

EVALUATION des APTITUDES PHYSIQUES en 6^{ème}

- **LES TESTS D'APTITUDES PHYSIQUES, RS 2025**
 - **QUELQUES DONNÉES**
 - **LA COMMUNICATION AUTOUR DE CES TESTS ET RESULTATS**
 - **L'EXPLOITATION ET LES PROLONGEMENTS EN EPS**
 - **AU DELA DE L'EPS**
-



Comment ce diagnostic de certaines aptitudes physiques peut-il s'intégrer à la réflexion globale **sur les apprentissages** et la santé des élèves, en EPS et au-delà.



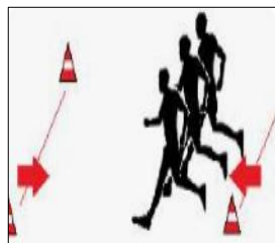
Pour aller plus loin :
Conférences du Pr CARRE, PU Cardiologie vasculaire, Rennes
+ lien formations EPS santé :

CONTEXTE

ÉVALUATION NATIONALE

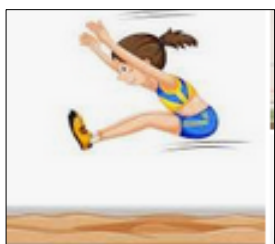
APTITUDES PHYSIQUES

6^e



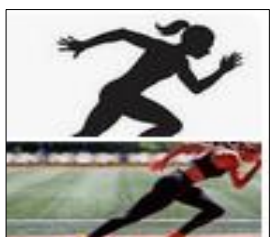
Endurance

- Test de capacité cardio respiratoire
- Test Luc Léger (VMA) commence à 8 km/h puis la vitesse augmente de 0,5 km/h à chaque palier



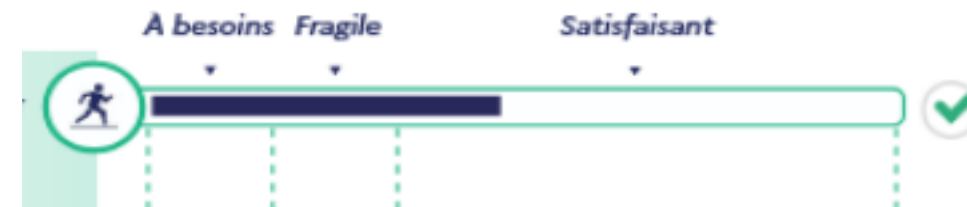
Force musculaire

- Saut en longueur sans élan
- Sauter le plus loin possible à pieds joints, sans élan et s'immobiliser à la réception



Vitesse

- Courir le plus rapidement possible sur 30m plat, départ arrêté.



