieurs lancers francs après un tir réussi s'il y a faute sur le tireur
  - d) Elle peut bénéficier d'un seul lancer franc après un tir réussi s'il y a faute sur le tireur
  - e) Elle peut recommencer son tir en cas de faute sur le tireur
  
- 6) **QCM. Concernant l'histoire du basket ball, quelles affirmations sont vraies ?**
  - a) Le basket ball a été inventé afin de maintenir la pratique sportive l'hiver pour les joueurs de baseball et de football américain
  - b) Le basket ball a été inventé afin de maintenir les contacts physiques pour les joueurs de football américain
  - c) Le basket ball s'inspire d'un jeu Maya
  - d) Le basket ball a été créé en Europe
  - e) Au départ les paniers de basket ball étaient des caisses en bois

- 7) **QCS. En France, à partir de quel âge peut-on obtenir sa ceinture noire de judo ?**
- a) 14 ans
  - b) 16 ans
  - c) 18 ans
  - d) 20 ans
  - e) Il n'y a pas d'âge établi, c'est le temps de pratique qui est déterminant
- 8) **QCM. Au judo, parmi les propositions suivantes lesquelles sont vraies ?**
- a) Tori est celui qui reçoit la technique
  - b) Tori est celui qui fait la technique
  - c) Ukemi est l'entraînement aux projections
  - d) Ukemi est l'entraînement aux chutes
  - e) Senseï désigne le maître
- 9) **QCS. Au judo, lorsque l'arbitre suspend le combat, quel terme emploie-t-il ?**
- a) Toketa
  - b) Hajime Hajime
  - c) Sono-mama
  - d) Soremade
  - e) Hankei
- 10) **QCS. Le système anaérobie alactique :**
- a) est également appelé le système de la glycolyse anaérobie
  - b) est également appelé le système de la glycolyse aérobie
  - c) est prédominant dans des conditions de repos
  - d) entraîne la formation de lactates
  - e) n'utilise pas d'oxygène
- 11) **QCM. Les fibres musculaires de type IIb :**
- a) sont principalement impliquées lors des exercices d'endurance
  - b) ont une faible capacité anaérobie
  - c) ont une forte capacité anaérobie
  - d) ont une faible capacité aérobie
  - e) ont une forte capacité aérobie
- 12) **QCS. Le premier seuil lactique :**
- a) est atteint à  $VO_2$  max
  - b) est utilisé pour mesurer la dépense énergétique à l'exercice
  - c) est considéré comme un facteur de performance pour les disciplines d'endurance
  - d) est mesuré par une méthode invasive
  - e) est mesuré par une méthode non invasive
- 13) **QCM. Le système de la glycolyse anaérobie :**
- a) a une capacité plus importante que le système anaérobie alactique
  - b) a une capacité plus faible que le système anaérobie alactique
  - c) a une capacité plus importante que le système aérobie
  - d) a une capacité plus faible que le système aérobie
  - e) a une puissance plus importante que le système aérobie

- 14) **QCM. Le métabolisme de base :**
- a) est mesuré lors d'un exercice
  - b) est mesuré dans des conditions de repos
  - c) est identique chez les hommes et les femmes
  - d) est identique chez toutes les femmes
  - e) est diminué lors du vieillissement
- 15) **QCM. Le quotient respiratoire :**
- a) permet de déterminer le type de substrats utilisés
  - b) peut être utilisé pour calculer la dépense énergétique dans des conditions de repos
  - c) peut être utilisé pour calculer la dépense énergétique lors d'un exercice maximal
  - d) peut être utilisé pour vérifier l'atteinte de la  $VO_2$  max
  - e) est compris de manière physiologique entre 1 et 2
- 16) **QCM. Le test de Léger-Boucher :**
- a) n'est plus utilisé aujourd'hui
  - b) permet de déterminer indirectement la  $VO_2$  max
  - c) est un test de terrain
  - d) est un test de laboratoire
  - e) est un test maximal
- 17) **QCS. L'atteinte du 2nd seuil ventilatoire est mis en évidence (méthode de Wasserman) par :**
- a) l'augmentation unique de l'équivalent respiratoire en  $CO_2$
  - b) l'augmentation unique de l'équivalent respiratoire en  $O_2$
  - c) la baisse unique de l'équivalent respiratoire en  $CO_2$
  - d) la baisse unique de l'équivalent respiratoire en  $O_2$
  - e) l'augmentation combinée des équivalents respiratoires en  $O_2$  et en  $CO_2$
- 18) **QCS. A quel % de la  $VO_2$  max est réalisée une épreuve d'eau libre nagée en 1h40 entraînant une dépense énergétique de 1500 kcal chez une nageuse pesant 60 kg et ayant une  $VO_2$  max de 60 ml/kg/min? (on prendra 1  $LO_2$  = 5 kcal)**
- a) 3%
  - b) 23%
  - c) 83%
  - d) 103%
  - e) 123%
- 19) **QCM. Lors de la commande d'une contraction musculaire, quelles affirmations sont vraies ?**
- a) Le calcium a un rôle actif lors de la transmission de l'information entre la terminaison nerveuse et la cellule musculaire
  - b) Le calcium a un rôle actif pour la libération des sites d'accrochage entre la myosine et l'actine
  - c) Le sodium contribue à la propagation des potentiels d'action membranaires
  - d) Le sodium a un rôle actif pour l'interaction entre la myosine et l'actine
  - e) Le calcium et le sodium trouvent chacun des sites de liaison différents avec des protéines sarcomériques

