

Évaluation des aptitudes physiques des élèves de sixième

Descriptif détaillé du contenu de
l'évaluation

Septembre 2026

SOMMAIRE



➤ 1. Contexte de l'évaluation des aptitudes physiques	3
➤ 2. Nature et champ de l'évaluation	3
➤ 3. Vue d'ensemble de l'évaluation	4
➤ 4. Restitutions	4
4.1. Restitution des résultats de l'ensemble de l'évaluation au niveau individuel	5
4.2 Restitution des résultats de l'ensemble de l'évaluation au niveau de la classe.....	6
➤ 5. Test d'endurance	8
5.1. Caractéristiques du test	8
5.1.1. Objectif du test.....	8
5.1.2. Présentation du test	8
5.2. Seuils et descriptif des groupes de maîtrise	8
➤ 6. Test de force musculaire (saut en longueur).....	9
6.1. Caractéristiques du test	9
6.1.1. Objectif du test.....	9
6.1.2. Présentation du test	9
6.2. Seuils et descriptif des groupes de maîtrise	9
➤ 7. Test de vitesse	10
7.1. Caractéristiques du test	10
7.1.1. Objectif du test.....	10
7.1.2. Présentation du test	10
7.2. Seuils et descriptif des groupes de maîtrise	10
➤ 8. Annexe	11
8.1. Notice – Descriptif de l'évaluation et des groupes de maîtrise.....	11

Références des publications de la DEPP12

➤ 1. Contexte de l'évaluation des aptitudes physiques

En septembre 2026, la Direction de l'Évaluation, de la Prospective et de la Performance (DEPP) met à disposition des établissements un dispositif d'évaluation des aptitudes physiques des élèves entrant en classe de sixième.

Les établissements du secteur public et du secteur privé sous contrat pourront faire le choix d'utiliser ou non cette évaluation.

Dès la rentrée et jusqu'au 16 octobre 2026, chaque élève de sixième des établissements volontaires passe donc une évaluation des aptitudes physiques.

➤ 2. Nature et champ de l'évaluation

Dans l'objectif de répondre à l'une des Politiques Prioritaires du Gouvernement (PPG) qui fait suite aux 30 minutes d'Activité Physique Quotidienne (APQ) mises en place en 2022 (*Note de service du 27-7-2022 portant sur la généralisation des 30 minutes d'activité physique quotidienne (APQ) à l'école primaire*), la DEPP met en place un dispositif d'évaluation des aptitudes physiques des élèves entrant en sixième.

Les trois tests d'aptitudes physiques disponibles permettent d'évaluer l'endurance, la force musculaire et la vitesse des élèves.

Les outils de cette évaluation ont été conçus avec un groupe de concepteurs composé de professeurs d'EPS en lien avec un groupe mis en place par la DEPP rassemblant des experts membres de l'IGESR, de la DGESCO, de l'ONAPS, de l'INJEP et du CNRS.

Cette évaluation a été conçue dans le respect des règles de confidentialité et de protection des données informatiques qui s'appliquent à la statistique publique. Les remontées nationales sont totalement anonymes. Les publications ultérieures ne concerneront que les données agrégées.

En préalable aux passations, des outils à destination des enseignants ont été mis sur Éduscol avec notamment le contenu des tests, le guide de passation, ainsi qu'une vidéo explicative sur la passation des tests.

<https://eduscol.education.fr/4238/evaluation-des-aptitudes-physiques-des-eleves-de-6e>

➤ 3. Vue d'ensemble de l'évaluation

Passation de l'évaluation des aptitudes physiques 2 heures
Endurance Test Luc Léger
Force musculaire Saut en longueur
Vitesse 30 m plat

Les modalités de passation sont décrites dans le guide disponible sur la page Eduscol et sur l'Application de suivi des passations (ASP).

➤ 4. Restitutions

Les élèves sont positionnés dans un groupe de maîtrise pour chacune des aptitudes physiques : *endurance, force musculaire et vitesse*.

Les élèves du **groupe « à besoins »** sont considérés comme possédant un niveau de maîtrise insuffisant. Ils nécessitent un accompagnement sur l'aptitude ciblée dès le début d'année.

Les élèves du **groupe « fragile »** ont un niveau de maîtrise fragile. L'aptitude physique ciblée est donc à renforcer.