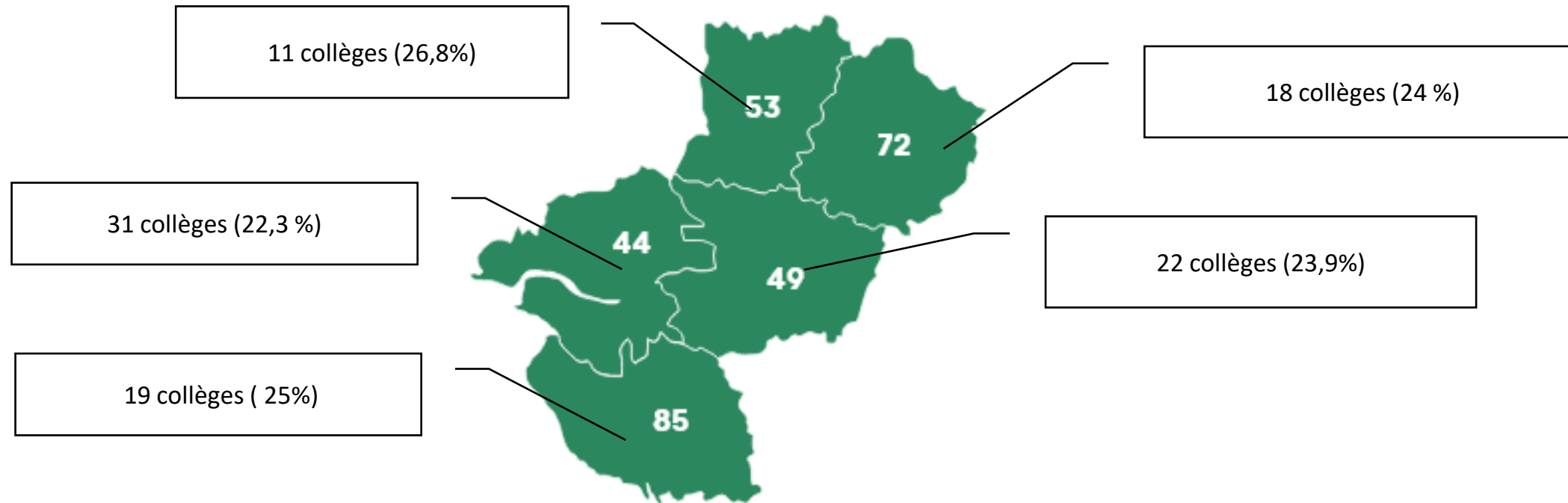
- sur la base du volontariat et la classe de 6^{ème} à la rentrée 2025 **et dans le cadre** d'une stratégie nationale progressive (tests expérimentés en 2de GT et pro cette année)
- Un diagnostic, et un processus standardisé. De quels indicateurs s'emparer, quelle analyse de ces indicateurs ? (De l'individuel au collectif)
- Des tests passés en EPS, par les enseignants d'EPS, sans se substituer aux enjeux et finalités de la discipline



- Une note d'accompagnement IPR transmise le 12.09.25 à tous les enseignants
- Site Eduscol : <https://eduscol.education.fr/4238/evaluation-des-aptitudes-physiques-des-eleves-de-6e>

Quelques données et indicateurs

Académie de Nantes



- **Enquête académique novembre 2025** : fondée sur le déclaratif des établissements
- 101 collèges engagés (**23,9%**), dont 94 sur l'ensemble des classes de 6ème

Attention ! décembre 2025: Le niveau national a identifié un taux de passation évolué de 31,8 % des établissements pour l'académie avec 24,8 % des élèves engagés

Synthèse enquête DEPP, rentrée 2024 (4100 élèves)

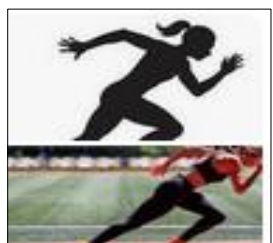
Résultats aux tests



- 22 % à besoins
- 34 % fragiles
- 43 % satisfaisants



- 14 % à besoins
- 39 % fragiles
- 47 % satisfaisants



- 10 % à besoins
- 30 % fragiles
- 60 % satisfaisants



➡ Permet de situer sa population scolaire par rapport à une enquête nationale

Où en sommes nous dans notre établissement ?

Des besoins

- Des **élèves « à besoins »** dans les 3 épreuves : 3% (19 % de « satisfaisants dans les 3 épreuves)
- Une **variabilité** importante des résultats entre tests et entre élèves
- Les **résultats en « endurance »** ou capacité cardio respiratoire : Le test obtient les moins bons résultats et se révèle le plus discriminant pour les filles dans la catégorie « à besoins » (13 pts d'écart / aux garçons)

Des écarts

- **Filles / garçons** : 3 fois plus de garçons positionnés dans groupe satisfaisants dans les 3 tests. 2 fois plus de filles dans le groupe à besoins dans les 3 tests
- **Socialement marqués** : Les élèves des milieux les moins favorisés ont de moins bons résultats. En endurance, 32% élèves issus milieux sociaux les moins favorisés appartiennent au groupe « à besoins » contre 13% des élèves issus de milieux les plus favorisés

Des corrélations

- **Entre résultats physiques et scolaires** : La part d'élèves à besoins décroît au fur et à mesure que le groupe de score aux évaluations nationales augmente.
- **Entre résultats aux tests et volume de pratique** : les effets sont bénéfiques pour les résultats aux tests, quelles soient les pratiques (entre amis, en association ou club (effets ++)).