- 20) **QCM. Parmi les protéines motrices, la superfamille des myosines occupe une place très importante dans le fonctionnement cellulaire. Elle est ainsi sous sa forme de myosine de type 2 impliquée dans la contraction du muscle strié. Lorsque la myosine est sous la forme méromyosine, préciser quels sont les éléments qui font l'objet de déformation pour la création de mouvement :**
- a) La méromyosine légère
  - b) La méromyosine lourde
  - c) Le sub-fragment S1
  - d) Le sub-fragment S2
  - e) Les chaînes légères
- 21) **QCM. Le complexe actomyosine est déterminant pour le raccourcissement sarcomérique lors de l'hydrolyse de l'ATP. Pourriez indiquer quelles propositions sont vraies ?**
- a) La présence d'ATP permet à la myosine de se coller à l'actine
  - b) L'hydrolyse de l'ATP en ADP + Pi + Energie permet à la myosine de se coller à l'actine
  - c) L'hydrolyse de l'ATP permet à la myosine de se détacher de l'actine
  - d) L'énergie de liaison libérée par l'hydrolyse de l'ATP permet la torsion du sub-fragment S2 de la méromyosine
  - e) Après l'accrochage de la myosine sur l'actine, c'est l'énergie de liaison libérée par l'hydrolyse de l'ATP qui permet la torsion du sub-fragment S2 de la myosine
- 22) **QCM. La classification des types de fibres musculaires en fibres rapides et fibres lentes est déterminée principalement par :**
- a) La concentration en glycogène
  - b) La concentration en triglycérides
  - c) Le contenu en myoglobine
  - d) L'activité ATPasique
  - e) Le type de myosine
- 23) **QCM. Au sein de cette liste, quelles protéines sont présentes dans les sarcomères :**
- a) La myosine
  - b) La troponine
  - c) La tropomyosine
  - d) La dystrophine
  - e) L'actine filamenteuse
- 24) **QCM. Lors de la contraction musculaire, quelles parties des sarcomères se raccourcissent :**
- a) La bande I
  - b) La bande A
  - c) La zone H
  - d) Le disque Z
  - e) La ligne M
- 25) **QCM. Si vous réalisez une coupe transversale de myofibrille au niveau de la bande I, quelles protéines peuvent être visibles ?**
- a) La myosine
  - b) L'actine
  - c) La troponine
  - d) La tropomyosine
  - e) La dystrophine

- 26) **QCM. Quelles sont les principales différences entre les cellules musculaires striées squelettiques et les cellules musculaires striées cardiaques ?**
- a) Le nombre de noyaux par cellule
  - b) La présence de disques intercalaires dans les cellules cardiaques
  - c) L'absence de sarcomères dans les cellules cardiaques
  - d) La longueur des fibres musculaires
  - e) Le type de myosine
- 27) **QCS. Une protéine est définie par sa structure primaire, secondaire, tertiaire et quaternaire. Quel est le niveau de structure essentiel à sa fonction ?**
- a) Primaire
  - b) Secondaire
  - c) Tertiaire
  - d) Quaternaire
  - e) Aucun
- 28) **QCS. Le plus haut niveau de preuve scientifique est :**
- a) La parole d'un expert
  - b) Un essai d'expérimentation
  - c) Une méta-analyse
  - d) Un témoignage
  - e) Un livre
- 29) **QCS. La psychologie clinique se définit comme :**
- a) La science qui s'intéresse aux différences inter et intra-individuelles au cours de la vie
  - b) La science des troubles mentaux
  - c) La science qui étudie de quelle manière le contexte social influence nos comportements
  - d) La science qui applique les concepts de psychologie aux domaines de la santé
  - e) La science qui étudie les mécanismes cognitifs (mémoire, planification, traitement de l'information)
- 30) **QCS. Officiellement, la psychologie est apparue :**
- a) Dès les 1<sup>ères</sup> traces de la pensée humaine
  - b) Lors de la découverte de la glande pinéale par Descartes
  - c) Lors de la séparation d'avec la philosophie en 1732
  - d) Lors de l'expérience de Norman Triplett en 1898 portant sur l'impact de la présence d'autrui sur la performance
  - e) Lors de la création du laboratoire Wundt à Leipzig
- 31) **QCM. Les différentes méthodes de recherche utilisées par la psychologie sont :**
- a) La méthode empirique
  - b) La méthode corrélationnelle
  - c) La méthode par entretien
  - d) La méthode de l'inférence
  - e) Les méthodes d'imagerie cérébrale
- 32) **QCM. Selon Sillamy en 1980, la personnalité se définit comme :**
- a) Un ensemble structuré de dispositions innées
  - b) Un ensemble structuré de dispositions acquises
  - c) Tout facteur permettant de se distinguer d'autrui
  - d) Uniquement les facteurs psychologiques permettant de se distinguer d'autrui
  - e) Les traits de caractère

