



ACADÉMIE
DE CRÉTEIL

*Liberté
Égalité
Fraternité*

Conseil
académique _____
des **savoirs** _____
fondamentaux _____

Les tests de qualité physique

**Bien dans son corps,
bien dans sa tête**

JUIN 2024

Présentation des tests

Objectifs

Les tests de qualité physique en classe de 6^e permettent de mieux lutter contre l'inactivité et la sédentarité des élèves, souvent liées à l'exposition aux écrans, en assurant la promotion d'une activité physique et sportive plus régulière.

Principes

- **Un focus sur les qualités physiques** des élèves les plus révélatrices de leur état de santé (vitesse, force, souplesse et endurance aérobie).
- **Une communication simple** vers les élèves, l'établissement, les enseignants, la famille.
- **Des résultats** permettant la comparaison des capacités d'un élève, d'une classe, d'un établissement avec l'ensemble de la classe d'âge.
- **Un regard objectif**, mais positif et bienveillant pour chaque élève, quels que soient ses résultats.
- **Des barèmes précis** pour attester et encourager les progrès en cas d'amélioration de la pratique physique, ajustés à la classe d'âge cible.
- **Une différenciation pédagogique** simplifiée sur la base de données précises.
- **Aucune notation mais une évaluation objective** de la condition physique de chaque élève afin de valoriser ses points forts et ses axes de progrès, quel que soit son niveau de départ et lui donner ainsi l'envie de s'engager et de persévérer.

Modalités

Le protocole permet de réaliser 5 tests relatifs aux 5 qualités physiques suivantes dans le cadre d'une leçon de 2 heures d'EPS :

- force explosive des membres supérieurs (lancer de médecine-ball à genoux) ;
- force explosive des membres inférieurs (sauts à pieds joints de 5 bonds enchaînés) ;
- vitesse (30m plat en ligne droite) ;
- endurance (test Navette de Luc Léger sur 20m / allers-retours de plus en plus rapides) ;
- souplesse (flexion du tronc).

Perspectives

Exploiter les résultats pour proposer à toute la communauté éducative, aux élèves et aux parents des pistes de réflexion et de travail pour favoriser et encourager une pratique physique plus régulière et mieux adaptée aux besoins de chaque enfant.

Comment exploiter les résultats

Au collège

➔ **En EPS, accompagner chaque élève en lui donnant la possibilité et l'envie de développer ses qualités physiques.**

- Dédier l'échauffement aux besoins de la classe et/ou de différents groupes d'élèves.
- Créer des scénarios pédagogiques liant les résultats obtenus aux tests à la spécificité de chaque activité physique, sportive ou artistique.
- Mettre en place un processus favorisant la progression des élèves grâce des contenus personnalisés, ponctués de tests réguliers permettant des retours positifs sur les progrès de chacun.

➔ **Sur les différents temps de l'élève, créer un travail collaboratif autour de la thématique de l'activité physique en lien avec la santé.**

- Organiser les tests sous la forme d'évènements rassemblant les élèves de plusieurs classes, écoles ou établissements en partageant un engagement collectif et bienveillant autour des résultats.
- Engager des projets interdisciplinaires autour du thème de l'activité physique en lien avec la santé.
- Partager les résultats collectifs avec les partenaires et les résultats individuels avec les familles, afin de mieux accompagner l'enfant vers une pratique physique adaptée en dehors de l'école (pratique de loisirs avec les parents, en club, etc.)
- Exploiter les statistiques académiques pour situer les performances de l'élève, de la classe, de l'établissement.

➔ **Dans les dispositifs sportifs, proposer une offre diversifiée et axée sur le bien-être, la santé et/ou la performance.**

- Exploiter les résultats des tests pour inciter les élèves à s'orienter vers l'association sportive de l'établissement, la section sportive, un sport-études ou les 2 heures de sport en plus.
- Exploiter les résultats et les progrès de chaque élève au sein de l'une de ces structures pour renforcer ses motivations et ses performances.

La note statistique est accompagnée d'un tableau de bord au format Excel, dont l'onglet « résultats » permet de situer et comparer les résultats de votre collège ou du collège de votre secteur (1^{er} degré) aux moyennes de l'académie et des autres établissements au profil similaire.

Statistiques
académiques
2023-2024



Dans le 1^{er} degré

Au même titre que les évaluations de mathématiques et de français, les tests de qualité physique passés par les élèves de 6^e peuvent servir d'indicateur sur l'activité physique dans le 1^{er} degré.

Une réflexion sur la base des résultats du collège du secteur pourra être engagée lors des différents conseils (maîtres, cycles, école-collège) pour la mise en œuvre d'un parcours d'éducation physique cohérent sur les cycles 2 et 3. Il est envisageable par exemple de mettre en cohérence toutes les propositions utiles permettant d'ajuster et de renforcer l'enseignement de l'EPS en lien avec ces résultats pour :

- concevoir des outils pédagogiques tels que des programmations de cycles, des plannings d'occupation des lieux, un inventaire du matériel EPS, un cahier « Mon parcours en EPS à l'école » ;
- s'engager dans des projets sportifs et participer à des rencontres sportives au niveau local, départemental et/ou académique.

Les tests concernent toute la communauté éducative, enseignants, élèves, parents et partenaires. Ils renforcent la synergie des différentes actions menées pour favoriser le bien-être et la santé des élèves.

Inclure les élèves à besoins éducatifs particuliers

Objectifs

Il est primordial que tous les élèves à besoins éducatifs particuliers dont les élèves en situation de handicap participent à la passation des tests. En tant que de besoin, ceux-ci pourront être adaptés pour tenir compte de la nature du handicap.

Chaque élève ayant des besoins éducatifs particuliers doit pouvoir se mesurer aux autres élèves de sa classe. Il est important que les critères et les évaluations des différents tests restent fidèles aux objectifs du test. Ces critères serviront également aux professeurs d'EPS pour adapter leur activité physique et sportive et améliorer les performances des élèves à besoins éducatifs particuliers, en leur permettant dans le même temps d'éprouver plus de plaisir partagé avec leurs camarades.

Les formations académiques 2024/2025

Un accompagnement spécifique et continu de l'école au collège des tests de qualité physique



Pour les conseillers pédagogiques de circonscription EPS

Un module de formation de formateurs sur les tests de qualité physique eux-mêmes et les leviers à mobiliser pour lutter contre la sédentarité, l'inactivité et l'augmentation de l'exposition aux écrans. Il portera sur la connaissance des tests de qualité physique ainsi que des différents leviers à mobiliser pour augmenter l'activité physique des élèves.



Pour les enseignants d'EPS désireux de proposer les tests de qualité physique à leurs élèves

Un module de formation sur le dispositif, sa mise en œuvre et la construction d'une dynamique sport-santé dans et hors de l'école au bénéfice de tous les élèves.



Pour les enseignants d'EPS souhaitant approfondir leur engagement dans le dispositif

Un module de formation pour exploiter de manière optimale les résultats des tests de qualité physique, accroître les ressources physiques et la motricité des élèves tout au long du collège.

 @accreteil

 facebook.fr/academie.creteil

 linkedin.com/company/academie-de-creteil/

 @academiecriteil