Où en sommes nous dans notre établissement ?

Les aptitudes physiques évaluées des filles inférieures à celles des garçons (NI n°25.20)

	Seuils identiques pour les filles et les garçons		
Appréciation des aptitudes physiques globales des élèves	Filles	Garçons	Ensemble (%)
Dans le groupe « satisfaisant » aux trois tests	9,9 %	28,0 %	19,2 %
Dans le groupe « à besoins » à aucun des trois tests	60,8 %	77,1 %	69,1 %
Dans le groupe « à besoins » aux trois tests	4,8 %	2,8 %	3,8 %

Éclairage statistique : trois fois plus de garçons sont positionnés dans le groupe « satisfaisant » dans les trois tests ; presque deux fois plus de filles dans le groupe « à besoins » dans les trois tests.

Des résultats marqués socialement (NI n°25.20)

➤ 2 Répartition des groupes de maîtrise au sein des quintiles d'IPS des élèves à l'épreuve de force musculaire (en %)



Remarque : l'indice de position sociale (IPS) résume les conditions socio-économiques et culturelles des familles des élèves.

Éclairage statistique :

- En endurance, 32 % des moins favorisés contre 13 % des plus favorisés sont dans le groupe « à besoins ».
- En force musculaire, 37 % des moins favorisés contre 57 % des plus favorisés sont dans le groupe « satisfaisant ».
- En vitesse, 15 % des moins favorisés contre 5 % des plus favorisés sont dans le groupe « à besoins ».

La communication

Une échelle à 3 niveaux de performance

Ces tests positionnent
les élèves selon
trois niveaux de performance

A besoins

Fragile

Satisfaisant



Les 3 niveaux de performance

	Premier seuil	Deuxième seuil	Troisième seuil
Elèves	A besoins Besoin d'accompagnement dès le début de l'année	Fragile Aptitude ciblée à renforcer	Satisfaisant Prérequis permettant de poursuivre sereinement les apprentissages
Endurance	Paliers 0 et 1 (entre 8 à 9 km/h) Temps d'effort: 0 à 4 min	Paliers 2 et 3 (entre 9 à 10 km/h) Temps d'effort: 4 à 6 min	Palier 4 (plus de 10 km/h) Temps d'effort: + de 10 min
Force musculaire	Inférieure ou égale à 110 cm ou moins	Entre 110 cm et 140 cm	Supérieure à 140 cm
Vitesse	Supérieur ou égal à 6,8s (- de 15,9 km/h)	Entre 6s et 6,8s	Inférieur à 6s (+ de 18 km/h)

Les restitutions



Individuelles

Collectives

Par groupe de maîtrise

Par performances de chaque élève dans l'aptitude évaluée

ÉVALUATION NATIONALE APTITUDES PHYSIQUES 6^e



0134061U0

Année scolaire 2025 - 2026

prénom00 nom00

En début d'année de sixième, vous avez passé une évaluation de vos aptitudes physiques. Cette fiche vous permet de prendre connaissance de votre résultat personnel.



Évaluation passée par les élèves de 6^e



Durée de l'évaluation : 2 heures



Trois aptitudes

Endurance

Test Luc Léger



A besoins

Fragile

Satisfaisant

✓

Courir le plus longtemps possible à une vitesse imposée qui augmente progressivement.

Force musculaire

Saut en longueur sans élan



~

Sauter le plus loin possible à pieds joints.

