



European Physical Education Observatory

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



EuPEO production intellectuelle

n°4

EuPEO Boîte à outils pour le suivi interne

Version française

Fiche technique

Titre: EupEO production intellectuelle n°4 – boîte à outils pour le suivi interne – version Française

Auteurs: Marcos Onofre, João Costa, Nuno Ferro, Roland Naul, Stefanie Dahl, Rose-Marie Repond, Tamás Csányi, Claude Scheuer, Martin Holzweg

Evaluation Technique: Dora Carolo

Coordinateur du Projet: Marcos Onofre

Traducteurs : Rose-Marie Repond, Bruno Cremonesi, Christophe Schnitzler

Nombre de pages: 17 + Annexes

Année: 2019

Citation: Onofre, M., Costa, J., Ferro, N., Naul, R., Dahl, S., Repond, R-M., Csányi, T., Scheuer, C., & Holzweg, M. (2019). EupEO production intellectuelle n°4 – boîte à outils pour le suivi interne – version Française .

Projet: European Physical Education Observatory – Observatoire Européen de l’Education Physique

Financier: Commission Européenne

Programme: Erasmus+ Sport Collaborative Partnership 2017

Référence: 590560-EPP-1-2017-1-PT-SPO-SCP

Calendrier: Janvier 2018 – Décembre 2020

Site du projet: <https://ec.europa.eu/programmes/erasmus-plus/projects/eplus-project-details/#project/590560-EPP-1-2017-1-PT-SPO-SCP>

Pour plus d’information sur le projet, merci de cliquer sur les liens suivants

Site web: www.eupeo.eu

Facebook: www.facebook.com/European-Physical-Education-Observatory

Twitter: www.twitter.com/EuPEOproject

Les auteurs tiennent à remercier la commission européenne pour le financement du projet EuPEO en tant que projet Erasmus+ Sport Collaborative Partnership scheme, avec pour référence: 590560-EPP-1-2017-1-PT-SPO-SCP.



Clause de non-responsabilité: le soutien de la Commission européenne à la production de cette publication ne constitue en aucun cas une approbation de son contenu qui ne reflète que l'opinion de ses auteurs. La Commission ne peut être tenue pour responsable de l'utilisation des informations contenues dans cette publication.

Table des matières

Introduction	5
1. Boîte à outils EuPEO pour le suivi interne	6
1.1. Questionnaire Européen à destination des établissements scolaires (ESQ)	6
1.2. Questionnaire Européen à destination des Elèves (EPQ)	7
1.3. Le système Européen d'évaluation des apprentissages (EuLAS) – Enseignant et élèves	10
1.3.1.1. Les activités physiques	11
1.3.1.2. Etat de forme en lien avec la santé Health-Related Fitness	13
1.3.2.1. Perception de soi par les élèves - Questionnaire de description physique	19
1.3.2.1. Pupil Self-Perception – Auto-perception, Description Questionnaire	Erro! Marcador não definido.
2. Annexes	Erro! Marcador não definido.

Introduction

L'Association Européenne d'Education Physique (EUPEA) cherche à identifier la diversité des conditions d'activité physique en milieu scolaire (EP(S)), des sports à l'école (SS) et d'autres formes de pratique de l'activité physique en Europe et l'importance de la mise en œuvre d'un suivi systématique de l'Education physique (et sportive) et des activités physiques promouvant la santé (HEPA) au travers de l'observatoire européen de l'éducation physique (EuPEO). Le projet EuPEO est co-dirigé par le Laboratoire de pédagogie de la Faculté des sciences de la motricité humaine de l'Université de Lisbonne (FMHUL) et par la Société portugaise d'éducation physique (SPEF), et soutenu par 12 partenaires et deux observateurs de neuf pays: République tchèque, France, Allemagne, Hongrie, Irlande, Portugal, Slovaquie, Suisse et Pays-Bas.

Le projet EuPEO vise à mettre en place un système de suivi en développant la page Web EuPEO, un manuel de suivi externe d'évaluation (MEA) au niveau européen, et une boîte à outils pour préparer et fournir un auto-contrôle interne (TIM) de qualité de l'éducation physique (et sportive) EP(S) et SS au niveau scolaire.

1. Boîte à outils EuPEO pour le suivi interne

1.1. Questionnaire Européen à destination des établissements scolaires (ESQ)

Le questionnaire Européen à destination des établissements scolaires (ESQ), se présente sous la forme d'un questionnaire en ligne, anonyme et présenté dans la langue maternelle du coordinateur de l'éducation physique et sportive. Ce coordinateur répondra au nom de son établissement scolaire (en s'aidant, au besoin, de la direction et de collègues du département pour des questions spécifiques), en se concentrant sur les dimensions de (1) la flexibilité du programme, (2) les ressources enseignantes; (3) des partenariats externes et (4) les installations, l'équipement et les ressources.

