

Évaluation de début de sixième

Aptitudes physiques

Description détaillée du contenu de l'évaluation
Document à destination des équipes pédagogiques

Septembre 2025

[Mise à jour le 25 août 2025]



Sommaire

1. Contexte de l'évaluation des aptitudes physiques	1
2. Nature et champ de l'évaluation.....	1
3. Vue d'ensemble de l'évaluation.....	2
4. Restitutions	2
4.1. Restitution des résultats de l'ensemble de l'évaluation au niveau individuel.....	2
Groupes de maîtrise.....	3
4.2 Restitution des résultats de l'ensemble de l'évaluation au niveau de la classe ...	4
5. Seuils et descriptif des groupes de maîtrise	6
5.1 Test d'endurance	6
5.2 Test de force musculaire	7
5.3 Test de vitesse.....	8
6. Résultats de l'évaluation des aptitudes physiques des élèves de sixième en 2024.....	9
7. Annexes	13
Références.....	14

1. Contexte de l'évaluation des aptitudes physiques

En septembre 2025, 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 17 octobre 2025, 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) mis 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 groupes 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'INJEPS 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



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

Pour chacune des aptitudes physiques – *endurance, vitesse et force musculaire* –, deux seuils de réussite permettent de définir trois groupes de maîtrise : « à besoins », « fragile » et « satisfaisant ».

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.



0134061U0

Année scolaire 2025 - 2026

prenom00 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.



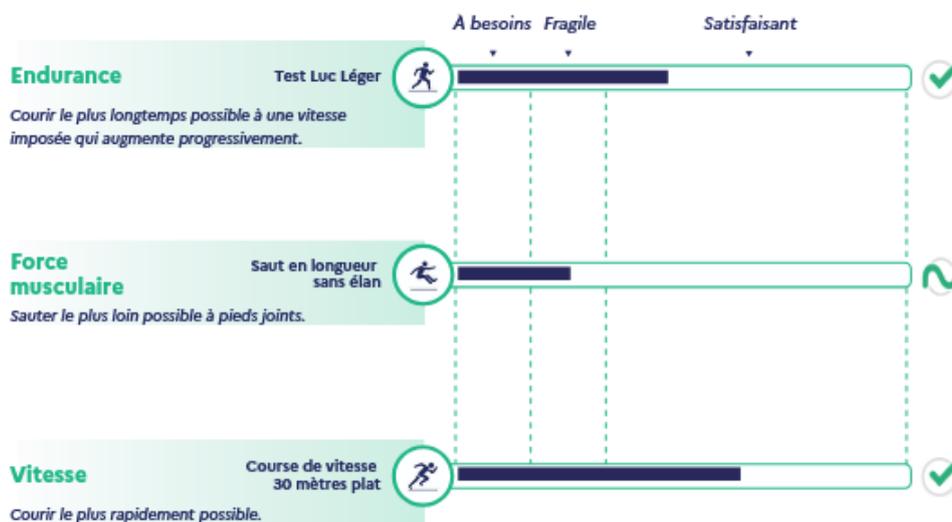
Évaluation passée par les élèves de 6^e



Durée de l'évaluation : 2 heures



Trois épreuves



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

Groupes de maîtrise

Pour chacune des épreuves, 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

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 d
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	

Le troisième onglet indique pour chaque élève sa performance dans l'aptitude évaluée.

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

5. Seuils et descriptif des groupes de maîtrise

5.1 Test d'endurance

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

5.2 Test de force musculaire

Caractérisation des seuils	
<p>Groupe « À besoins »</p> <p>Saut en longueur sans élan inférieur à 110 cm</p> <p>Un accompagnement sur l'aptitude physique de la force musculaire paraît nécessaire.</p>	<p>À partir d'une ligne départ, les élèves de ce groupe ont réalisé un saut en longueur sans élan inférieur à 110 cm.</p> <p>La distance mesurée est celle comprise entre la ligne de départ et le talon le plus proche de celle-ci.</p>
<p>Groupe « Fragile »</p> <p>Saut en longueur sans élan compris entre 110 cm et 140 cm</p> <p>L'aptitude physique de la force musculaire est à renforcer.</p>	<p>À partir d'une ligne départ, les élèves de ce groupe ont réalisé un saut en longueur sans élan compris entre 110 cm et 140 cm.</p> <p>La distance mesurée est celle comprise entre la ligne de départ et le talon le plus proche de celle-ci.</p>
<p>Groupe « Satisfaisant »</p> <p>Saut en longueur sans élan supérieur à 140 cm</p> <p>L'aptitude physique de la force musculaire est satisfaisante. Les élèves de ce groupe peuvent poursuivre sereinement les apprentissages.</p>	<p>À partir d'une ligne départ, les élèves de ce groupe ont réalisé un saut en longueur sans élan supérieur à 140 cm.</p> <p>La distance mesurée est celle comprise entre la ligne de départ et le talon le plus proche de celle-ci.</p>

