

OAIC 14-18 Annexe B Appendice 3 – Résultats de l'évaluation de la condition physique des cadets et du niveau pour le volet motivation

Nom: _____ Âge: _____ Sexe : H / F

Date: _____

| | | NIVEAU | | | | |
|---|----------------|-----------|-----|--------|--------|----|
| | | RÉSULTATS | Nil | Bronze | Argent | Or |
| Cardiovasculaire | | | | | | |
| Le test de course navette de 20m (nombre d'aller-retours) | | | | | | |
| Force musculaire | | | | | | |
| Demi-redressements assis (nombre) | | | | | | |
| Pompes (nombre) | | | | | | |
| Flexibilité musculaire | | | | | | |
| Éirement de la coiffe des rotateurs de l'épaule (oui/non) | Droite : O / N | | | | | |
| | Gauche : O / N | | | | | |
| Flexion du tronc vers l'avant (cm) | Droite : | | | | | |
| | Gauche : | | | | | |
| Calcul du niveau global du volet « motivation » : | | | | | | |
| <p>1. Ignorer le résultat le plus faible obtenu pour le volet « motivation » aux quatre tests de force musculaire et de flexibilité musculaire (<i>Remarque</i> : Les résultats obtenus au test de course navette de 20 m ne doivent pas être ignorés).</p> <p>2. Le niveau global pour le volet « motivation » doit correspondre aux autres résultats les plus faibles obtenus aux trois composantes de la condition physique.</p> | | | | | | |
| Indice de motivation global obtenu | | | | | | |