1.1.1. Echantillonnage

Après avoir été contacté par l'équipe nationale gérant EuPEO, après avoir accepté d'utiliser EuPEO TIM, l'établissement partenaire d'EuPEO expliquera comment répondre correctement à cette enquête, au moyen d'un questionnaire (en ligne ou en version papier), en utilisant, pour chaque questionnaire ESQ et EPQ, le code de l'école respectif.

L'établissement scolaire partenaire EuPEO fournira les données demandées (dans la mesure des disponibilités) au questionnaire European School Questionnaire (ESQ) par l'intermédiaire du responsable de l'EPS.

Compte tenu de la diversité et du détail des données demandées, le responsable de l'EPS devrait bénéficier du soutien des organes et membres compétents de l'école pour faciliter la collecte et l'organisation des données et assurer leur fiabilité.

1.1.2. Collecte des données

Le responsable de l'EPS des établissements scolaires partenaires d'EuPEO recevra de l'équipe nationale le lien vers l'enquête ou la version papier, comme convenu.

Pour l'application en ligne, il est possible d'enregistrer des parties de l'enquête et de les transmettre en utilisant le code de l'établissement qui sera fourni. Une fois terminé, l'enquête entre immédiatement dans la base de données EuPEO.

Pour les rendus papier, l'enquête doit être remise à l'équipe nationale en main propres à une heure convenue (l'équipe nationale sera chargée de transférer et de valider les données papier dans la base de données centrale d'EuPEO via les liens en ligne).

1.1.3. Analyse des données

Dans le cadre du rapport national, toutes les données seront soumises à une analyse descriptive prenant en compte l'établissement et le comparant aux niveaux national et européen, sans mentionner les classes, les enseignants et les élèves.

Sur la base du rapport scolaire et des résultats des autres outils d'analyse EPQ et EuLAS), l'établissement peut surveiller et mettre en relation de manière exhaustive les différents aspects d'une EP(S) de qualité afin d'identifier les domaines où l'établissement est performant, ou au contraire ceux qu'il faudrait améliorer.

1.1.4. Retour d'information et rapport

Une fois l'enquête terminée, les établissements scolaires peuvent conserver une copie de leurs réponses afin d'obtenir un retour immédiat, soit: a) en cliquant sur «imprimer» à la fin de la version numérique pour obtenir une version pdf; b) en prenant en photo de leur sondage avant de le livrer à l'équipe nationale.

Les établissements scolaires sont encouragés à rendre publics leurs rapports, en soulignant en particulier leurs points forts et en engageant la communauté dans tout changement identifié par le questionnaire.

Lors de la publication des rapports globaux par l'équipe nationale et européenne, les établissements peuvent comparer les données relatives à leur pays, à d'autres pays européens et à l'Europe en général.

1.2. Questionnaire Européen à destination des Elèves (EPQ)

Le questionnaire Européen à destination des Elèves (EPQ) se présente sous la forme d'un questionnaire en ligne et anonyme, proposé dans la langue maternelle des élèves de la dernière année d'éducation obligatoire d'éducation, se focalise sur les dimensions du programme d'études. Cela inclut également l'outil EuLAS décrit dans la section 1.3

1.2.1. Echantillonnage

Après avoir reçu le contact de l'équipe nationale, à la suite d'un accord d'utilisation d'EuPEO TIM, l'établissement scolaire partenaire d'EuPEO confirmera les conditions disponibles pour répondre aux enquêtes en question (lien en ligne ou papier) - ESQ et EPQ.

L'établissement scolaire partenaire EuPEO recevra de l'équipe nationale les codes EuPEO correspondant afin d'établir une liste ordonnée de classes et d'enseignants d'éducation physique inscrits en dernière année d'enseignement obligatoire (ces codes permettront d'insérer enseignant et élève dans la base de données avec des informations externes, rendant impossible l'identification des enquêtés aux personnes extérieures à l'école).

L'équipe nationale n'a pas à connaître la correspondance entre les codes et les enseignants et les élèves. Cependant, l'équipe nationale est disponible pour fournir un soutien lors de la phase de configuration, selon les besoins et à la demande de l'école partenaire EuPEO.

Avec chaque liste de classe, attribuez les codes anonymisés aux élèves et aux enseignants (voir exemple ci-dessous).

