

Dossier

KIDS ATHLETICS

PLOUZANE

29 Avril 2017

➤ Introduction

Le club de l'IROISE ATHLETISME est heureux de vous accueillir sur le stade de Plouzané pour ce KIDS ATHLETICS.

Nous espérons que vous passerez une agréable après-midi sportive.

Pour cette rencontre de Plouzané, nous partons sur une estimation de 10 équipes d'éveils Athlé (EA) et de 18 équipes de poussins (PO). Les équipes seront mixtes et composées de 7 à 10 enfants maximum et d'un encadrant. L'attribution des points se fera sur la base de 8 athlètes (si – de 8 enfants possibilité de faire participer certains 2 fois, si + de 8 enfants, tous participent et on retient 8 performances). Au menu de ce KIDS ATHLETICS, il est prévu 6 épreuves. La durée de chaque atelier est de 10mn, il est prévu 5mn à chaque équipe pour changer d'atelier et apporter les fiches résultats à la table de marque. Il est demandé à chaque club de porter le maillot de son club et d'apporter également des chasubles et épingles pour différencier des équipes appartenant au même club.

Les organisateurs se donnent le droit de modifier le nombre d'équipe et la cotation des points sur les ateliers avant la date de la rencontre.

L'équipe organisatrice vous remercie d'avance de votre participation et de votre collaboration.

➤ Informations utiles

Adresse du stade de Plouzané : Stade de Kérallan 29280 PLOUZANE (situé à proximité du Super U).

Adresse mail des organisateurs : escorsen@gmail.com , pacathle29@gmail.com

jean-paul.bodenes@voila.fr

Téléphone organisation : **Jean-Paul BODENES – 06 73 88 52 49 / Stéphanie FLOC'H – 06 89 99 22 44**

Alain OZENNE - 02 98 45 34 37

➤ Les engagements

Nous allons ouvrir les engagements du KIDS ATHLETICS du 20 avril de Plouzané via le site du CD29 (comme les triatlons). Afin de gérer au mieux la rencontre et d'avoir une estimation de la participation au plus juste, les engagements seront ouverts

du samedi 8 avril au dimanche 22 avril.

Merci à vous de prendre vos dispositions pour faire les inscriptions pour le 14/04 au soir.

Lors de l'arrivée sur le site, les représentants de chaque club devront venir à la table de marque pour donner le nom des enfants présents, les organisateurs cocheront alors dans la liste des enfants inscrits sur le site.

Les organisateurs demandent à chaque club que pour 5 enfants participants à la rencontre il y ait au minimum 1 adulte (ou jeune, 1 équipe de 8 enfants = 2 personnes). Ceci afin d'avoir suffisamment de personnes pour remplir les postes de juges d'atelier ou d'accompagnants d'équipe.

➤ Les horaires

Le KIDS ATHLETICS débute à 14h00, il est demandé aux participants d'arriver 30mn avant le début de la rencontre, **soit 13h30.**

La durée de la rencontre est estimée à 2h30 (goûter inclus).

Les organisateurs sont présents à 10h00 pour la préparation de la rencontre.

➤ Les ateliers

Pour ce KIDS ATHLETICS de l'IROISE le choix se porte sur 6 ateliers :

- Lancer à genoux de Médecine-Ball (poitrine) (fiche 3.10).
- Lancer en rotation avec anneau (fiche 3.16)
- Saut à la corde (fiche 3.7).
- Saut en longueur avec élan réduit (fiche 3.25)
- Relais navette (fiche 3.1).
- Course endurance (fiche 3.2) (6mn pour EA et 8mn pour PO)

Les ateliers sont répartis sur l'ensemble du complexe, et sont propres à chaque catégorie d'enfants (EA ou PO). Chaque atelier durera 10mn, les équipes bénéficient de 5mn pour passer d'un atelier à un autre (voir le programme en fin de dossier).

➤ L'échauffement

Un échauffement musical en commun de 15mn est programmé sur le stade.