Vitesse

Course de vitesse 30 mètres plat



✓

Courir le plus rapidement possible.

Les objectifs de l'évaluation



Pour l'élève

Prendre conscience de son niveau de ses aptitudes physiques pour s'améliorer.



Pour les parents

Prendre conscience de son enfant à travers les compétences acquises et les points à travailler.



Pour l'enseignant

Connaître le positionnement de son élève en début d'année et échanger avec les parents.



Pour le collège

Connaître le positionnement des nouveaux élèves arrivant dans l'établissement.



Pour l'évaluation nationale

Disposer d'une vision globale du niveau des élèves de sixième.

Découvrez le descriptif complet des évaluations nationales sur www.education.gouv.fr

www.education.gouv.fr

Classe	Prénom élève	Nom élève	Test d'endurance Test Luc Léger	Test de force musculaire Saut en longueur sans élan	Test de vitesse Course de 30 mètres plat	Date
6A	Prénom 1	Nom 1	Fragile	Satisfaisant	Fragile	
6A	Prénom 2	Nom 2	Satisfaisant	Satisfaisant	Satisfaisant	
6A	Prénom 3	Nom 3	Fragile	Satisfaisant	Satisfaisant	
6A	Prénom 4	Nom 4	Absent	Absent	Absent	
6A	Prénom 5	Nom 5	Satisfaisant	Satisfaisant	Satisfaisant	
6A	Prénom 6	Nom 6	Satisfaisant	Satisfaisant	Fragile	
6A	Prénom 7	Nom 7	Satisfaisant	Satisfaisant	Satisfaisant	
6A	Prénom 8	Nom 8	Fragile	Fragile	Fragile	
6A	Prénom 9	Nom 9	Pas de restitution	Pas de restitution	Pas de restitution	
6A	Prénom 10	Nom 10	Fragile	Fragile	Satisfaisant	
6A	Prénom 11	Nom 11	Satisfaisant	Satisfaisant	Satisfaisant	
6A	Prénom 12	Nom 12	Fragile	Fragile	Fragile	
6A	Prénom 13	Nom 13	Satisfaisant	Satisfaisant	Satisfaisant	
6A	Prénom 14	Nom 14	Satisfaisant	Fragile	Satisfaisant	
6A	Prénom 15	Nom 15	Satisfaisant	À besoins	Fragile	
6A	Prénom 16	Nom 16	Non évalué	Non évalué	Non évalué	
6A	Prénom 17	Nom 17	Satisfaisant	Satisfaisant	Satisfaisant	
6A	Prénom 18	Nom 18	À besoins	Fragile	Satisfaisant	
6A	Prénom 19	Nom 19	À besoins	À besoins	À besoins	

Classe	Prénom élève	Nom élève	Test d'endurance Test Luc Léger Palier	Test de force musculaire Saut en longueur sans élan Distance (en cm)	Test de vitesse Course de 30 mètres plat Temps (en s)
6A	Prénom 1	Nom 1	2	155	6,44
6A	Prénom 2	Nom 2	7	150	5,62
6A	Prénom 3	Nom 3	2	160	5,9
6A	Prénom 4	Nom 4	Absent	Absent	Absent
6A	Prénom 5	Nom 5	8	200	5,72
6A	Prénom 6	Nom 6	4	150	6,69
6A	Prénom 7	Nom 7	8	200	5,47
6A	Prénom 8	Nom 8	2	130	6,37
6A	Prénom 9	Nom 9	Pas de restitution	Pas de restitution	Pas de restitution
6A	Prénom 10	Nom 10	2	140	5,91
6A	Prénom 11	Nom 11	8	175	5,41
6A	Prénom 12	Nom 12	3	139	6,47
6A	Prénom 13	Nom 13	4	170	5,75
6A	Prénom 14	Nom 14	5	130	5,44
6A	Prénom 15	Nom 15	5	110	6,47
6A	Prénom 16	Nom 16	Non évalué	Non évalué	Non évalué
6A	Prénom 17	Nom 17	5	176	5,65
6A	Prénom 18	Nom 18	1	120	5,75
6A	Prénom 19	Nom 19	1	89	8,16

