

en *forme*

au secondaire

NOUVEAU!

UN PROJET DU **RSEQ** | VIE SAINE

Objectifs

Évaluer et contribuer à l'amélioration de la condition physique des adolescents

Clientèle cible

Adolescents de 12 à 17 ans

Tests

- 1 Test RSEQ
- 2 Sprint 2 x 15 m
- 3 Flexion du tronc
- 4 Pompes
- 5 Redressements assis
- 6 Détente verticale
- 7 Course navette de 20 m



Contenu de la trousse

La trousse contient le matériel suivant :

- Affiche des normes et système de pointage
- Système de cellules photoélectriques (piles incluses)
- Valise de protection pour l'appareil
- CD pour le test course navette et le rythme imposé pour les redressements assis et les pompes
- 5 rubans à mesurer pour le test flexion du tronc
- Fiches descriptives sur les épreuves
- Tutoriels vidéo
- Codes d'accès pour la plateforme virtuelle d'entrée des résultats



Cette initiative est rendue possible grâce au soutien et à l'appui financier de