➤ Les équipes

Les équipes sont mixtes et au nombre de 10 pour les EA et de 18 pour les PO, elles sont identifiées par le nom d'un animal. Chaque équipier est reconnaissable par un maillot identique (maillot du club) ou chasuble. Le nombre d'enfant dans une même équipe est estimé à ce jour à 8 équipiers, suivant le nombre de participants le jour J, ce chiffre peut évoluer. Des équipes constituées d'enfants de différents club pourront être faites afin d'homogénéiser les équipes. Afin de faciliter le comptage des points, une (ou des) équipe comportant un nombre d'athlètes inférieur à l'ensemble des autres équipes, devra réaliser la même quantité d'essai sur un atelier (exemple : 7 enfants dans l'équipe 1, sur l'atelier de lancer en rotation, les enfants feront au total 16 essais).

➤ Les juges

Chaque atelier nécessite 1 à 2 juges, ceux-ci encadrent l'exercice, attribuent les points et veillent au bon déroulement de l'exercice. Les juges veillent également à la sécurité des enfants sur leur atelier. Ces juges portent un coupe-vent jaune « iroise athlé » (inter cross au Bergot). Merci à ceux qui en possèdent de les apporter le jour de la rencontre.

➤ Les encadrants d'équipe

L'encadrant d'équipe gère son groupe et doit diriger son équipe vers les différents ateliers. A la fin de chaque épreuve, il doit rapporter (ou faire rapporter) à la table de marque les résultats de l'atelier. Les encadrants veillent à la sécurité de leur groupe durant la totalité de la rencontre.

➤ Les points et résultats

L'attribution des points se fait suivant la description faite dans les fiches d'atelier ci-après.

La base de référence pour le comptage des points de chaque équipe est de 8 athlètes. Les équipes composées de - de 8 enfants feront participer certains enfants 2 fois, les équipes composées de + de 8 enfants feront participer tous les enfants mais seul 8 performances seront retenues.

Un classement final est établi à la fin de la rencontre, il y a 2 tableaux de résultats (1 EA +1 PO).

2 personnes assurent le bon fonctionnement du tableau de résultats. Le tableau est positionné de manière à être visible par toutes les personnes présentes sur le site.

➤ Les récompenses

Une récompense identique est offerte à **toutes** les équipes.

➤ L'animation

Une animation musicale est prévue sur la totalité de la rencontre, un jingle annonce le début et la fin de chaque atelier.

➤ Le goûter

Un goûter est offert à la fin de KIDS ATHLETICS à tous les participants.

➤ L'ambiance

Le KIDS ATHLETICS doit se dérouler dans une ambiance amicale, les organisateurs veilleront au bon déroulement de la rencontre. Les valeurs sportives doivent prédominer en tenant compte de la sécurité et du plaisir des enfants.

Les organisateurs seront à l'écoute de toutes remarques susceptibles d'améliorer la rencontre ou les KIDS ATHLETICS à venir.

➤ Annulation

Les organisateurs se donnent le droit d'annuler ou de modifier le contenu de la rencontre en cas d'intempéries ou de risques pour les participants.

➤ Les fiches ateliers

Voir feuilles suivantes

Lancer à genoux de médecine-ball (poitrine)

Fiche 3.10 (page 31) du Guide pratique Kids' Athlétics.

Extrait du guide

IAAF KIDS' ATHLETICS - Un guide pratique

Outil	Oui
Epreuve	Oui

3.10 Lancer à genoux
Breve description: lancer de distance, des deux bras, lancer un médecine-ball à partir de la position à genoux

Figure

Attention à l'alignement
 Alternative possible :
 Lancer le médecine ball
 départ poitrine.

Description :

Le participant s'agenouille sur un tapis, se penche ensuite vers l'arrière (pré-tension du corps) et lance le médecine-ball (1Kg jaune) vers l'avant aussi loin que possible en le tenant à 2 mains au niveau de la poitrine. Après le lancer, le participant se laisse tomber vers l'avant sur le tapis souple.

Les enfants bénéficient de 2 lancers pour marquer des points.

Il y a 2 ateliers de lancer de MB simultanément pour EA et 3 ateliers de lancer de MB pour PO.

Durée de l'atelier : 10 minutes.