Restitution individuelle



- ✓ Lire de façon positive les résultats pour soutenir et engager et soutenir la pratique physique
 - ✓ En s'appuyant sur la fiche individuelle
- ✓ En explicitant le positionnement de l'élève au sein du groupe de maîtrise
- ✓ En expliquant les conséquences et les moyens d'action à disposition dans le collège (EPS, association sportive, projets spécifiques, etc.) comme en dehors de l'établissement, ainsi que les effets bénéfiques de l'activité physique.

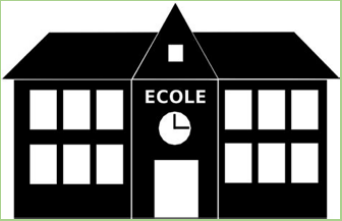


Restitution aux familles



- ✓ Un diagnostic objectif des besoins et des manques, point d'appui robustes pour communiquer avec les élèves et leurs familles afin d'améliorer la prise en compte de leur vie physique.
- ✓ Sensibiliser à l'activité physique et aux possibilités offertes au sein de l'établissement.
- ✓ Quels moyens: ENT, réunion parents/professeurs, temps de présentation collectif dans l'établissement...

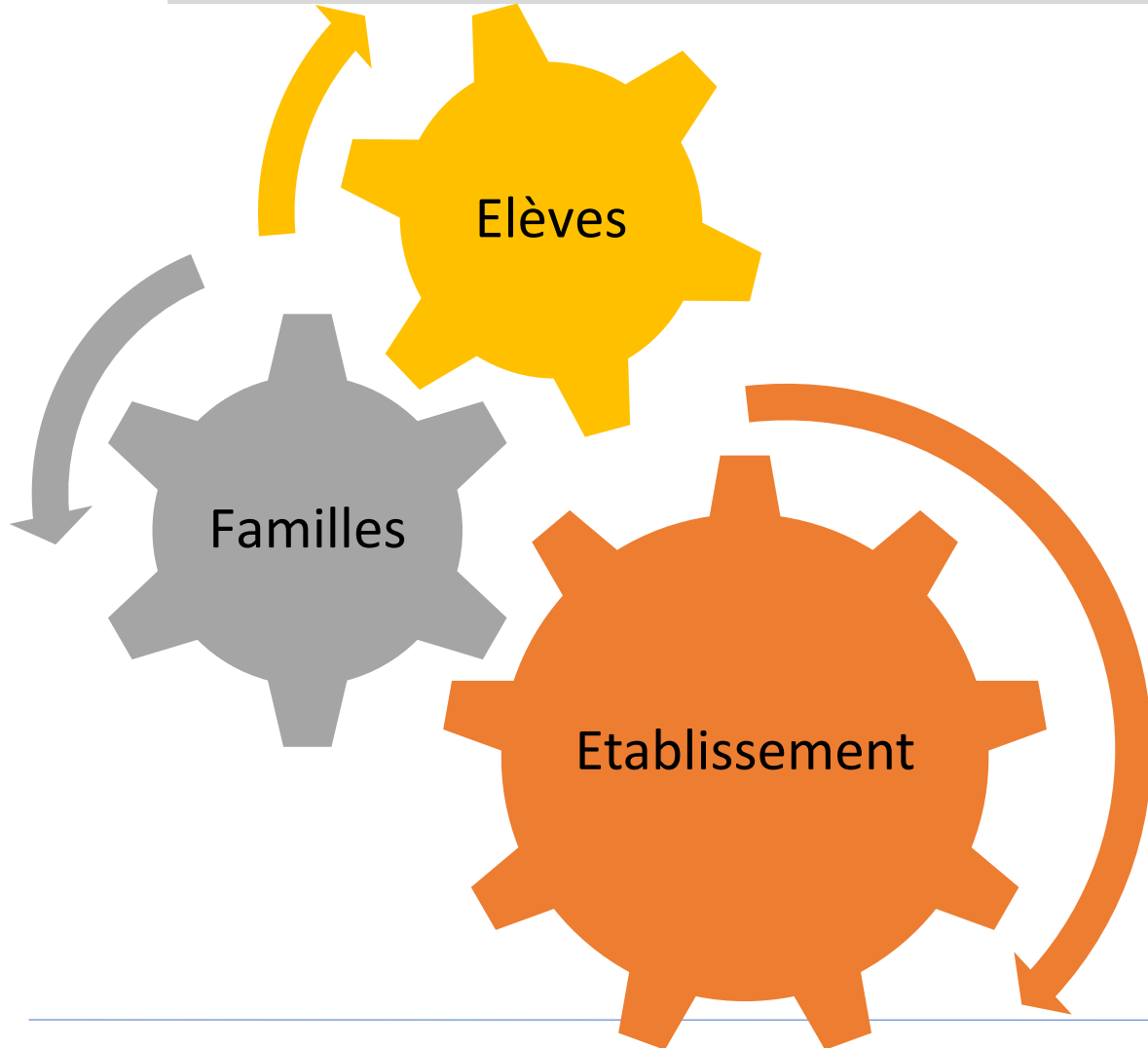
Restitution à l'établissement



- ✓ **Encourager les dynamiques collectives dans l'établissement :**
 - dynamiser et mobiliser les instances sur les sujets du bien-être, de la santé et de la condition physique au sein du Conseil d'éducation de la santé, de la citoyenneté et de l'environnement (CESCE), dans les conseils d'enseignement et dans les conseils pédagogiques.
 - Engager des **projets interdisciplinaires** autour du thème de l'activité physique en lien avec la santé, des classes à projet spécifique...