5.3 Test de vitesse

Caractérisation des seuils	
<p>Groupe « À besoins »</p> <p>Temps de course sur 30 m plat supérieur à 6,8 s</p> <p>Un accompagnement sur l'aptitude physique de la vitesse paraît nécessaire.</p>	<p>Après un départ arrêté, les élèves de ce groupe ont réalisé un temps de course sur 30 m plat supérieur à 6,8 s.</p> <p>Le temps de course chronométré correspond au temps réalisé par l'élève pour parcourir 30 m plat à partir d'un départ arrêté.</p>
<p>Groupe « Fragile »</p> <p>Temps de course sur 30 m plat comprise entre 6 s et 6,8 s</p> <p>L'aptitude physique de la vitesse est à renforcer.</p>	<p>Après un départ arrêté, les élèves de ce groupe ont réalisé un temps de course sur 30 m plat compris entre 6 s et 6,8 s.</p> <p>Le temps de course chronométré correspond au temps réalisé par l'élève pour parcourir 30 m plat à partir d'un départ arrêté.</p>
<p>Groupe « Satisfaisant »</p> <p>Temps de course sur 30 m plat inférieur à 6 s</p> <p>L'aptitude physique de la vitesse est satisfaisante. Les élèves de ce groupe peuvent poursuivre sereinement les apprentissages.</p>	<p>Après un départ à l'arrêt, les élèves de ce groupe ont réalisé un temps de course sur 30 m plat inférieur à 6 s.</p> <p>Le temps de course chronométré correspond au temps réalisé par l'élève pour parcourir 30 m plat à partir d'un départ arrêté.</p>

6. Résultats de l'évaluation des aptitudes physiques des élèves de sixième en 2024

À la rentrée 2024, un échantillon représentatif de 4 000 élèves de sixième a réalisé les trois épreuves de l'évaluation des aptitudes physiques présentés dans ce document. Cette première expérimentation a permis de situer le niveau d'aptitudes physiques des élèves de sixième en France et d'établir un constat initial.

En 2024, lors de l'épreuve d'endurance, les élèves de sixième ont en moyenne atteint le palier 3,5 (**figure 1**). Les 5 % des élèves les moins endurants se sont arrêtés dès le premier palier tandis que les 5 % les plus endurants sont parvenus à atteindre le palier 7 ou au-delà (**figure 2**). Ils sont 60 % à avoir complété au minimum le palier 3. Cependant, les résultats diffèrent selon le sexe en faveur des garçons. Ces derniers sont parvenus à courir plus longtemps puisqu'ils atteignent, en moyenne, le palier 4 contre le palier 3 pour les filles. À noter également que 80 % des garçons atteignent le second palier au minimum contre 70 % des filles.

Pour l'épreuve de force musculaire, ces mêmes élèves sautent en moyenne à une distance de 138 cm. Les 5 % des élèves les moins performants sautent 94 cm ou moins tandis que les 5 % les plus performants sautent 179 cm ou plus. Une fois encore, il existe un écart selon le sexe. En moyenne, les garçons sautent 12 cm plus loin que les filles avec un saut moyen de 144 cm pour les garçons contre 132 cm pour les filles. Sept garçons sur dix sont en capacité de sauter la distance atteinte par la moitié des filles.

Lors de la troisième épreuve, celle de vitesse sur 30 mètres, l'écart entre les garçons et les filles est moins marqué. Les filles parcourent en moyenne la distance de 30 mètres en 6,0 secondes contre 5,8 secondes pour les garçons pour un temps moyen global de 5,9 secondes. Sur l'ensemble, la majorité des temps réalisés sont concentrés sur un intervalle d'une seconde avec les deux tiers des élèves qui terminent la course entre 5,25 et 6,25 secondes.