Attribution des points :

Différentes zones sont tracées sur le terrain, les points sont attribués suivant la zone dans laquelle arrive le médecine-ball.

	50cm	50cm	50cm	50cm	50cm	50cm	50cm	50cm	50cm	50cm	50cm	au-delà
Zone de lancer	1 point	2 points	3 points	4 points	5 points	6 points	7 points	8 points	9 points	10 points	15points	

Points de l'équipe :

Les points de l'équipe correspondent à l'addition de tous les points marqués par chaque enfant.

Nombre et missions des juges :

1 juge nécessaire sur chaque atelier : _ Juge atelier → donne le signal aux enfants pour le lancer et note les points.

Au total : 2 ateliers pour EA et 3 ateliers pour PO **soit 5 juges**.

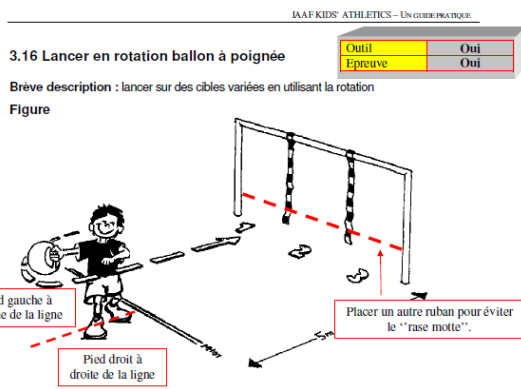
Matériel nécessaire pour l'atelier :

_ Lattes pour matérialiser les zones + Médecine-ball (quantité 10 = 2 par atelier) + cônes

Lancer en rotation avec anneau.

Fiche 3.16 (page 43) du Guide pratique Kids Athlétiques.

Extrait du guide



Description :

L'aire entière, délimitée par 2 poteaux est divisée en 3 zones de taille égale par un ruban : zone de gauche, zone centrale et zone de droite. A partir d'une position debout latérale à 5m du centre de la zone, le participant lance l'anneau avec le bras totalement tendu vers le poteau. Chaque participant dispose de 2 essais pour essayer de lancer l'objet dans la zone qui est du côté de son bras lanceur (par exemple un gaucher tente de lancer l'objet dans la zone de gauche).

Les enfants bénéficient de 2 lancers pour marquer des points.

Il y a 2 ateliers de lancer en rotation simultanément pour EA et 3 ateliers de lancer en rotation pour PO.

Durée de l'atelier : 10 minutes.

Attribution des points :

Droitier			Gaucher		
1 point	2 points	1 points	1 points	2 points	1 point

Points de l'équipe :

Les points de l'équipe correspondent à l'addition de tous les points marqués par chaque enfant.

Nombre et missions des juges :

1 juge nécessaire sur chaque atelier : _ Juge atelier → donne le signal aux enfants pour le lancer et note les points.

Au total : 2 ateliers pour EA et 3 ateliers pour PO **soit 5 juges.**

Matériel nécessaire pour l'atelier :

_ Cônes pour matérialiser la zone de lancer + Anneaux souples (quantité 10 = 2 par atelier) + ru balise ou cordes

Saut à la corde

Fiche 3.7 (page 25) du Guide pratique Kids Athlétics.

Extrait du guide

IAAF KIDS ATHLETICS - UN GUIDE PRATIQUE	
3.7 Saut à la corde	Outil
	Oui
	?
Brève description: sauts à la corde pieds joints sur une durée de 15 secondes	

Figure



Description :

L'enfant se tient debout, pieds parallèles en tenant une corde à 2 mains derrière lui. Au signal il fait passer la corde au-dessus de sa tête puis la fait redescendre devant lui, puis saute par-dessus. L'athlète bénéficie de 15s pour faire un maximum de saut. Chaque enfant bénéficie de 2 passages à la corde pour marquer des points.

Il y aura 2 ateliers de saut à la corde simultanément pour les EA et 3 ateliers pour les PO.

Durée de l'atelier : 10 minutes.

Attribution des points :

Les points attribués à l'enfant équivalent au nombre de tours complets effectués par la corde (5 tours = à 5 points).