 - Ancrer la santé au sein du **projet d'établissement** comme un axe fort lié à la construction d'un mode de vie sain et actif de tous les collégiens auquel tous les personnels contribuent.
- ✓ **Mettre en œuvre des actions concrètes et innovantes:** classe active, penser les aménagements extérieurs...
- ✓ **Assurer une continuité éducative entre temps scolaires et extrascolaires:** partage des résultats avec les familles afin de mieux accompagner le jeune vers une pratique physique adaptée à l'école (AS...) et en dehors de l'école.



Inciter au mouvement: une dynamique collective



Augmenter le temps d'activité physique:

- ✓ Un enjeu de santé publique
- ✓ Une communication à plusieurs niveaux
- ✓ Une ambition à partager collectivement



ACADÉMIE
DE NANTES

*Liberté
Égalité
Fraternité*

ÉVALUATION NATIONALE

APTITUDES PHYSIQUES

6^e



L'exploitation et le prolongement en EPS



La discipline ne doit pas être pilotée par les tests mais ils sont à considérer.

Quelles opportunités à saisir pour vous en tant qu'enseignant d'EPS ?

Quelle exploitation
collective de ces
indicateurs de santé
physique ?

ETAPE 1 :

Identifier les
besoins des élèves
**pour cibler des
fils rouge**



ETAPE 2 :

Tirer- **développer les
fils** à différentes
échelles

CHOIX SEUL AVEC SA
CLASSE

-

PROJET DE CLASSE

CHOIX AU SEIN DE L'EQUIPE
EPS

-

PROJET d'EPS

Une opportunité pour....

...questionner
L'ÉCHAUFFEMENT

...interroger le **TEMPS**
de **PRATIQUE EFFECTIVE**
et son intensité

...questionner les
FORMES DE PRATIQUE
Proposées

A quelles conditions
l'échauffement est-il un lieu
de **développement des**
ressources et non
uniquement un temps de
mobilisation ?

