



5E6 - EQUIPOD – TANDEM AVANT

Nom :

Prénom :

Date de passage du test :

Horaire :

Conditions dans lesquelles est passé le test :

Aide technique

Type d'aide technique :

Chaussures

Type de chaussures :

Question à poser avant le passage du test :

| | |
|--|-----------------|
| Sachant que 0 correspond à la situation où l'on ne tient pas debout et 10 à un équilibre parfait, dans la vie courante, quelle note entre 0 et 10 donneriez-vous à votre équilibre ? | Note : ... / 10 |
|--|-----------------|

Recueil des données et lecture des résultats* :

Entourez la cotation correspondante au niveau de réalisation, cochez les critères observés et indiquez leur nombre.

| Niveau de réalisation | Cotation | Critères observés |
|--|----------|---|
| La personne réalise l'exercice seule sans aide verbale ou physique. | 1 | <input type="radio"/> pose du pied hors tracé nombre : |
| La personne réalise seule l'exercice mais un guidage verbal est nécessaire (consigne répétée, conseils donnés par l'évaluateur). | 2 | <input type="radio"/> talons-pointes décalés nombre : |
| Une aide physique partielle de l'évaluateur est nécessaire pour que la personne réalise l'exercice. La présence d'une tierce personne n'est pas nécessaire pour tout l'exercice mais la personne a parfois besoin d'aide pour se rééquilibrer. | 3 | <input type="radio"/> autres observations (préciser) : |
| La personne est dans l'impossibilité de réaliser l'exercice ou sa réalisation nécessite l'aide totale de l'évaluateur. | 4 | |

NB : Si 3 talons décalés et/ou 3 pieds hors tracé ➔ cotation = 4.

Si 1 à 2 talons décalés et/ou pieds hors tracé ➔ cotation = 3.



*Pour interpréter les résultats et aller plus loin, consulter la page 282 du livre « Les fondamentaux du Sport Santé : 80 outils pour mieux évaluer et accompagner vos pratiquants », (FFEPGV), Edition Amphora 2014.