Exemple de liste de classe. Uniquement lors de l'EPQ		
<i>Classes</i>	<i>Nom de l'enseignant</i>	<i>Nom de l'élève</i>
10D (1)	Richard (1)	Olivia (1)
		Brian (2)
		Ana (3)
10A (2)	Paula (2)	John (1)
		Carol (2)
10P (3)	Paula (2)	Patricia (1)
		Deniz (2)
		Deniz (2)

Les codes d'enseignant anonymisés se réfèrent à la classe enseignée et répondent à la règle suivante:

- Initiales de pays
- Code d'établissement
- Numéro de commande de classe dans la liste de classe de l'école
- Numéro de commande de l'enseignant dans la liste de classe de l'école

Les codes des élèves anonymisés (par exemple, Pt / S1 / C10-1 / T1 / P1) et répondent à la règle suivante:

- Initiales de pays
- Code scolaire (fourni par l'équipe nationale)
- Code de la classe
- Numéro d'ordre des élèves dans la liste des classes de l'école

Envoyez les listes ordonnées anonymisées à l'équipe nationale (voir exemple ci-dessous).

<i>Exemple de liste de classe anonymisée à envoyer à l'équipe nationale</i>	
<i>Code de classe</i>	<i>Code des élèves</i>
PTS1C1	PTS1C1P1
	PTS1C1P2
	PTS1C1P3
PTS1C2	PTS1C2P1
	PTS1C2P2
PTS1C3	PTS1C3P1
	PTS1C3P2

1.2.2. Collecte des données

Le responsable de l'EP(S) des établissements scolaires partenaires d'EuPEO recevra de l'équipe nationale le lien vers l'enquête ou la version papier, comme convenu.

Pour l'application en ligne, il est préférable que les professeurs d'éducation physique (et sportive) réservent une session dédiée pour compléter les enquêtes sous leur supervision dans une salle informatique dédiée ou dans une salle de classe où les appareils mobiles (par exemple, les tablettes) peuvent être utilisés, qu'elles soient fournies par EuPEO ou par l'établissement scolaire partenaire.

Pour la candidature papier, il est uniquement accepté de compléter les sondages lors d'une session spécifique et de les remettre immédiatement à l'enseignant qui s'assure que tous les sondages sont collectés (dans la mesure autorisée par le tuteur légal et acceptée par l'élève).

Lorsque tous les élèves ont accès à l'enquête, ils ne peuvent commencer qu'après que l'enseignant leur a demandé de commencer. Avant cela, l'enseignant devrait insister sur le fait que cela ne fait pas partie de la note d'éducation physique (et sportive) de son école et que tous les éléments sont anonymisés dans les codes. L'école ne saura donc pas quelles réponses appartiennent à chaque élève comme personne d'autre ne le fera.

Lors de la réalisation de l'enquête, les élèves doivent avoir un accès immédiat à leur code car il est nécessaire pour que l'enquête soit valide (la version en ligne ne commence pas tant que le code n'est pas inséré).

Pour les situations où l'enseignant est présent, les élèves peuvent poser des questions s'ils ont des doutes.

Pour les applications en ligne, toutes les réponses vont directement à la base de données centrale EuPEO.

Pour les demandes sur papier, les sondages doivent être remis au responsable de l'EP concerné, qui est ensuite chargé de remettre tous les sondages à un moment convenu à l'équipe nationale en question (l'équipe nationale sera chargée de valider les données sur papier et de les transférer à la base de données centrale EuPEO via les liens en ligne).

1.2.3. Analyse des données

Dans le cadre du rapport national, toutes les données seront soumises à une analyse descriptive prenant en compte l'école aux niveaux national et européen, sans sélectionner les classes, les enseignants et les élèves.

Pour les élèves, une version compilée des réponses des élèves à l'EPQ sera fournie à l'école, sans sélection des élèves dans aucune classe.

Sur la base du rapport de l'établissement, y compris des résultats des autres outils, l'établissement pourra évaluer la qualité de son Education Physique (et Sportive), et établir des liens entre l'offre en EP(S) et la perception des élèves quant à la perception de leurs résultats d'apprentissage, afin d'identifier les domaines satisfaisants et les domaines à améliorer.

1.2.4. Feedback et rapport

Une fois l'enquête terminée, les élèves peuvent conserver une copie de leurs réponses pour un retour immédiat, comme suit: a) cliquer sur «imprimer» à la fin de la version numérique pour recevoir une version pdf; b) prendre une photo de leur enquête avant de la remettre à l'enseignant.

Les écoles sont encouragées à rendre publics leurs rapports, en soulignant en particulier les domaines les plus satisfaisants et en engageant la communauté dans tout changement potentiellement identifié par l'enquête.

Lors de la publication des rapports globaux par l'équipe nationale et européenne, les établissements peuvent également comparer leurs données relatives à leur pays, à d'autres pays européens et à l'Europe en général.