Les élèves du **groupe « satisfaisant »** sont considérés comme ayant une aptitude physique ciblée satisfaisante. Les prérequis des élèves de ce groupe leur permettent de poursuivre sereinement les apprentissages.

Si des élèves sont absents ou ne sont pas en mesure de réaliser un ou plusieurs tests, la mention signalant qu'il n'est pas possible de les évaluer apparaît pour les tests concernés.

4.1. Restitution des résultats de l'ensemble de l'évaluation au niveau individuel

Il s'agit d'un document pdf, essentiellement à destination de l'élève et de sa famille.



Année scolaire 2026 - 2027

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 tests

Endurance

Test Luc Léger



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.

À besoins Fragile Satisfaisant

Les objectifs de l'évaluation



Pour l'élève
Mieux connaître le niveau de ses aptitudes physiques pour s'améliorer.



Pour les parents
Pouvoir échanger avec leur enfant sur les compétences acquises et les points à travailler.



Pour l'enseignant
Compléter la connaissance du niveau des élèves en début d'année et échanger avec les parents.



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



Pour l'éducation nationale
Disposer d'une vision globale du niveau des élèves de sixième.



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



4.2 Restitution des résultats de l'ensemble de l'évaluation au niveau de la classe

Il s'agit d'un fichier tableur, essentiellement à destination des équipes pédagogiques afin de définir des groupes d'accompagnement personnalisé.

Un premier onglet, « Note de lecture sixième », présente, pour chaque aptitude physique évaluée, la correspondance entre la performance réalisée et le groupe de maîtrise auquel est rattaché chaque élève.

	A	B	C	D
1				
2	Test	À besoins	Fragile	Satisfaisant
3	Endurance (Luc Léger) Palier réalisé	Paliers 0 et 1	Paliers 2 et 3	Palier 4 ou plus
4	Force musculaire (saut en longueur) Distance sautée	Inférieure ou égale à 110 cm	Strictement supérieure à 110 cm et inférieure ou égale à 140 cm	Strictement supérieure à 140 cm
5	Vitesse (30 m plat) Temps de parcours des 30 m	Supérieur ou égal à 6,8 s	Supérieur ou égal à 6,0 s et strictement inférieur à 6,8 s	Strictement inférieur à 6,0 s
6				
7				
8	Notes			
9	L'intitulé "Absent" apparaît si l'élève n'est pas présent lors de la passation du test.			
10	L'intitulé "Pas de restitution" indique que les données n'ont pas été saisies dans le portail de saisie des aptitudes physiques.			
11	L'intitulé "Non évalué" apparaît si l'élève n'est pas en mesure de réaliser le test dédié.			
12	Ce fichier, contenant des données personnelles, est strictement réservé à l'usage du chef d'établissement et des membres de l'équipe enseignante directement concernés par le suivi de l'élève. Les destinataires de ces données s'engagent à respecter les principes de confidentialité, de sécurité et de finalité définis par le Règlement Général sur la Protection des Données (RGPD). L'utilisation, la diffusion ou la conservation non autorisées de ces informations exposent à des condamnations pénales.			
13				
14				

L'onglet suivant, « 26EVA6 », indique pour chaque aptitude physique évaluée le groupe de maîtrise auquel chaque élève est rattaché.

	A	B	C	D	E	F
	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
1						
2	6A	Prénom 1	Nom 1	Fragile	Satisfaisant	Fragile
3	6A	Prénom 2	Nom 2	Satisfaisant	Satisfaisant	Satisfaisant
4	6A	Prénom 3	Nom 3	Fragile	Satisfaisant	Satisfaisant
5	6A	Prénom 4	Nom 4	Absent	Absent	Absent
6	6A	Prénom 5	Nom 5	Satisfaisant	Satisfaisant	Satisfaisant
7	6A	Prénom 6	Nom 6	Satisfaisant	Satisfaisant	Fragile
8	6A	Prénom 7	Nom 7	Satisfaisant	Satisfaisant	Satisfaisant
9	6A	Prénom 8	Nom 8	Fragile	Fragile	Fragile
10	6A	Prénom 9	Nom 9	Pas de restitution	Pas de restitution	Pas de restitution
11	6A	Prénom 10	Nom 10	Fragile	Fragile	Satisfaisant
12	6A	Prénom 11	Nom 11	Satisfaisant	Satisfaisant	Satisfaisant
13	6A	Prénom 12	Nom 12	Fragile	Fragile	Fragile
14	6A	Prénom 13	Nom 13	Satisfaisant	Satisfaisant	Satisfaisant
15	6A	Prénom 14	Nom 14	Satisfaisant	Fragile	Satisfaisant
16	6A	Prénom 15	Nom 15	Satisfaisant	À besoins	Fragile
17	6A	Prénom 16	Nom 16	Non évalué	Non évalué	Non évalué
18	6A	Prénom 17	Nom 17	Satisfaisant	Satisfaisant	Satisfaisant
19	6A	Prénom 18	Nom 18	À besoins	Fragile	Satisfaisant
20	6A	Prénom 19	Nom 19	À besoins	À besoins	À besoins

