

# ***Rencontre Eveil Athlétique - Poussins***

**Samedi 13 juin 2015**



**Châlons-en-Champagne  
Stade des Frères Lauvaux**



## REGLEMENT

*Cette compétition par équipe a pour objectif de proposer une animation ludique d'apprentissage de l'athlétisme d'environ deux heures aux catégories les plus jeunes. Elle n'a pas vocation à mettre en valeur les performances des jeunes athlètes.*

**IMPORTANT : chaque club doit fournir un juge et un accompagnateur par équipe inscrite pour le bon déroulement de l'organisation. Nous invitons les clubs à faire participer leurs jeunes juges.**

Les horaires devront être strictement respectés.

Les inscriptions des enfants dans leur équipe se font **entre 14H00 et 14H30.**

**A 14H45 : briefing avec tous les responsables d'équipes et les membres du jury.**

Ce kids athlé est prévu pour **16 équipes Eveil Athlétique et Poussins séparés**. (minimum 12 enfants, maximum 16). Il y aura donc deux classements (un pour chaque catégorie). **Il y a également deux programmes différents.**

Les fiches d'équipes et les feuilles d'épreuves devront être soigneusement et lisiblement remplies : **nom de l'équipe, nom de l'animateur responsable de l'équipe, noms et prénoms des participants, club. Il est obligatoire d'inscrire les numéros de licence.** Dès qu'elle est remplie, cette feuille d'équipe doit être impérativement rendue au secrétariat (pas de feuille d'équipe, pas de résultat possible).

Chaque équipe possède un numéro et a 15 minutes (sauf pour le relais) pour effectuer son épreuve et doit suivre précisément l'ordre de passage fixé par le tableau des épreuves. Les responsables d'équipes sont priés de respecter ces horaires et leur ordre de passage afin de ne pas perturber l'organisation de la compétition.

A la fin de chaque épreuve, **la feuille de résultats de l'épreuve passée doit être apportée au secrétariat sans attendre.** Une moyenne des performances pour chaque épreuve est faite selon le nombre d'enfants par équipe. Cette moyenne permet d'attribuer des points aux équipes et d'établir un classement en fin de compétition.

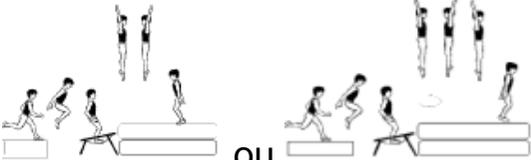
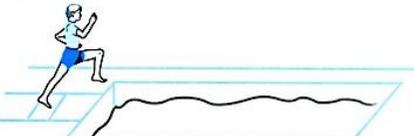
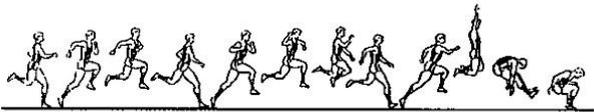
Pendant le déroulement des épreuves, les juges annoncent les performances réalisées par les enfants (voir les consignes concernant les épreuves). Ces performances sont notées par les animateurs responsables des équipes.

**Programme Horaires – Déroulement des épreuves**

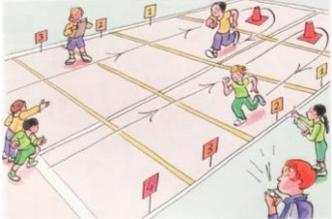
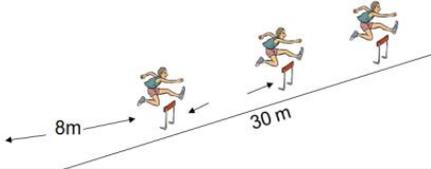
**- Ordre de passage des équipes**

Epreuves	14h30-14h45	14h45-15h00	15h00-15h15	15h15-15h30	15h30-16h00	16h00-16h15	16h15-16h30	16h30-16h45
<b>30m haies</b>	1	9	3	4	<b>Relais épingle</b>	7	6	14
	2	11	5	8		12	13	10
	15					16		
<b>Saut en hauteur ou trampoline</b>	3	10	1	11		5	2	8
	4	13	6	14		9	7	12
		15		16				
<b>Saut en longueur ou Triple bond</b>	5	12	9	7		11	1	3
		16	15					
	6	14	13	2		8	10	4
<b>Marteau ou vortex</b>	7	1	10	13		4	5	2
			16	15				
	8	3	11	12		14	9	6
<b>Medecine ball</b>	9	2	14	1		13	3	11
						15		16
	10	4	12	5		6	8	7
<b>Echelle de rythme</b>	11	5	2	6		10	4	13
						16	15	
	12	7	8	3	1	14	9	
<b>Vitesse 7"</b>	13	6	7	9	2	11	1	
	16					15		
	14	8	4	10	3	12	5	
	<b>14h30-14h45</b>	<b>14h45-15h00</b>	<b>15h00-15h15</b>	<b>15h15-15h30</b>	<b>15h30-16h00</b>	<b>16h00-16h15</b>	<b>16h15-16h30</b>	<b>16h30-16h45</b>