1.3. Le système Européen d'évaluation des apprentissages (EuLAS) – Enseignant et élèves

Le système européen d'évaluation des apprentissages - Enseignant (EuLAS-T), se présente sous la forme d'un questionnaire en ligne anonyme et présenté dans la langue maternelle, auquel les professeurs d'éducation physique (et sportive) des classes de la dernière année d'école obligatoire doivent répondre. Il s'articule autour de trois dimensions d'apprentissage dans deux domaines communs du programme d'éducation physique: (1) la condition physique liée à la santé et (2) les activités physiques en tant que plate-forme de l'apprentissage des élèves en fonction de critères préétablis.

Le système européen d'évaluation des apprentissages - Élève (EuLAS-P), se présente sous la forme d'un questionnaire en ligne intégré au questionnaire européen sur l'élève, anonyme et présenté dans la langue maternelle, auquel les élèves respectifs de la dernière année d'enseignement obligatoire ont répondu. Cela met l'accent sur une dimension de l'apprentissage obtenue dans un domaine commun du programme d'éducation physique (et sportive) (perceptions de la compétence physique) en tant que plate-forme pour enregistrer la perception de soi de l'apprentissage.

1.3.1. EuLAS version enseignant

Dans le système d'évaluation des apprentissages européen – version enseignante, l'enseignant d'éducation physique (et sportive) de la classe fournit une évaluation sommative de chaque élève pour chacun des 2 éléments du programme d'enseignement suivants: 1) activités physiques (jeux collectifs, gymnastique, athlétisme); et 2) la condition physique liée à la santé (endurance aérobie, endurance musculaire). À cette fin, l'enseignant utilisera le code attribué par l'école pour accéder à la plate-forme numérique ou complétera la version papier fournie par l'équipe nationale, par l'intermédiaire du chef d'établissement de l'école concerné.

Pour les demandes sur papier, les sondages doivent être remis au responsable de l'EPS concerné, qui est ensuite chargé de remettre tous les sondages à un moment convenu à l'équipe nationale en question (l'équipe nationale sera chargée de transférer et de valider les données sur papier vers la base de donnée centrale d'EuPEO en ligne).

Les enseignants sont encouragés à retarder autant que possible la saisie afin de s'assurer que toutes les données pertinentes ont été collectées. Les enseignants sont également encouragés à inclure ce protocole d'évaluation dans leur planification générale dans une perspective formative avec les élèves, car il suit des preuves empiriques robustes et actualisées des meilleures pratiques et des contenus de programme pertinents en Europe.

Une fois l'insertion des données terminée, les enseignants seront en mesure de conserver un retour immédiat de la manière suivante: a) en cliquant sur «imprimer» à la fin de la version numérique pour recevoir une version pdf; b) prendre une photo de leur enquête avant de la livrer au chef de l'éducation physique.

Le processus pour chacune des composantes du programme est décrit ci-dessous.

1.3.1.1. Les activités physiques

Le domaine du programme d'activité physique est un domaine essentiel à travers l'Europe. Après une analyse initiale, il a été constaté que, parmi les pays européens, trois activités sont principalement enseignées à l'école et perçues comme telles par les élèves: les jeux collectifs (par exemple, le basketball, le football irlandais, le football, etc.); la gymnastique (p. Ex. Acrobatie, appareils); et l'athlétisme (par exemple, sauts, courses).

Cette partie du protocole EuLAS-Enseignant se concentre sur ces 3 activités et indique combien de descripteurs peuvent décrire de manière évidente le niveau de pratique de l'élève. Les descripteurs de niveau de pratique et les règles d'attribution pertinents sont indiqués dans le tableau ci-dessous.

Reconnaissant que chaque enseignant du pays et de l'Europe dispose d'une autonomie dans le cadre du programme national pour décider de l'évaluation, les descripteurs ont mis l'accent sur une performance authentique tenant compte de l'expression réelle de l'activité. Ainsi, même lorsque l'enseignant applique principalement une approche d'évaluation basée sur les compétences, il devrait être possible de considérer la performance de l'élève dans un scénario authentique.

Pour chaque activité, un objectif d'apprentissage respectif et une tâche d'évaluation représentative et authentique sont fournis et peuvent être utilisés par les enseignants. Il est à noter qu'il n'est pas nécessaire de soumettre les élèves à ces tâches pour compléter le questionnaire.