Points de l'équipe :

Il faut additionner le nombre de tours de corde effectué par la totalité de l'équipe (2 passages / enfant).

Nombre et missions des juges :

1 juge sera chargé du chrono et 1 juge comptabilisera les points.

Pour EA : 1 juge chrono + 1 juge par sauteur (nb=2) = 3 juges

Pour PO : 1 juge chrono + 1 juge par sauteur (nb=3)= 4 juges

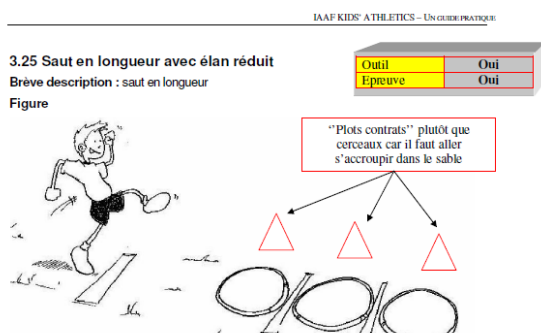
Matériel nécessaire pour l'atelier :

- _ Chronomètre (nb= 2 → 1 / catégorie d'atelier)
- _ 5 cordes.
- _ Cônes pour délimiter la zone de saut.

Saut en longueur avec élan réduit

Fiche 3.25 (page 59) du Guide pratique Kids Athlétiques.

Extrait du guide



Description :

Sur une course d'élan de 10m maximum, chaque concurrent effectue un saut en longueur. Des zones sont matérialisées dans la fosse pour le comptage des points. Chaque enfant de l'équipe saute 3 fois.

Il y aura 2 ateliers de saut en longueur simultanément pour EA et 3 ateliers de saut en longueur simultanément pour PO.

Durée de l'atelier : 10 minutes.

Attribution des points :

Les points sont attribués suivant la zone d'atterrissage de l'enfant.

Points de l'équipe :

Les points de l'équipe sont l'addition de tous les essais effectués.

Nombre et missions des juges :

1 juge nécessaire sur chaque atelier (total =5) : _ Juge atelier → annonce le prénom des sauteurs et note le résultat, ratisse le sable.

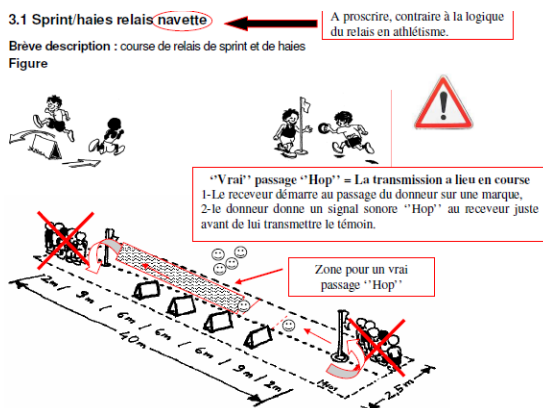
Matériel nécessaire pour l'atelier :

- _ Cônes (nb=20)
- _ Râteaux (nb=3)
- _ Ru balise pour délimiter les zones.

Relais navette

Fiche 3.1 (page 13) du Guide pratique Kids Athlétics.

Extrait du guide



Afin de pouvoir installer tous ateliers la longueur du relais navette est ramené à 36m.

Description :

L'atelier est installé comme l'indique le schéma. 2 couloirs sont tracés, un couloir avec des haies un autre sans les haies. Le départ au milieu du couloir sans haie (18m de chaque plot), le 1^{er} enfant part vers le plot, le contourne et fait le couloir avec haies, il contourne le 2^{ème} plot et vient passer le témoin au 2^{ème} athlète. Le passage de témoin devra se faire dans une zone délimitée (4m), tous les enfants font au moins un passage. Chaque équipe bénéficie de 2 passages sur l'atelier pour essayer d'améliorer son temps.

Il y a 2 ateliers relais navette pour les EA et 4 ateliers relais navette pour les PO.

Durée de l'atelier : 10mn

Points de l'équipe :

Les points sont attribués en fonction du temps de réalisation du parcours.