Quelle plus-value apportée
par les contextes
d'apprentissage des élèves

A quelles conditions la forme
de pratique proposée prend
t-elle en compte les besoins
des élèves ?

- Nature des exercices proposés
- ex : Circuit training/tabata
- Différenciation, individualisation selon les besoins des élèves

- Exemples :
- Forme de pratique valorisant aussi la descente
- Réflexion sur la distance du parcours proposés en savoir-nager ou en sauvetage en lien avec les aptitudes d'endurance des élèves. : valoriser les enchaînements d'action
- Forme de pratique collective en demi- fond favorisant la durée de l'engagement des élèves sur une épreuve
- Cibler des aptitudes dans les séquences « *il est possible de mettre davantage l'accent sur la force du bas du corps (foulées bondissantes, pentabond, squat, fentes, course tractée), sur les qualités de vitesse (poursuite, course en pente, course en virage) ou sur l'endurance (courses fractionnées ou circuit training à intensité ciblée).* » Guide Eduscol



Un outil pour...

..préciser des choix
d'APSA

Et

..arbitrer des choix liés
à l'organisation au sein
de l'établissement

En fonction des besoins des élèves

Interroger la programmation des APSA à partir des
besoins et intentions

Sports co de petits terrains vs sports co de grand terrain
?

Natation de vitesse ou Natation longue ?

Demi-fond ou relais-vitesse ?

En fonction des besoins des élèves

Interroger l'organisation structurelle des heures d'EPS
à l'échelle hebdomadaire

Cours en quinzaine – cours d'une heure – cours
d'1h30...

SUIVI des indicateurs de santé physique

Est-ce qu'on complète les tests ?

> tests de souplesse, coordination...

Est-ce qu'on les refaits passés en cours d'année ?

> plateforme ouverte jusqu'en fin d'année

Est-ce qu'on les refaits à n+1 ? (Quelle fiabilité ?)