Grille d'évaluation européenne commune pour les activités physiques d'EuLAS-T

Catégorie	But d'apprentissage	Exemple d'une tâche authentique	Descripteurs de la performance	Niveaux
Jeux collectifs	L'élève est capable de jouer au jeu en s'appuyant tactiquement sur ses coéquipiers et en prenant en compte l'opposition durant les phases offensives et défensives, en utilisant des techniques appropriées et en se conformant aux règles et aux valeurs spécifiques à ce sport.	<ul style="list-style-type: none"> • Un jeu arbitré à effectif réduit, arbitré (par rapport au sport réel de référence comme le 3v3 en basketball, le volleyball 4v4, le football ou rugby 5v5) est joué entre deux équipes situées sur des terrains opposés. • Le jeu se déroule sans interruption pendant au moins 10 minutes et permet à l'élève de participer à des actions et à des rôles collectifs et individuels offensifs et défensifs. 	<ul style="list-style-type: none"> • Contribue efficacement aux actions collectives offensives en utilisant des techniques individuelles adéquates et opportunes. • Contribue efficacement aux actions collectives de défense en utilisant des techniques individuelles adéquates et opportunes. • Durant le jeu, montre clairement le respect des règles, des coéquipiers et de l'équipe adverse. 	<p>Combien de descripteurs sont atteints</p> <p>0 1 2 3</p>
Gymnastique	L'élève est capable de s'engager et de présenter à la classe une routine (collective ou individuelle) avec fluidité, maîtrise technique et équilibre gymnique, dans	<ul style="list-style-type: none"> • Une routine (collective ou individuelle) comportant au moins 5 éléments appartenant à au moins 3 catégories techniques différentes (roulades, sauts, souplesse, par exemple) est réalisée par l'élève. • La routine s'intègre dans un ensemble de présentations de routine par des élèves ou des groupes 	<ul style="list-style-type: none"> • Connecte les différents éléments techniques avec des éléments de transition, favorisant la fluidité du mouvement. • Démonstre un équilibre de gymnaste pendant les éléments et tout au long de la routine. 	<p>Combien de descripteurs sont atteints</p> <p>0 1 2 3</p>

	le respect des règles et des valeurs propres à ce sport.	d'élèves, effectuées devant la classe et l'enseignant.	<ul style="list-style-type: none"> ● Durant la présentation, montre clairement le soutien à ses coéquipiers et le respect des autres équipes. 	
Activités athlétiques	L'élève est capable de participer à un événement sportif similaire à celui d'une compétition, d'appliquer efficacement et en toute sécurité les techniques appropriées et de respecter les règles et les valeurs propres à ce sport.	<ul style="list-style-type: none"> ● Une épreuve d'athlétisme de type compétition (par exemple, une course de sprint 1v1) est organisée par l'élève individuellement ou en équipe. ● L'événement offre à l'élève les «meilleurs résultats sur 3». 	<ul style="list-style-type: none"> ● Effectue la ou les technique (s) pertinente (s) avec efficacité et sécurité. ● Effectue les techniques pertinentes pour obtenir le meilleur résultat possible. ● Durant la présentation, montre clairement le soutien à ses coéquipiers et le respect des autres équipes. 	<p>Combien de descripteurs sont atteints</p> <p>0 1 2 3</p>

1.3.1.2. Etat de forme en lien avec la santé

Le domaine du programme d'études relatif à la santé est un domaine clé en Europe, axé principalement sur le produit (p. Ex. Le nombre de répétitions, l'amplitude des mouvements). Après une première analyse, il a été constaté que, parmi les pays européens, l'endurance aérobie et l'endurance musculaire sont les plus enseignées à l'école et perçues comme telles par les élèves. Ces activités sont évaluées avec plusieurs tests dans les contextes national et européen. L'option retenue pour cette partie du protocole était de se concentrer sur les tests les plus courants et les plus applicables, qui ont également fourni les preuves empiriques plus robustes de l'impact protecteur sur la santé.

Cette partie du protocole EuLAS-Enseignant se concentre sur ces activités d'endurance aérobie et musculaires et est évalué sur la base des résultats correspondants aux différentes tests (palier atteint, durée, distance...). Des tables de conversion en zones de remise en forme saine seront fournies et ré- exploitées ultérieurement pour les rapports.

Pour entrer le niveau, l'enseignant décide quelle est la zone saine en fonction du test utilisé, puis reporte pour chaque élève sa zone, après avoir choisi le test approprié pour chaque domaine de l'état de forme en lien avec la santé.

Pour l'endurance aérobie, l'enseignant choisira la course de navette de 20 m ou la course de mile, selon les protocoles décrits ci-dessous.

Pour l'endurance musculaire, un seul test consiste en un saut en longueur sans élan.