FIGURE 1 : PERFORMANCES MOYENNES DES ELEVES AU TEST D'APTITUDES PHYSIQUES

		Endurance (en palier)	Force musculaire (en cm)	Vitesse (en secondes)
Sexe	Garçons	4,1	144	5,8
	Filles	3,0	132	6,0
Ensemble		3,5	138	5,9

Lecture : Lors de l'épreuve d'endurance, les garçons atteignent en moyenne le palier 4,1

Champ : France hors Mayotte

Source : DEPP, évaluation des aptitudes physiques 2024

FIGURE 2 : VINGTILAGE DES PERFORMANCES DES ELEVES SELON LE SEXE A L'EPREUVE D'ENDURANCE (EN PALIER), DE FORCE MUSCULAIRE (EN CM) ET DE VITESSE (EN SECONDE)

	0%	5%	10%	15%	20%	25%	30%	35%	40%	45%	50%	55%	60%	65%	70%	75%	80%	85%	90%	95%	100%
Endurance (paliers)																					
Ensemble	1	1	1	1	1	2	2	2	3	3	3	3	4	4	4	5	5	6	7	7	11
Filles	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	3	3	3	4	4	4	5	5	6	10	
Garçons	1	1	1	1	2	2	2	3	3	3	4	4	5	5	5	6	6	7	7	8	11
Force musculaire (en cm)																					
Ensemble	0	94	107	112	118	121	126	130	132	136	140	142	145	149	152	155	160	164	170	179	240
Filles	0	90	102	110	113	118	120	124	127	130	132	135	140	142	145	149	152	156	162	170	210
Garçons	0	100	110	118	123	129	132	136	140	142	145	149	150	154	158	160	165	170	175	184	240
Vitesse (en secondes)																					
Ensemble	17,22	7,13	6,77	6,53	6,37	6,22	6,12	6,03	5,98	5,89	5,83	5,75	5,68	5,60	5,53	5,44	5,37	5,26	5,13	5,00	4,00
Filles	17,22	7,22	6,85	6,65	6,49	6,36	6,24	6,15	6,07	6,00	5,93	5,86	5,79	5,70	5,64	5,58	5,48	5,38	5,27	5,07	4,62
Garçons	10,40	7,05	6,59	6,40	6,21	6,10	6,00	5,95	5,87	5,80	5,72	5,65	5,58	5,51	5,43	5,35	5,26	5,16	5,06	4,98	4,00

Lecture : Au test d'endurance Luc Léger, les 5 % des élèves les moins performants atteignent le palier 1.

Champ : France hors Mayotte

Source : DEPP, évaluation des aptitudes physiques 2024

En s'appuyant sur les seuils présentés plus tôt dans ce document (partie 5.1), les élèves sont regroupés au sein de trois groupes de maîtrise pour chaque épreuve de l'évaluation (voir **Figure 3**).

FIGURE 3 : SEUILS DES GROUPES DE MAITRISES

	Endurance (paliers)	Force musculaire - Saut en longueur (cm)	30 m vitesse plat (secondes)
À besoins	0 ou 1	≤ 110 cm	≥ 6,8 s
Fragile	2 ou 3]110 cm; 140 cm]	[6 s; 6,8 s[
Satisfaisant	4 ou plus	> 140 cm	< 6 s

Lecture : Compléter le palier 0 ou 1 de l'épreuve d'endurance positionne l'élève dans le groupe « À besoins » en endurance.

Champ : France hors Mayotte

Source : DEPP, évaluation des aptitudes physiques 2024

En endurance, la proportion d'élèves qui présentent une maîtrise satisfaisante en 2024 est de 22,4 % (**Figure 4**). Les garçons présentent des performances supérieures à celles des filles : 54,6 % sont en situation de maîtrise satisfaisante contre 30,8 % des filles, soit un écart de 23,8 points en faveur des garçons.

La DEPP a élaboré un indice de position social (IPS) qui permet de rendre compte du niveau social des élèves. Pour en faciliter la lecture, cinq groupes ont été construits. Ils

délimitent les 20 % des élèves les moins favorisés (1^{er} quintile) et les 20 % des élèves les plus favorisés (5^e quintile). Les disparités de maîtrise restent également très marquées selon le profil social de l'élève, et ce, sur les trois épreuves du test.

