

<http://www21.ac-lyon.fr/enseigne/eps/spip.php?article1064>



Demi-fond - Applications utiles pour Tablettes et Smartphones Android



- Ressources
- CA 1 - CP 1
- Course de Demi-fond
- Outils Numériques Demi-fond
- Date de mise en ligne : vendredi 6 octobre 2017

Copyright © EPS Académie de Lyon - Tous droits réservés

Vous trouverez dans cet article des applications pour tablettes sous Android pour travailler en demi-fond pour le professeur EPS et/ou l'élève (Byod) :

Demi-fond obs EPS V2 par ClemP



Finis les problèmes avec les fiches d'observation en demi-fond (monsieur j'ai oublié de prendre un stylo, madame j'ai pas de plaquette, monsieur il faut écrire ou ? Fiches perdus ... et j'en passe !)

Avec Demi-fond Obs EPS, vos élèves peuvent observer les coureurs par un simple clic sur la tablette (8 coureurs max) ou le smartphone (4 coureurs max) et en temps réel :

- Obtenir une information simple sur la vitesse de course à transmettre au coureur (Ralentis/Super/Accélère).
- Connaître la vitesse instantanée du coureur en km/h.
- Connaître l'écart en km/h entre la course réalisée et le projet (VMA et % de la VMA).
- Connaître l'écart en % entre la course réalisée et le projet.
- Connaître la distance parcourue par le coureur . (L'enseignant a la possibilité de cacher certaines informations pour ne pas submerger ses élèves)

A l'issue de la course chaque coureur peut connaître ses statistiques et voir un graphique de sa course.

Les données peuvent être sauvegardées dans un tableur excel.

Conseil : utilisez Google Sheets pour ouvrir les fichiers sauvegardés sur votre appareil, les données seront automatiquement mises en forme dans le tableur.

Compatible avec téléphones 5« , tablettes 7 » et 10"

Un tutoriel vidéo est disponible sur Youtube ici :

Cette application (gratuite sur Android) est disponible :

- sur Android : [ici](#)

CourseCollectiveEPS



Cette application **disponible sur Smartphone et Tablette** vous permet de gérer les performances de vos élèves lors de la situation d'apprentissage du « Record collectif Â » (De Choffin et Aubert) Elle est grandement inspirée du fichier Excel de JB Bruchon disponible [ici](#) ou [ici](#).

Quelques explications :

Les élèves sont par équipes (de 3 à 5 élèves possibles) de VMA différentes.

Ils doivent courir en groupe.

Une zone de récupération/remplacement est placée sur le parcours.

Un élève peut courir plusieurs tours sans s'arrêter.

Le nombre de points marqués est égal au nombre d'élèves qui réalisent le tour.

Objectif marquer le maximum de points dans le temps défini par l'enseignant.

Un tutoriel vidéo est disponible ici :

Cette application (gratuite sur Android) est disponible :

- sur Android : [ici](#)

Coach Course en Durée



Coach Course en Durée est une application gratuite pour smartphone qui aide l'élève à suivre une allure précise en km/h en fonction d'un % de sa Vitesse Maximale Aérobie (VMA).

Après avoir rentré sa VMA, le % de VMA auquel vous souhaitez courir et l'écart entre les plots placés autour de la piste, il suffit de cliquer sur « DEPART » et ensuite votre smartphone vibrera et bipera lorsque vous devez arriver au plot pour respecter la vitesse définie.

Utilisation simple et pratique par les élèves en EPS. (BYOD)

Un tutoriel vidéo est disponible :

Cette application (gratuite sur Android) est disponible :

- sur Android : [ici](#)

Cardiographe - Cardiograph



Cardiographe est une application qui mesure votre rythme cardiaque. Vous pouvez sauvegarder vos résultats pour référence ultérieure et suivre plusieurs personnes avec des profils individuels.

Cardiographe utilise l'appareil photo ou le capteur dédié de votre appareil pour calculer votre rythme cardiaque grâce au flash situé juste à côté de l'objectif (si ce n'est pas le cas, Cardiographe risque de ne pas fonctionner)

Cette application (gratuite sur Android et payante sur IOS à 1,99 euros) est disponible :

- sur Android : [ici](#)
- sur IOS : [ici](#)

Runtastic



Cette application permettant d'avoir une trace GPS précise d'un coureur. Donne aussi des informations sur **sa vitesse de déplacement**.