Test d'endurance aérobie 1 - Test de la course de navette de 20 mètres (de Luc Léter ou PACER)

But du test

Pour estimer la vitesse maximale aérobie et la puissance maximale aérobie (VO₂ max - également appelée absorption maximale / maximale de l'oxygène), qui est la dimension fonctionnelle la plus importante de la condition physique liée à la santé.

Équipement requis:

- au moins 22 mètres de long, surface propre, plane et non glissante
- un lecteur audio numérique avec haut-parleur (lecteur CD, ordinateur portable, par exemple) adapté à la lecture d'un fichier son
- le fichier audio (sur CD, clé USB ou autre périphérique)
- cônes
- feuilles d'enregistrement de données
- vêtements et chaussures confortables

Configuration du test:

Aménagez des pistes de 20 mètres de long, d'environ 100 à 150 cm de large, séparées par des cônes et préparez le lecteur audio approprié.

Mise en œuvre du test:

Préparation : L'enseignant définit les groupes d'élèves (au maximum 16 élèves effectuant le test en même temps, leurs paires à la fin de la ligne de départ prêtes à compter et à enregistrer le nombre de navettes) et organise la séquence de groupes pour le test. L'enseignant indique l'objectif du test et la raison pour laquelle cette mesure est importante du point de vue de la santé, en demandant aux élèves un maximum d'efforts et d'implication pour réaliser les parcours nécessaires dans la zone de santé respective par rapport au sexe et à l'âge. Les élèves doivent être encouragés à réaliser leurs meilleures performances, compte tenu du nombre minimum de tours requis pour une bonne condition physique. L'enseignant explique ensuite la mise en œuvre du test comme décrit ci-dessous, en enregistrant le nombre de passages pour chaque élève.

Mise en œuvre: Au début du test, l'enseignant démarre l'enregistrement audio. Le temps entre les passages diminue de minute en minute; par conséquent, la vitesse nécessaire pour effectuer un tour particulier augmente à la vitesse de 0,5 km / h. La tâche de l'élève consiste à effectuer le test en courant continu pour obtenir les meilleures

performances possibles, en tenant compte du nombre de tours minimum requis pour une bonne condition physique. L'élève doit compléter l'aller-retour de 20 mètres avant le bip pour toucher la ligne avec le pied à la fin de la piste. Le prochain aller-retour ne peut être démarré qu'après le bip. Si l'élève n'atteint pas la ligne de fond pour la première fois, il peut reprendre le test immédiatement après être retourné au départ, jusqu'à ce qu'il manque la ligne de fond pour la deuxième fois. Le test s'arrête au deuxième échec et le dernier cycle terminé est comptabilisé sur la feuille d'enregistrement. Le nombre de passages est ensuite comparé au critère de la zone saine et l'élève est informé du nombre de passages et du placement dans la zone saine.

Erreurs typiques lors du test:

- l'exécution ne suit pas le rythme du fichier audio, il est trop lent ou trop rapide;
- les élèves font demi-tour sans franchir la ligne d'arrivée;
- les élèves commencent la course avant le bip.

Test d'endurance aérobie 2 - 1 course de 1 mile (alternative au premier test)

But de l'essai sur le terrain:

Estimer la puissance maximale aérobie (VO₂ max - également appelée absorption maximale d'oxygène), qui est la dimension fonctionnelle la plus importante de la condition physique liée à la santé. Ce peut être une évaluation alternative au PACER pour les élèves qui aiment courir et qui sont très motivés.

Équipement requis:

- Surface dure (piste intérieure ou extérieure, longue, propre et non glissante, longue de 1 599 mètres). Cette piste peut être une piste ou toute autre zone mesurée.
- cônes
- fiches techniques
- chronomètre
- vêtements et chaussures confortables

Les préparatifs:

Aménager une piste de 1609 mètres de long, environ 100-150 cm de large (par exemple: sur une piste de 400 mètres 4 tours plus 9 mètres).

Des mesures:

Au début du test, les élèves s'alignent sur la ligne de départ. Dès que l'instruction a été donnée, tous les élèves commencent à courir sur la piste désignée. Les élèves ont pour tâche de parcourir la distance dans les meilleurs délais. Beaucoup d'élèves commencent trop vite et se fatiguent, il est donc important de leur rappeler d'utiliser une stimulation appropriée pour obtenir une évaluation précise.

Erreurs typiques lors du test:

- l'élève arrête de procéder avant la fin du test,
- l'élève quitte la piste qui lui est attribuée.