## Description des épreuves

Epreuves	Description	Attribution des pts	Emplacement	Matériel
<p><b>Saut en hauteur ou Trampoline</b></p>	<p><b>EA</b> : saut à 2 pieds sur trampoline, faire une rotation longitudinale avec réception équilibrée (ne pas bouger le temps de compter jusque 3)</p>  <p><b>PO</b> : Effectuer un saut en hauteur et passer par-dessus le fil.</p> 	<p><b>EA</b> Saut à 2 pieds sur mini-trampo = 1 pt ½ tour et réception équilibrée = + 1pt 1 tour et réception équilibrée = + 2 pts (notation de 1 à 3 points)</p> <p><b>PO</b> Impulsion à 1 pied = 1 pt Franchissement sans toucher le fil : 0,90 m = + 1 pt 1 m = + 2 pts 1,10 m = + 3 pts (notation de 1 à 4 points)</p>	<p>EA sur tapis perche</p> <p>PO au sautoir hauteur</p>	<p>Mini-trampoline Plinth Gros tapis Poteaux + élastique 2 juges</p>
<p><b>Saut en longueur ou Triple bond</b></p>	<p><b>EA</b> : Effectuer un saut en longueur après un élan de 8-10m</p>  <p><b>PO</b> : Effectuer un triple bond (2 foulées bondissantes + saut en longueur) après un élan de 8-10m</p>  <p style="text-align: center;">FB                      FB                      SAUT</p>	<p>Mesurer et noter la distance réalisée.</p>	<p>Aire de saut longueur</p>	<p>Plots Haies pour délimiter la zone d'élan. Décamètre ou bande métrique.</p>

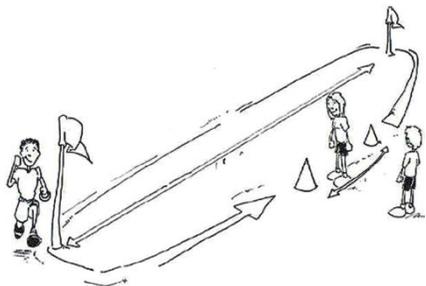
<p><b>Medecine-ball</b></p>	<p>Lancer type passe basket (MB à la poitrine)</p>  <p><b>EA</b> : 1 kg - élan pas chassés 3 m</p> <p><b>PO</b> : Lancer en rotation (1 rotation = 2 demi-tours) ♀ : 1,5 kg ; ♂ : 2 kg</p>	<p>Mesurer et noter la distance réalisée</p>	<p>Terrain stabilisé</p>	<p>Medecine-ball 1kg, 1,5kg et 2kg Bande métrique. 2 juges</p>
<p><b>Lancer de vortex ou marteau</b></p>	<p><b>EA</b> : Lancer de vortex après 5 m d'élan en pas chassés</p>  <p><b>PO</b> : Après plusieurs moulinets, lancer le marteau le plus loin possible.</p> 	<p><b>PO</b> Zones de points de 1 à 5 (tous les 3m)</p> <p><b>EA</b> Mesurer et noter la distance réalisée</p>	<p><b>EA</b> Terrain foot</p> <p><b>PO</b> : Cage lancer marteau</p>	<p>Marteaux 1kg Plots Vortex Haies pour délimiter la ligne de lancer Bande métrique</p>

Epreuves	Description	Attribution des pts	Emplacement	Matériel
<b>Vitesse</b>	<p>Courir le plus vite possible sur 7" en aller-retour 3 couloirs</p> 	<p>Distance de chaque participant Faire des zones de 2 m Prendre la meilleure performance de chaque enfant</p>	<p>Piste coté départ</p>	<p>Chronomètre -timer. Plots avec numéros de zone ou distance Starter et 2 juges "mesure".</p>
<b>Echelle de vitesse</b>	<p>Effectuer le passage sur l'échelle de vitesse le plus vite possible sans rater d'intervalle en aller-retour. Déclencher le chronomètre lorsque l'enfant touche le plot de départ et l'arrêter quand il le retouche à l'arrivée.</p> 	<p>Prendre le chrono de chaque participant. Ajouter 1 seconde à chaque faute réalisée.</p>	<p>Piste coté arrivée</p>	<p>Chronomètre Echelles de vitesse. Juge.</p>
<b>30m haies</b>	<p>Courir 30m le plus vite possible en passant 3 haies</p> <p>Départ-1<sup>ère</sup> haie + intervalles inter-obstacles = 8m Hauteur PO : 60cm (5<sup>e</sup> trou) Hauteur EA : 40cm (3<sup>e</sup> trou)</p> 	<p>Prendre le meilleur temps de chaque participant.</p>	<p>Ligne droite de la piste.</p>	<p>Chronos. 2 parcours EA 2 parcours PO. 1 ou 2 chronométrateurs 1 starter.</p>

**Relais en  
épingle**

Effectuer le relais en épingle par équipe  
le plus vite possible. Même nombre de  
passages pour toutes les équipes.

Distance  $\approx$  20 m



Noter le chrono de l'équipe.

Terrain foot.

Chronos.  
Tous les  
juges  
disponibles