Si 10 équipes : la première équipe obtient 100 points, la 2^{ème} 90 points, la 3^{ème} 80 points, etc...la dernière équipe empoche 10 point.

Nombre et missions des juges :

1 juge nécessaires par atelier : _ Juge → donne le départ de l'exercice, et note le temps de passage de l'équipe.

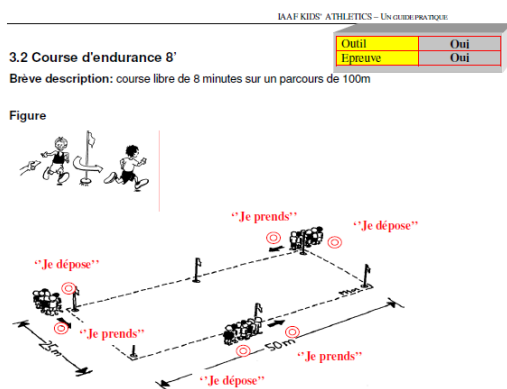
Matériel nécessaire pour l'atelier :

- _ Cônes (nb=12)
- _ Haies en mousse (nb=24)
- _ Chronomètre (nb=6)

Course d'endurance

Fiche 3.2 (page 15) du Guide pratique Kids Athlétics.

Extrait du guide



Description :

Chaque équipe doit courir sur un parcours défini (100m ou moins suivant possibilité) à partir d'un point de départ. Chaque équipier essaie de parcourir un maximum de tours en 8' (6' pour EA). Le départ est donné à toutes les équipes en même temps, à chaque tour terminé l'enfant marque 1 point pour son équipe, un juge note le passage pour chaque équipier. Un signal est donné lors de la fin des 8' (6' pour EA), on comptabilise alors le nombre de tours effectués par les enfants de l'équipe.

Il y a 2 ateliers endurance (1 pour EA et 1 pour PO). Sur l'atelier EA 2 équipes courent en même temps (départ angle différent), Sur l'atelier PO 4 équipes courent en même temps (départ angle différent).

Durée de l'atelier : 10mn

Points de l'équipe :

Les points sont attribués en fonction du nombre de tours effectués.

Nombre et missions des juges :

3 juges nécessaires par atelier EA: _ Juge 1 → donne le départ de l'exercice et donne le signal de fin de l'exercice (6 mn).

_ Juge 2 et 3 → note le nombre de tours effectués par l'équipe

5 juges nécessaires par atelier EA: _ Juge 1 → donne le départ de l'exercice et donne le signal de fin de l'exercice (6 mn).

_ Juge 2, 3, 4, 5 → note le nombre de tours effectués par l'équipe

Matériel nécessaire pour l'atelier :

_ Cônes (nb=8)

_ Chronomètre (nb=2)

Programme du Kids Athlétisme de Plouzané du 20 Avril 2013

13h30 *Accueil des participants.*

14h00 **Début de l'échauffement pour les athlètes (15 mn)**

Attribution des missions aux juges et encadrants

14h15 *Déplacement des équipes vers le 1^{er} atelier (5mn)*

14h20 **Début atelier N°1 (10 mn)**

14h30 *Déplacement des équipes vers le 2^{ème} atelier (5mn)*

14h35 **Début atelier N°2 (10 mn)**

14h45 *Déplacement des équipes vers le 3^{ème} atelier (5mn)*

14h50 **Début atelier N°3 (10 mn)**

15h00 *Déplacement des équipes vers le 4^{ème} atelier (5mn)*

15h05 **Début atelier N°4 (10 mn)**

15h15 *Déplacement des équipes vers le 5^{ème} atelier (5mn)*

15h20 **Début atelier N°5 (10 mn)**

15h30 *Déplacement des équipes vers le 6^{ème} atelier (10mn)*

15h35 **Début atelier N°6 (10 mn)**

15h45 *Fin des épreuves*

16h00 *Annonce des résultats et Goûter*

16h30 *Fin de la rencontre*

Amusez-vous ! – Amusons nous !

Les organisateurs