Importance de l'endurance aérobie (cardiorespiratoire) pour la santé

Des études ont montré qu'un niveau adéquat de capacité aérobie réduit le risque d'hypertension artérielle (Blair et al, 1996), d'obésité (de Lannoy et Ross, 2019), de diabète (Church et al, 2004), de syndrome métabolique (Eisenmann, 2007) et d'autres facteurs de risque de maladies cardiovasculaires (Ortega et al, 2008) et de problèmes de santé (Barnes et al, 2003), son rôle dans la surveillance de la condition physique des jeunes et de leur santé est donc de la plus haute importance. Blair et ses collaborateurs (1995) ont indiqué que la mauvaise condition physique était un important précurseur de la mortalité (Blair et al, 1995). Toutefois, il a été démontré qu'elle est tout aussi importante pendant l'enfance et l'adolescence (Welk et al, 2011) et l'âge adulte (Malina, 1996). Plusieurs études ont mis en évidence l'importance d'un niveau adéquat de condition physique aérobie à l'âge adulte (Blair et al, 1995). Toutefois, il a été démontré que l'endurance aérobie est tout aussi importante pendant l'enfance et l'adolescence (Welk et al, 2011) car il est lié au niveau d'endurance aérobie à l'âge adulte (Malina, 1996).

Dans une récente revue systématique de littérature, Lang et ses collaborateurs (2018) ont constaté que la performance au test navette 20m était positivement associée aux indicateurs d'adiposité et à certains indicateurs de santé cardiométabolique, cognitive et psychosociale chez les garçons et les filles. La relation entre la capacité aérobie estimée à partir du test navette de 20 m et les résultats obtenus lors des tests de laboratoire est forte (par exemple, Laurson et al, 2015), ce qui fait du test navette 20m un test valide et fiable (Cooper et al, 1984; Plowman et al, 1999). Les normes relatives à la santé utilisées dans plusieurs pays (par exemple, les États-Unis, le Portugal, la Hongrie, la Serbie et la Slovaquie) ont été validées dans un échantillon européen représentatif au niveau national (jeunes hongrois d'âge scolaire) (Csányi et al, 2015; Saint-Maurice et al., 2015). Tomkinson et al. (2017) ont montré que le test navette 20m est une mesure acceptable, réalisable et évolutive de la forme cardio-respiratoire et de la capacité fonctionnelle / d'exercice, et qu'il possède une validité de critère modérée et une fiabilité élevée à très élevée. Le test lui-même est utilisé par de nombreux pays d'Europe et du monde (Tomkinson et al. 2017).

La fiabilité des tests de parcours (course de 1 mile) chez les jeunes a été résumée par Safrit (1990). En général, elle est modérée à élevée (Trinh, 2019). Une faible fiabilité des tests due à l'influence de variables comportementales (et d'autres facteurs psychologiques) peut limiter la validité de la course d'un kilomètre en tant que test sur le terrain de VO2max chez les jeunes enfants âgés de moins de 9 ans (Plowman et Meredith, 2013). Les coefficients de validité se situent entre 0.60 et 0.80 (avec une exception) pour les études sur des jeunes impliquant des courses de 1 à 1,5 miles ou 9 à 12 minutes et sur lesquelles VO2 max a été mesuré (Plowman et Meredith, 2013).

Test de force musculaire - test de saut en longueur debout

But du test sur le terrain:

Estimer la force explosive des membres inférieurs comme facteur prédictif de la santé cardio-métabolique.

Équipements requis:

- surface propre, non glissante, dure et plate (sans pente)
- ruban à mesurer pour gérer les résultats
- une craie ou du ruban adhésif pour marquer la ligne de départ
- règle ou multimètre pour effectuer la mesure
- fiches de prise de note
- vêtements et chaussures confortables

Mise en place de l'épreuve:

Définissez une ligne de saut horizontale sur une surface plane et antidérapante et préparez un ruban à mesurer pour la mesure.

Test:

Préparation. L'enseignant définit l'ordre de passage des élèves et les range les uns derrière les autres, derrière la ligne de saut. L'enseignant indique l'objectif du test et la raison pour laquelle cette mesure est importante du point de vue de la santé, et demande aux élèves de s'engager au maximum de leurs possibilités pour sauter aussi loin que possible. Il explique que le meilleur des 3 essais sera retenu. L'enseignant explique ensuite la mise en œuvre du test comme décrit ci-dessous, en prenant en charge la mesure des sauts de chaque élève.