Le troisième onglet, « 26EVA6_perf », indique pour chaque élève sa performance dans chaque aptitude physique évaluée.

	A	B	C	D	E	F
	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)
1						
2	6A	Prénom 1	Nom 1	2	155	6,44
3	6A	Prénom 2	Nom 2	7	150	5,62
4	6A	Prénom 3	Nom 3	2	160	5,9
5	6A	Prénom 4	Nom 4	Absent	Absent	Absent
6	6A	Prénom 5	Nom 5	8	200	5,72
7	6A	Prénom 6	Nom 6	4	150	6,69
8	6A	Prénom 7	Nom 7	8	200	5,47
9	6A	Prénom 8	Nom 8	2	130	6,37
10	6A	Prénom 9	Nom 9	Pas de restitution	Pas de restitution	Pas de restitution
11	6A	Prénom 10	Nom 10	2	140	5,91
12	6A	Prénom 11	Nom 11	8	175	5,41
13	6A	Prénom 12	Nom 12	3	139	6,47
14	6A	Prénom 13	Nom 13	4	170	5,75
15	6A	Prénom 14	Nom 14	5	130	5,44
16	6A	Prénom 15	Nom 15	5	110	6,47
17	6A	Prénom 16	Nom 16	Non évalué	Non évalué	Non évalué
18	6A	Prénom 17	Nom 17	5	176	5,65
19	6A	Prénom 18	Nom 18	1	120	5,75
20	6A	Prénom 19	Nom 19	1	89	8,16

➤ 5. Test d'endurance

5.1. Caractéristiques du test

5.1.1. Objectif du test

Évaluer la capacité cardio-respiratoire.

5.1.2. Présentation du test

Le test d'endurance Luc Léger a été créé en 1982, puis modifié en 1988 par une réduction des paliers de 2 minutes à 1 minute pour les élèves. Il s'agit d'un test progressif et maximal.

Graduellement, les élèves sont amenés à courir le plus longtemps possible entre deux lignes espacées d'une distance de 20 mètres, en suivant la vitesse imposée¹.

Les élèves doivent faire des allers-retours sur une distance de 20 mètres, avec une vitesse imposée augmentant par palier et en suivant le rythme des signaux sonores émis. Après une période d'échauffement de 2 minutes, incluse dans le test, celui-ci débute à 8,5 km/h, puis la vitesse est augmentée de 0,5 km/h toutes les minutes. Chaque élève s'arrête lorsqu'il n'est plus capable de suivre le rythme imposé. La durée du test est donc variable selon les élèves.

Le professeur d'EPS recueille le nombre de paliers réalisés par les élèves.

5.2. Seuils et descriptif des groupes de maîtrise

Descriptif des groupes de maîtrise	
Groupe « À besoins » Paliers 0 et 1 Un accompagnement sur l'aptitude physique d'endurance paraît nécessaire.	Les élèves de ce groupe ont réalisé le palier 0 ou le palier 1 au test d'endurance Luc Léger. Ils ont réussi à courir en allers-retours sur une durée comprise entre 0 et 4 minutes. À la fin de leur effort, leur vitesse de course est comprise entre 8 km/h et 9 km/h maximum.
Groupe « Fragile » Paliers 2 et 3 L'aptitude physique d'endurance est à renforcer.	Les élèves de ce groupe ont réalisé le palier 2 ou le palier 3 au test d'endurance Luc Léger. Ils ont réussi à courir en allers-retours sur une durée comprise entre 4 et 6 minutes. À la fin de leur effort, leur vitesse de course est comprise entre 9 km/h et 10 km/h maximum.
Groupe « Satisfaisant » Palier 4 ou plus L'aptitude physique d'endurance est satisfaisante. Les élèves de ce groupe peuvent poursuivre sereinement les apprentissages.	Les élèves de ce groupe ont réalisé le palier 4 ou plus au test d'endurance Luc Léger. Ils ont réussi à courir en allers-retours sur une durée supérieure à 6 minutes. À la fin de leur effort, leur vitesse de course est supérieure à 10 km/h.

