

EPI : O² pour les muscles

Les limites d'une telle utilisation :

Au collège Paul Gauguin, l'acquisition du matériel n'a jamais été un problème, et d'année en année, le nombre de montre a augmenté pour être aujourd'hui optimal.

Ce qui a été, et reste toujours une difficulté, notamment pour l'enseignant d'EPS, est la récupération des données et leur transformation en courbes utilisables par les élèves. En effet, le logiciel fourni avec les montres ne permet pas de créer des courbes utilisables par les élèves en tant que telles.

Ainsi plusieurs étapes chronophages s'empilent avant l'avènement de celles-ci :

- Synchronisation des montres une à une sur un compte numérique différent ;
- Récupération de chacune des courbes et édition en jpeg ;
- Insertion d'informations complémentaires essentielles telles que la date/session/durée, la distance parcourue relevée par le binôme sur le livret d'entraînement (avec correction de ce dernier), explicitation de la valeur FC « plateau » sur la courbe (excluant les possibles variations de rythme de course) ;
- Tenue d'un fichier Excel enseignant (cf fichier Excel « mesures EPI 4B L1-L4 » dans Données Céleste 2019) permettant d'ajuster la valeur de VMA de chaque élève à la lumière des derniers relevés (en effet la VO²max ne varie pas réellement au cours des 9 leçons, mais les facteurs techniques d'économie de course, de technique de course évoluant avec la pratique, influencent le chiffre de VMA) ;
- Mise à disposition des courbes sur le réseau pour les collègues et les élèves ;