L'exploitation et le prolongement au-delà de l'EPS

**UNE OPPORTUNITÉ POUR ...
REPENSER LA PLACE DU CORPS DANS L'ÉTABLISSEMENT**



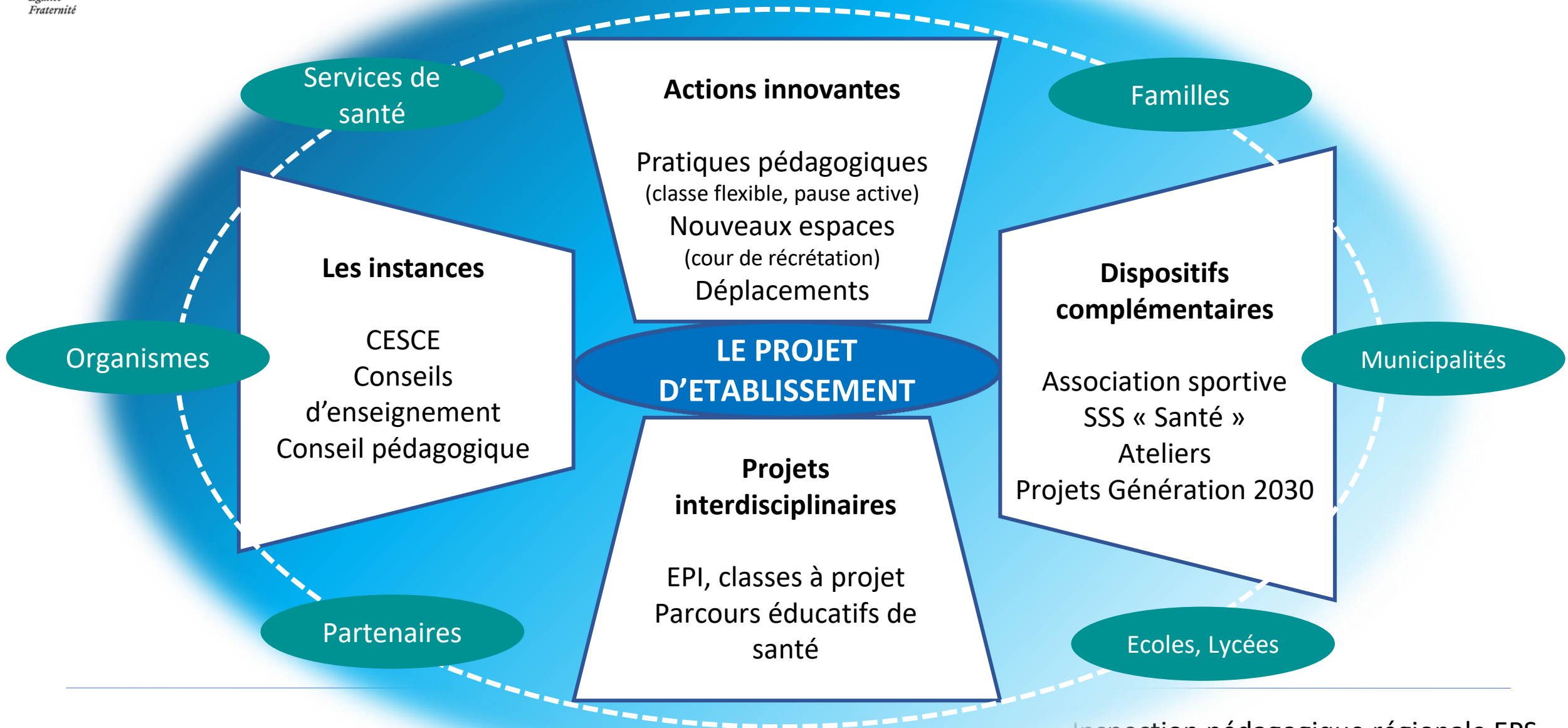
Bien être physique

Bien être mental

**LE PROJET
D'ÉTABLISSEMENT**

Bien être social

UNE OPPORTUNITÉ POUR ... REPENSER LA PLACE DU CORPS DANS L'ÉTABLISSEMENT



Les évaluations des AP en 6^{ème} :
une occasion pour **Orienter et étayer**



G30

Cahier des
charges
Sept 25

Circ sport-
éducation
23 juin 21

Circ Sport à
l'école
27 août 25

EPS 1D et 2D

Pratiques inclusives et accessibilité pour toutes et tous

Sport scolaire 1D et 2D (USEP-UNSS-UGSEL)

JNSS
Sept

Le parcours éducatif et sportif des jeunes

1 Degré

2 Degré

SUP

30'APQ

SOP
30 mars-
04 avril

JO
23
juin

JP
8 oct

Savoirs fondamentaux
sportifs :
=> SN
=> SRAV

SSS et DSE
circ 15 déc 23

LG: spé EPPCS

LGT: Option EPS
LP: voie pro secteur
sportif (UF2S,
MCAG2S, CSE2S)

Mouvement sportif (partenaires, clubs, associations etc)

ÉVALUATION NATIONALE

APTITUDES PHYSIQUES

6^e



Impacter positivement



L'éducation et la
jeunesse



L'inclusion et l'insertion



La santé, le bien-être et
le cadre de vie

www.sports.gouv.fr

Inspection pédagogique régionale EPS



Une occasion pour **orienter et accompagner** les élèves dans leur parcours éducatif et sportif.

Comment créer une culture de l'activité physique en établissement?

Dans la dimension **offre de formation** pour les élèves :

Pour les élèves « à besoin/fragiles », nous proposons...



Pour les élèves « satisfaisants », nous proposons...

Dans la dimension **parcours éducatif et projet** d'école/ d'établissement:

Pour les élèves « à besoin/fragiles », nous proposons...



Pour les élèves « satisfaisants », nous proposons...