¹ ONAPS, Fiche outils d'évaluation de condition physique enfants-adolescents, Évaluation de la capacité cardio-respiratoire, 2023.

➤ 6. Test de force musculaire (saut en longueur)

6.1. Caractéristiques du test

6.1.1. Objectif du test

Évaluer la force explosive des membres inférieurs.

6.1.2. Présentation du test

Le test de saut en longueur sans élan est un test validé scientifiquement, permettant d'évaluer avec fiabilité la force explosive des membres inférieurs et d'approcher la force globale des élèves.

L'objectif est de sauter le plus loin possible sans élan. Un apprentissage technique pourrait biaiser les résultats. Il est donc important de ne pas préparer cette épreuve.

Les élèves doivent sauter à pieds joints le plus loin possible sans élan en s'immobilisant à la réception. La mesure s'effectue entre la ligne de départ et l'arrière du pied le plus proche de celle-ci.

Le professeur d'EPS recueille la longueur des sauts réalisés par les élèves.

6.2. Seuils et descriptif des groupes de maîtrise

Descriptif des groupes de maîtrise	
Groupe « À besoins » Distance sautée inférieure ou égale à 110 cm Un accompagnement sur l'aptitude physique de force musculaire paraît nécessaire.	À partir d'une ligne de départ, les élèves de ce groupe ont réalisé un saut en longueur sans élan inférieur ou égal à 110 cm. La distance mesurée est celle comprise entre la ligne de départ et le talon le plus proche de celle-ci.
Groupe « Fragile » Distance sautée strictement supérieure à 110 cm et inférieure ou égale à 140 cm L'aptitude physique de force musculaire est à renforcer.	À partir d'une ligne de départ, les élèves de ce groupe ont réalisé un saut en longueur sans élan strictement supérieur à 110 cm et inférieur ou égal à 140 cm. La distance mesurée est celle comprise entre la ligne de départ et le talon le plus proche de celle-ci.
Groupe « Satisfaisant » Distance sautée strictement supérieure à 140 cm L'aptitude physique de force musculaire est satisfaisante. Les élèves de ce groupe peuvent poursuivre sereinement les apprentissages.	À partir d'une ligne de départ, les élèves de ce groupe ont réalisé un saut en longueur sans élan strictement supérieur à 140 cm. La distance mesurée est celle comprise entre la ligne de départ et le talon le plus proche de celle-ci.

➤ 7. Test de vitesse

7.1. Caractéristiques du test

7.1.1. Objectif du test

Évaluer la vitesse de course.

7.1.2. Présentation du test

Le test du 30 m plat est un test validé scientifiquement, permettant d'évaluer avec fiabilité la vitesse de course. L'objectif est de parcourir le plus rapidement possible la distance imposée de 30 mètres.

Les élèves doivent courir le plus rapidement possible sur une distance de 30 mètres avec un départ arrêté. Le chronomètre débute au moment où le pied d'appui arrière de l'élève se lève du sol.

Le professeur d'EPS recueille les temps réalisés par les élèves.

7.2. Seuils et descriptif des groupes de maîtrise

Descriptif des groupes de maîtrise	
Groupe « À besoins » Temps de parcours supérieur ou égal à 6,8 s Un accompagnement sur l'aptitude physique de vitesse paraît nécessaire.	Après un départ arrêté, les élèves de ce groupe ont réalisé un temps de course sur 30 m plat supérieur ou égal à 6,8 s. Le temps de course chronométré correspond au temps réalisé par l'élève pour parcourir 30 m plat à partir d'un départ arrêté.
Groupe « Fragile » Temps de parcours supérieur ou égal à 6,0 s et strictement inférieur à 6,8 s L'aptitude physique de vitesse est à renforcer.	Après un départ arrêté, les élèves de ce groupe ont réalisé un temps de course sur 30 m plat supérieur ou égal à 6,0 s et strictement inférieur à 6,8 s. Le temps de course chronométré correspond au temps réalisé par l'élève pour parcourir 30 m plat à partir d'un départ arrêté.
Groupe « Satisfaisant » Temps de parcours strictement inférieur à 6,0 s L'aptitude physique de vitesse est satisfaisante. Les élèves de ce groupe peuvent poursuivre sereinement les apprentissages.	Après un départ arrêté, les élèves de ce groupe ont réalisé un temps de course sur 30 m plat strictement inférieur à 6,0 s. Le temps de course chronométré correspond au temps réalisé par l'élève pour parcourir 30 m plat à partir d'un départ arrêté.