Elle est gratuite et disponible :

- sur Android : [ici](#)
- sur IOS : [ici](#) Une version payante (4,99 euros) est disponible, mais la version gratuite reste tout à fait suffisante.

eRUN



Erun est la première application orientée 100% BYOD dédiée à l'EPS : Cette application est déployée sur smartphones et tablettes et nécessite peu de ressources. La piste est totalement configurable en distance et en nombre de plots.

Les objectifs se décident en termes de distance ou de temps, de pourcentage de VMA ou vitesse et de tours : A la fin, vous avez connaissance de la vitesse moyenne sur l'ensemble de la réalisation, ainsi que de la distance en mètres et en tours.

Cette application est gratuite et disponible :

- sur Android : [ici](#)

RUNNING PLANNER - PROF d'EPS



Cette application s'adresse aux élèves (collèges, Lycée, Fac,...) aux athlètes, profs d'EPS, entraîneurs et sportifs en tout genre.

OBJECTIFS SPORTIFS :

- Visualiser l'évolution de sa vitesse en course de durée (plusieurs tours paramétrables)
- Comparer le pourcentage de la VMA Tour après Tour.
- Evaluer sa régularité de course.
- Exporter ses données au format Tableur (.csv) et graphique (image)
- Calculer le temps de passage en fonction de la distance du Tour, de sa VMA et du pourcentage choisi. Cette application permet de :
- Connaître les résultats de l'observation en direct dès la fin de la course.
- Observer et renseigner le coureur pendant l'effort grâce à l'outil numérique.

Un tutoriel vidéo est disponible sur Youtube ici :

Cette application **gratuite** créée par V.Mouquet, Enseignant d'EPS est disponible :

- sur Android : [ici](#)

Malgré quelques bugs mineurs, l'application fonctionne très bien. L'auteur est très réactif aux remarques.

TEST VMA



Cette application sert à mesurer la VMA (vitesse maximale aérobie) d'un athlète grâce à un test de course par palier d'intensité croissante.(écart de plots tous les 50m)

- Test de course jusqu'à une évolution de 18 km/h (vitesse de course du dernier palier)
- Fiche de calcul des temps de passage
- Tableau des allures de course
- Branchement en mode Bluetooth compatible pour enceinte portable (diffusion des paliers à intervalles programmés) Fiche de calcul des temps de passage. Tableau des allures de course.

Un tutoriel vidéo est disponible sur Youtube ici :

Cette application **gratuite** sans publicités créée par V.Mouquet, Enseignant d'EPS est disponible :

- sur Android pour Smartphones : [ici](#)
- sur Android pour Tablettes : [ici](#)

Test de Léger



Le principe du test de Léger est de calculer la vitesse maximale d'aérobie (VMA) et estimer la consommation maximale d'oxygène.

Il suffit de disposer d'une piste de 20 mètres minimum, de 4 plots pour définir 2 lignes espacées de 20 mètres entre lesquelles les personnes vont devoir courir, entre les signaux sonores du Smartphone.

Un tutoriel vidéo est disponible ici :

Cette application **gratuite** est disponible :

- sur Android : [ici](#)

VMA Solo proposé par Pdagogie



VMA Solo est une application très complète qui va vous permettre de réaliser de manière autonome, sans contraintes de temps et d'espace, ni matérielles pas moins de 8 tests VMA différents au choix. (Léger-Boucher, Navette, VAMEval, Gacon, Mini Cooper, Astrand, avec ou sans l'assistance de votre GPS)

L'application est **payante** et disponible :

- sur Android : [ici](#) pour 1,20 euros.

Test VMA Pro proposé par Pdagogie (nécessite un compte ProEPS)



TestVMA est une application destinée à mettre en oeuvre très facilement un ensemble de tests permettant d'évaluer une VMA (vitesse maximale aérobie) sur piste. (13 tests)

Pour rendre encore plus performante cette application, le suivi des coureurs est intégré à l'application. Il est possible de suivre l'évolution des coureurs au sein d'un type de test, mais également à partir du suivi de tous les tests réalisés.

Il sera également possible d'afficher en ligne les résultats au travers de l'espace « Pro-eps » associé à l'utilisation de TestVMA, permettant de charger les bases de coureurs nécessaires à vos évaluations.

