

<http://www21.ac-lyon.fr/enseigne/eps/spip.php?article1553>



Demi-fond - Test VMA progressif par Aurélien sur Tabl'EPS tactile



- TICE
- Outils Numbers
- Evaluation - Observation
-

Date de mise en ligne : mercredi 14 mars 2018

Copyright © EPS Académie de Lyon - Tous droits réservés

Le site Tabl'EPS tactile nous propose un fichier Numbers d'Aurélien.

En demi-fond, cette fiche permet de faire un test de VMA en suivant (pour le prof) le beep du fichier MP3.

Les élèves reportent le temps de l'arrêt de l'élève et un calcul automatique détermine alors le temps de course et la VMA atteinte.

Les 2 fichiers sont accessibles sur le [site de Tabl'EPS tactile](#) ou directement sur le site de l'Académie de Lyon :

[<](http://www21.ac-lyon.fr/enseigne/eps/IMG/zip/aurelien_test-vma-progressif.numbers.zip "Zip - 217.2 ko")



Test VMA Progressif (Numbers).zip

[<](http://www21.ac-lyon.fr/enseigne/eps/IMG/zip/test-vma-scolaire.mp3.zip "Zip - 8.4 Mo")



Test VMA Scolaire (mp3).zip

Voici en vidéo une petite démonstration :