- 33) **QCS. Selon la théorie psychanalytique de Freud, la personnalité est :**
- a) Le résultat de la dynamique entre le « ça », le « moi » et le « surmoi »
  - b) Le résultat des apprentissages vécus durant la petite enfance
  - c) Le résultat de la construction de nos représentations mentales
  - d) Le résultat de nos interactions répétées avec notre entourage
  - e) Le résultat de notre libre pensée
- 34) **QCS. La théorie de la personnalité définissant 5 grands facteurs de personnalité (Ouverture, Conscience professionnelle, Extraversion, Agréabilité et Névrosisme) est :**
- a) La théorie des humeurs d'Hippocrate
  - b) La théorie du Big-Five de Digman et Goldberg
  - c) La typologie de Kant
  - d) La typologie de Jung
  - e) La théorie psycho-corporelle de Krechmer et Sheldon
- 35) **QCM. La définition de la psychologie s'appuie sur « l'ABC model », ABC pouvant signifier :**
- a) Affect, behavior, cognition
  - b) Sentiments, comportements, pensées
  - c) Affectif, comportemental, cognitif
  - d) Affinité, bien-être, croyance
  - e) Attention, comportement, croyance
- 36) **QCS. Selon l'étude de Harris en 1972 :**
- a) Une demande coûteuse a plus de chance d'être acceptée si elle est précédée d'une demande peu coûteuse
  - b) Une demande coûteuse a plus de chance d'être acceptée si elle est précédée d'une demande très coûteuse
  - c) Une demande coûteuse a plus de chance d'être acceptée si elle n'est précédée d'aucune demande
  - d) Une demande coûteuse a plus de chance d'être acceptée si la personne est généreuse
  - e) Une demande coûteuse a plus de chance d'être acceptée si la personne qui demande est chaleureuse
- 37) **QCM. Les fonctions des normes sociales sont de :**
- a) Dire implicitement ce qu'il convient de faire dans une situation
  - b) Réduire les ambiguïtés
  - c) Comprendre l'uniformité d'un groupe
  - d) Dire explicitement ce qu'il convient de faire dans une situation
  - e) Imposer des règles à partir de lois et de règles édictées par le pouvoir
- 38) **QCM. Le jeu de paume :**
- a) Est considéré comme l'ancêtre du tennis et une continuité existe entre les deux
  - b) Caractérise la noblesse et la haute bourgeoisie
  - c) Reflète les clivages religieux
  - d) Est un jeu qui naît en plein air
  - e) Disparaît sous la pression des interdits religieux
- 39) **QCS. L'esprit de compétition dans l'antiquité grecque :**
- a) Justifie la présence de plusieurs religions
  - b) Est "l'agonie"
  - c) Est "le kalos"
  - d) Justifie l'existence de pratiques physiques
  - e) Est "l'athlon"

- 40) QCM. Une faction romaine :**
- a) Est un groupe de soldats très bien entraînés
  - b) Est une sorte de club d'athlètes ou d'écuries
  - c) Peut s'apparenter à un club de football actuel
  - d) A un rôle politique et social
  - e) Est gérée par un ancien athlète ayant gagné sa liberté
- 41) QCS. Le sport :**
- a) Puise ses origines dans l'antiquité gréco-romaine
  - b) Trouve ses expressions les plus marquantes au moyen-âge
  - c) Concerne uniquement les hommes dans l'antiquité
  - d) Est interdit aux esclaves dans la Grèce antique
  - e) Toutes les réponses sont erronées
- 42) QCS. Le déclin des jeux olympiques antiques :**
- a) A lieu suite à la chute de l'empire romain d'orient
  - b) A lieu suite au changement de techniques militaires rendant les soldats plus vulnérables sur le champ de bataille
  - c) Est dû à l'apparition des jeux médiévaux à partir du 5ème siècle
  - d) S'opère sous le joug des religions polythéistes
  - e) Est dû aux changements des ordres moraux et sociaux dans la société
- 43) QCM. Les jeux romains :**
- a) Puisent leur origine chez les Aztèques
  - b) Sont à l'origine des rituels sacrés
  - c) Sont interdits aux femmes
  - d) Permettent aux empereurs de promouvoir leur politique économique
  - e) Sont hostiles aux jeux grecs
- 44) QCM. A propos du pancrace :**
- a) C'est un sport de combat romain
  - b) Tous les coups sont permis pendant le combat
  - c) C'est un sport de combat grec
  - d) La victoire a lieu par abandon ou décès
  - e) C'est l'ancêtre du judo
- 45) QCM. Les pratiques physiques dans l'antiquité grecque :**
- a) Répondent à des fonctions hédonistes
  - b) Répondent à des fonctions éducatives
  - c) Répondent à des fonctions militaires
  - d) Répondent à des fonctions sacrées
  - e) Répondent à des fonctions de bien-être