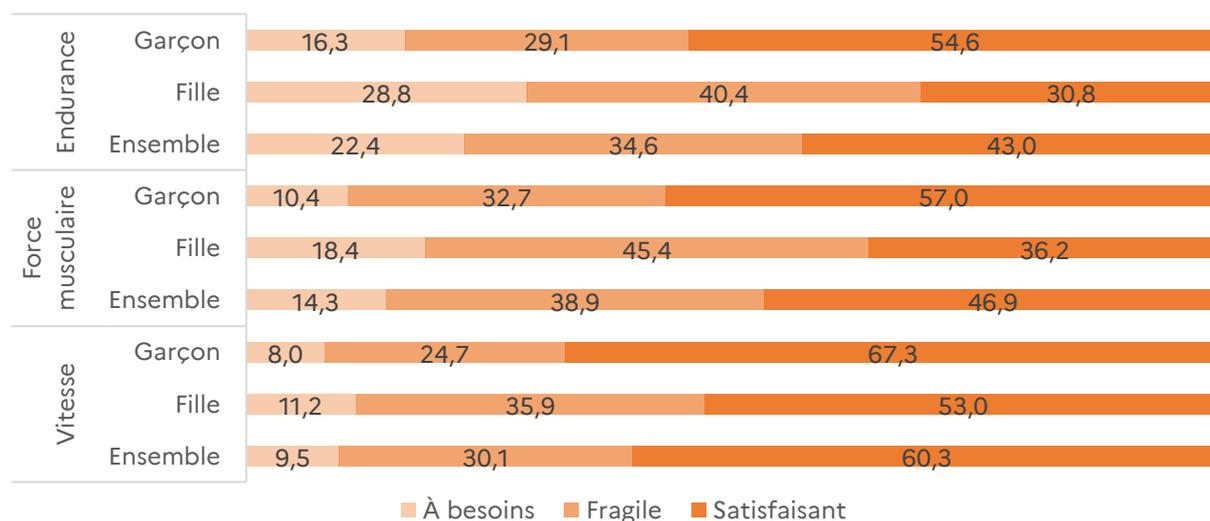
Le niveau de maîtrise en endurance est plus important pour les élèves issus d'un milieu social plus favorisé (5^e quintile) que pour ceux issus des milieux sociaux les moins favorisés (1^{er} quintile). En 2024, l'écart entre ces deux groupes d'IPS est de 26,0 points (56,7 % contre 30,7 %) (**Figure 5**). Il s'agit de l'écart le plus marqué parmi les trois épreuves qui composent l'évaluation des aptitudes physiques.

En force musculaire également, plus l'IPS de l'élève est élevé, plus la part d'élèves dans le groupe « Satisfaisant » est importante : dans le premier quintile d'IPS, 37,3 % des élèves sont dans le groupe « Satisfaisant » contre 57,3 % dans le cinquième quintile.

Enfin, c'est dans l'épreuve de vitesse que l'écart de niveau de maîtrise selon l'IPS est le moins marqué. Il s'établit à 17 points entre les élèves des milieux les plus favorisés et ceux issus des milieux les moins favorisés. C'est également en vitesse que la part d'élèves appartenant au groupe « Satisfaisant » est la plus importante pour chaque quintile (de 49,9 % dans le 1^{er} quintile à 66,9 % dans le 5^e quintile).

Ce constat est encore plus marqué pour les filles. En endurance, 40 % des filles issues de milieux sociaux les moins favorisés appartiennent au groupe « À besoins », contre 14 % pour les plus favorisées, soit un écart de 26 points de pourcentage. Pour les garçons, ce même écart s'établit à 12 points (Daire & Schmitt, 2025).

