



## 5E16 - EQUISOL – RAMASSER UN STYLO AU SOL

Nom : .....

Prénom : .....

Date de passage du test : .....

Horaire : .....

### Conditions dans lesquelles est passé le test :

Aide technique

Type d'aide technique : .....

Chaussures

Type de chaussures : .....

### Question à poser avant le passage du test :

Sachant que 0 correspond à la situation où l'on ne tient pas debout et 10 à un équilibre parfait, dans la vie courante, quelle note entre 0 et 10 donneriez-vous à votre équilibre ?	Note : ... / 10
--	-----------------

### Recueil des données et lecture des résultats\* :

Entourez la cotation correspondante au niveau de réalisation et cochez les critères observés

Niveau de réalisation	Cotation	Critères observés
La personne réalise l'exercice seule sans aide verbale ou physique.	1	<input type="radio"/> flexion des jambes <input type="radio"/> utilise un appui <input type="radio"/> pieds décalés <input type="radio"/> pieds parallèles <input type="radio"/> autres observations (préciser) :
La personne réalise seule l'exercice mais un guidage verbal est nécessaire (consigne répétée, conseils donnés par l'évaluateur).	2	
Une aide physique partielle de l'évaluateur est nécessaire pour que la personne réalise l'exercice. La présence d'une tierce personne n'est pas nécessaire pour tout l'exercice mais la personne a parfois besoin d'aide pour se rééquilibrer.	3	
La personne est dans l'impossibilité de réaliser l'exercice ou sa réalisation nécessite l'aide totale de l'évaluateur.	4	



\*Pour interpréter les résultats et aller plus loin, consulter la **page 322** du livre « Les fondamentaux du Sport Santé : 80 outils pour mieux évaluer et accompagner vos pratiquants », (FFEPGV), Edition Amphora 2014.