➤ 8. Annexe

8.1. Notice – Descriptif de l'évaluation et des groupes de maîtrise



ÉVALUATION DE DÉBUT DE SIXIÈME 2026

Évaluation des aptitudes physiques

DESCRIPTIF DE L'ÉVALUATION

Trois tests d'aptitudes physiques composent l'évaluation des aptitudes physiques :

- Un test d'endurance (test navette Luc Léger), durant lequel les élèves doivent faire des allers-retours sur une distance de 20 mètres, avec une vitesse imposée augmentant par palier et en suivant le rythme des signaux sonores émis. Après une période d'échauffement de 2 minutes, incluse dans le test, celui-ci débute à 8,5 km/h, puis la vitesse est augmentée de 0,5 km/h toutes les minutes. Chaque élève s'arrête lorsqu'il n'est plus capable de suivre le rythme imposé. La durée du test est donc variable selon les élèves.
- Un test de force musculaire (test de saut en longueur) qui consiste à sauter à pieds joints le plus loin possible sans élan et à s'immobiliser à la réception. La mesure s'effectue entre la ligne de départ et l'arrière du pied le plus proche de celle-ci.
- Un test de vitesse au cours duquel les élèves doivent courir le plus rapidement possible sur une distance de 30 mètres avec un départ arrêté. Le chronomètre débute au moment où le pied d'appui arrière de l'élève se lève.

GROUPES DE MAÎTRISE

Pour chacun des tests, des seuils de réussite sont déterminés de façon à identifier trois groupes de maîtrise :

- un premier seuil en deçà duquel les élèves sont considérés en difficulté et ont donc un besoin d'accompagnement dès le début de l'année (groupe « à besoins »). Ces élèves peuvent être considérés comme possédant un niveau de maîtrise insuffisant et nécessitant un accompagnement sur l'aptitude ciblée ;
- un deuxième seuil en deçà duquel les aptitudes physiques des élèves semblent fragiles (groupe « fragile »). L'aptitude ciblée est à renforcer pour ces élèves ;
- au-delà de ce seuil (groupe « satisfaisant »), les élèves sont considérés comme ayant une aptitude physique satisfaisante et les prérequis des élèves de ce groupe leur permettent de poursuivre sereinement les apprentissages.

DESCRIPTIF DES GROUPES DE MAÎTRISE

Test d'aptitudes physiques	À besoins	Fragile	Satisfaisant
Endurance	Paliers 0 et 1	Paliers 2 et 3	Palier 4 ou plus
Force musculaire (distance sautée)	Inférieure ou égale à 110 cm	Strictement supérieure à 110 cm et inférieure ou égale à 140 cm	Strictement supérieure à 140 cm
Vitesse (temps de parcours des 30 m)	Supérieur ou égal à 6,8 s	Supérieur ou égal à 6,0 s et strictement inférieur à 6,8 s	Strictement inférieur à 6,0 s



POUR EN SAVOIR PLUS
Retrouvez la Note d'Information 26.17,
Évaluation des aptitudes physiques des élèves
de sixième et de seconde à la rentrée 2025
sur education.gouv.fr/notes-d-information

1/1

RÉFÉRENCES DES PUBLICATIONS DE LA DEPP



Mayeur-Guillou, A. et al., 2025, "Évaluation des aptitudes physiques – sixième 2025 – Premiers résultats", Document de travail - série études, n° 2026-E03, DEPP.

Mayeur-Guillou A., Paillet V., Schmitt P., 2026, "Évaluation des aptitudes physiques des élèves de sixième et de seconde à la rentrée 2025", *Note d'Information*, n° 26-17, DEPP.

Retrouvez les travaux de la DEPP sur
education.gouv.fr/etudes-et-statistiques

Publications et archives

Retrouvez toutes les publications et archives de la DEPP sur
archives-statistiques-depp.education.gouv.fr

Jeux de données en open data

Retrouvez tous les jeux de données de la DEPP en open data sur
data.education.gouv.fr