FIGURE 4 : REPARTITION DES ELEVES AU SEIN DES GROUPES DE MAITRISE SELON LE SEXE (EN %)

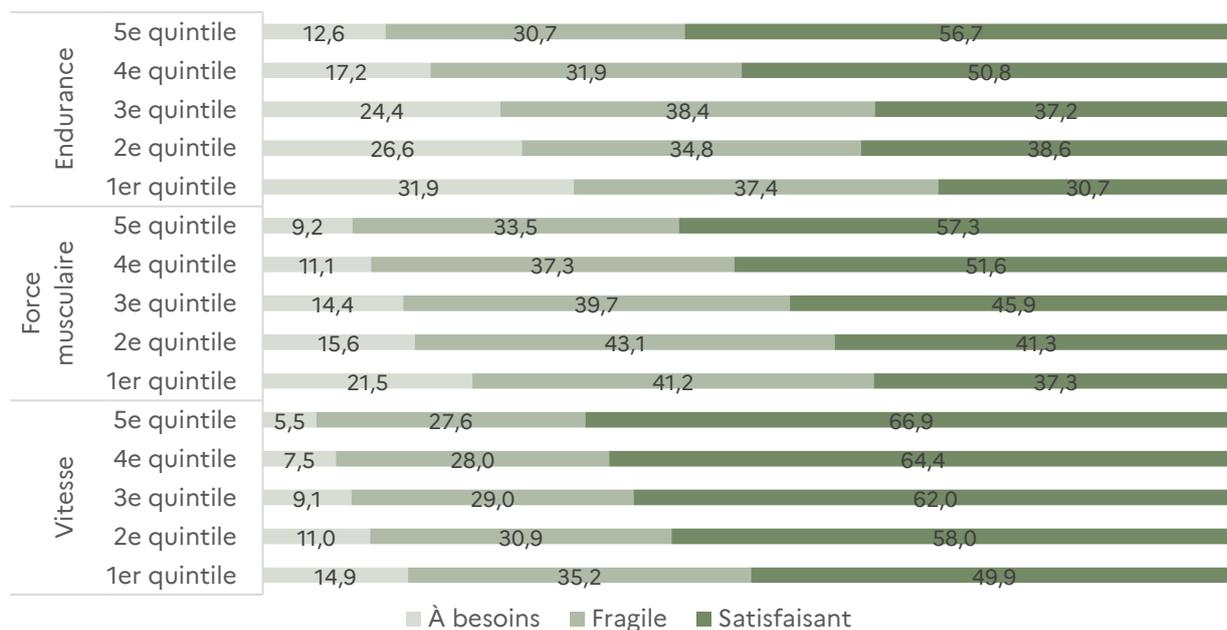


Lecture : 16,3 % des garçons de sixième font partie du groupe « À besoins » en endurance.

Champ : France hors Mayotte

Source : DEPP, évaluation des aptitudes physiques 2024

FIGURE 5 : REPARTITION DES ELEVES AU SEIN DES GROUPES DE MAITRISE SELON LE QUINTILE D'IPS DE L'ELEVE (EN %)



Lecture : 12,6 % des élèves du 5^e quintile d'IPS (IPS les plus élevés) font partie du groupe « À besoins » en endurance.

Champ : France hors Mayotte

Source : DEPP, évaluation des aptitudes physiques 2024

Pour en savoir plus sur les résultats des élèves en 2024, il est possible de consulter la [Note d'Information sur les aptitudes physiques des élèves de sixième](#) :



7. Annexes



ÉVALUATION DE DÉBUT DE SIXIÈME 2025 Evaluation 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
Force musculaire (distance sautée)	Inférieure ou égale à 110 cm	Entre 110 cm et 140 cm	Supérieure à 140 cm
Vitesse (temps de parcours des 30 m)	Supérieur ou égal à 6,8 secondes	Entre 6 et 6,8 secondes	Inférieur à 6 secondes



POUR EN SAVOIR PLUS
Retrouvez la Note d'Information 25.20,
Première évaluation des aptitudes physiques
des élèves de sixième à la rentrée 2024 sur
education.gouv.fr/notes-d-information

Références

DAIRE N., SCHMITT P., 2025, "PREMIERE EVALUATION DES QUALITES PHYSIQUES DES ELEVES DE SIXIEME A LA RENTREE 2024", NOTE D'INFORMATION N°25-20, DEPP.
[HTTPS://DOI.ORG/10.48464/NI-25-20](https://doi.org/10.48464/ni-25-20)



**MINISTÈRE
DE L'ÉDUCATION
NATIONALE,
DE L'ENSEIGNEMENT
SUPÉRIEUR
ET DE LA RECHERCHE**

*Liberté
Égalité
Fraternité*

depp Direction de l'évaluation,
de la prospective
et de la performance