Stade du saut	Indications principales pour une exécution correcte
<i>Position de départ</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Les élèves se tiennent derrière la ligne de départ, les pieds écartés de largeur d'épaule ; • le bout des chaussures ne touche pas la ligne; • les genoux légèrement pliés; • Les bras devant le corps. S'ils sont au-dessus de la tête, ils sont légèrement fléchis.
<i>Prise d'élan avant et pendant le saut</i>	<ul style="list-style-type: none"> • l'élève fléchit progressivement les genoux et les hanches, balance les bras derrière le dos (abaissement du centre de gravité, étirement préalable des muscles) • puis, balançant les bras vers l'avant pour créer un moment de force, et les arrêtant à hauteur de la tête, l'élève saute pour atteindre la plus grande distance horizontale possible.
<i>Durant la phase de saut:</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Se tire vers le haut et projette ses jambes devant lui pour préparer l'atterrissage
<i>Atterrissage:</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Touche le sol avec ses deux pieds, et déroule le pied du talon aux doigts de pieds, avec les genoux pliés • L'élève arrive en position de squat, sans chuter vers l'arrière.

Erreurs typiques lors du test:

- avant le saut, l'une des jambes s'avance dans la direction du saut,
- les genoux sont peu ou pas fléchis avant le saut ,
- pas de balancement des bras, ou ce n'est pas le balancement des bras qui déclenche le saut,
- l'atterrissage se fait pied à plat,
- l'élève tombe sur les fesses ou fait un pas en arrière.

Importance de l'endurance musculaire liée à la santé

Des études ont montré que la force des muscles du haut et du bas du corps était considérée comme un important marqueur de la santé cardiométabolique chez les enfants et les adolescents (Castro-Piñero et al, 2019; Ruiz et al, 2009). Castro-Piñero et ses collègues (2019) ont également constaté que les résultats du test de saut en hauteur debout pouvaient être utilisés pour détecter le syndrome métabolique et le risque cardio métabolique élevé chez les jeunes. D'autres études ont montré la relation entre la performance de saut en longueur debout de l'enfance et la masse osseuse de l'adulte (Foley et al., 2008). Ceci suggère que le pouvoir musculaire est un déterminant important de la masse osseuse

Le test de saut en longueur en position debout montre une forte corrélation ($r = 0,70; 0,91$) avec d'autres tests de terrain mesurant la force des membres inférieurs (Castro-Piñero et al, 2010; Millikinen et al, 2008). Plusieurs études

ont rapporté sur la fiabilité du test (España-Romero et al, 2010). Les normes utilisées dans la population d'âge scolaire hongrois ont été établies dans le cadre d'une étude représentative à l'échelle nationale (Saint-Maurice et al, 2015b).

1.3.2. EuLAS version élève

Dans le Système européen d'évaluation des apprentissages - Version élève, l'élève fournit un rapport sur la compétence physique perçue. À cette fin, l'élève utilisera le code attribué par l'école pour accéder à la plate-forme numérique du questionnaire EPQ ou complétera la version imprimée fournie par l'équipe nationale, par l'intermédiaire du chef d'établissement de l'école concerné.

Pour les applications papier, les sondages doivent être remis à l'enseignant respectif, qui les remet ensuite au responsable de l'éducation physique. Le responsable de l'éducation physique est ensuite chargé de transmettre toutes les enquêtes à la date convenue à l'équipe nationale (l'équipe nationale sera chargée de transférer et de valider les données papier dans la base de données centrale d'EuPEO via les liens en ligne).

Les enseignants sont encouragés à retarder autant que possible la saisie afin de s'assurer que toutes les données pertinentes ont été collectées. Les enseignants sont également encouragés à inclure ce protocole d'évaluation dans leur planification générale dans une perspective formative avec les élèves, car il suit des preuves empiriques robustes et actualisées des meilleures pratiques et des contenus de programme pertinents en Europe.

Une fois l'insertion des données terminée, les élèves seront en mesure de conserver un retour immédiat en procédant comme suit: a) en cliquant sur «imprimer» à la fin de la version numérique pour recevoir une version pdf; b) prendre une photo de leur sondage avant de le remettre à leurs enseignants.

1.3.2.1. Perception de soi par les élèves - Questionnaire de description physique

Le questionnaire sur la perception de soi physique a été élaboré et validé par Lohbeck, Tietjens et Bund (2016, 2017) en tant qu'outil en 22 points pour mesurer la conception de soi de la compétence physique par l'élève à de multiples dimensions, à savoir:

1. force
2. Endurance
3. vitesse
4. Flexibilité
5. Coordination
6. Apparence physique

7. Compétence sportive globale

Pour chacun des 22 énoncés, l'élève choisira le niveau d'accord (de «faux» à «vrai») sur l'échelle à 4 points fournie.

L'élève complétera cette enquête en tant que mesure globale validée de la perception de soi de l'apprentissage et des attitudes positives à l'égard de l'image corporelle et de la compétence physique, en relation avec une compétence physique évaluée objectivement (par exemple, Carraro, Scarpa et Ventura, 2010), qui est elle-même associée à l'activité physique (par exemple, Belanger et al, 2018).

2. Annexes