L'application est disponible [ici](#)

Demi-fond EPS - Tap Vitesse

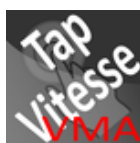


Connaître en temps réel sa vitesse de course et les sensations qu'elle procure (retour immédiat, pas besoin d'attendre d'interminables calculs une fois la course terminée).

Cette application **gratuite** est disponible :

- sur Android : [ici](#)

Demi-fond EPS VMA - Tap Vitesse VMA



Il est maintenant possible de paramétrer la vitesse projetée en fonction de sa VMA.

- Entrez votre VMA
- Déplacer le curseur de 70 à 120% de la VMA
- La vitesse projetée se calcule automatiquement. Le fonctionnement est identique à Tap Vitesse.

Cette application **gratuite** est disponible :

- sur Android : [ici](#)

EPS Vitesse direct



En EPS, lors d'une course de demi-fond, l'enseignant place des plots au choix tous les 10m, 25m, 50m. Un observateur muni de la tablette peut donner une information en direct de **la vitesse moyenne** grâce à un clic à chaque plot dépassé.

L'application donne également le nombre de plots dépassés ainsi qu'un chronométrage.

Cette application **gratuite** proposée par Julien Kunzé est disponible sur :

- Android : [ici](#)

Demi Fond collège N1 et 2 V2



Cette version est compatible avec les smartphones et les tablettes 7« et 10 ».

Les élèves doivent courir différentes périodes selon leur niveau sur une piste balisée avec des plots tous les 25 m.

Pour le niveau 1, deux courses sont à effectuer : 9min et 3min.

Pour le niveau 2, quatre courses sont à effectuer : 4min30, 3min, 3min, 1min30.

Les élèves choisissent un projet de course pour chaque période.

La note est calculée selon la performance réalisée (sur 20 points pour les 2 niveaux), l'écart de vitesse entre le projet et la réalisation, l'augmentation de vitesse entre les courses moins rapides et les courses plus rapides.

L'application enregistre les élèves par classe et les résultats restent visibles dans l'application tant qu'elle n'est pas désinstallée.

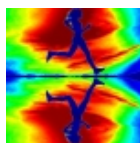
Quelques bugs mineurs peuvent apparaître, mais le concepteur est très réactif. N'hésitez pas à faire remonter les remarques.

L'application **gratuite** proposée par Julien Kunzé est disponible sur :

- sur Android : [ici](#)

3x500

Demi-fond EPS 3x500m Niveau 3



Application simple et rapide permettant de calculer le temps cumulé des trois 500 mètres et d'évaluer la répartition de l'effort en calculant la différence des deux temps extrêmes réalisés par l'élève.

L'élève peut se situer directement dans le barème de **niveau 3** et voir ainsi comment il peut gagner des points.

L'application **gratuite** proposée par Fabeps est disponible sur :

- Android : [ici](#)

Coach 3x500m



« Coach 3X500 » a pour objectif de passer d'une prise de repères externes à des repères internes en diminuant au fur et à mesure le nombre de plots / de prises de repères.

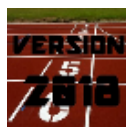
Donne un feedback sans avoir à regarder son smartphone :

- Vibrations : + ou - longue / l'importance de l'erreur
- Sons : « Ralentis », « Accélère » ou « Garde le rythme ». Pour gérer sa régularité sur une course (500m) et sur un ensemble de courses (3x500). Possibilité de mettre les plots tous les 250, 100, 50 ou 25m (élèves en situation de handicap). Feedback immédiat pendant la course (ou a posteriori si voulu par l'enseignant) Bilan final plot par plot (temps inter-plots, temps cumulés, vitesses en km/h) pour analyse de l'atteinte de l'objectif et graphique pour analyse de la régularité.

L'application **gratuite** est disponible sur :

- Android : [ici](#)

Demi-fond EPS version 2018 par Fabeps



Niveau 3 CAP-BEP / Niveau 4 BAC PRO / Niveau 4 BAC GT.

Permet de voir si la stratégie de course est respectée (régulation possible).

Calcul de l'écart au projet pour le BAC GT.

Permet de calculer le temps cumulé de 3x500m et de se situer dans un barème.

Cette application gratuite est disponible gratuitement sur

- Android : [ici](#)