



# Athlétisme élémentaire

## 1) CONTENUS DE LA RENCONTRE DEPARTEMENTALE

Cinq épreuves sportives du CP au CM2 :

- une course de vitesse.
- une course de haies.
- un lancer (3 essais à la suite).
- un saut (2 essais + 1 si échec aux deux premiers essais).
- un relais

Une épreuve culturelle sur l'athlétisme.

	VITESSE	LANCER léger couloir de 10 m	HAIES <sup>1</sup>	SAUT	RELAIS
CP	30 m	balles lestées de 200g	30 m H=25 cm	longueur	4 x 35 m
CE1	30 m	balles lestées de 200g	30 m H=30 cm	longueur	4 x 35 m
CE2	40 m	balles lestées de 200g	40 m H=35 cm	longueur	4 x 40 m
CM	40 m	balles lestées de 200g	40 m H=40 cm	longueur	4 x 40 m

### <sup>1</sup> Disposition des 5 haies :

30m D /-----/-----/-----/-----/-----/-----/ A  
           6m  4,5m 4,5m 4,5m 4,5m 6m

40m D /-----/-----/-----/-----/-----/-----/ A  
           8m   6m   6m   6m   6m   8m



## **2) ORGANISATION DE LA RENCONTRE DEPARTEMENTALE**

La rencontre se déroule sur un stade d'athlétisme. Elle dure une journée de 10h-10h 30 jusqu'à 15h15, avec repas tiré du sac.

### **Le matin ou l'après-midi :**

Les enfants d'une même classe sont partagés en deux groupes. Dans les classes à double, triple niveaux, les enfants d'un même niveau seront dans le même groupe. Chaque groupe accompagné d'un adulte pratique les activités de course, lancer, saut et réalise l'épreuve culturelle. Pour chacune des activités sportives, les performances individuelles des enfants sont traduites en nombre de points (voir barèmes).

En fonction du total de ses points, chaque enfant recevra un diplôme (pointes d'or, pointes d'argent ou pointes de bronze).

	POINTES D'OR	POINTES D'ARGENT	POINTES DE BRONZE
GARÇONS	32 pts et +	de 24 pts à 31 pts	jusqu'à 23 pts
FILLES	28 pts et +	de 20 pts à 27 pts	jusqu'à 19 pts

### **Au terme de la journée :**

Un trophée sera remis à chaque classe en fonction des performances sur les ateliers (moyenne de la classe). Le barème ci-dessous peut être modifié en fonction des conditions météorologiques.

Stade d'or	Stade d'argent	Stade de bronze
+ de 26 pts	Entre 22 et 26 pts	Moins de 22 pts

### **L'après-midi ou le matin :**

Dans chaque classe des équipes de relais de 4 enfants sont constituées et sont notées sur les feuilles de résultats dans l'ordre décroissant de vitesse (**l'équipe de relais n° 1 étant la plus rapide**). Les enfants n'étant dans aucune équipe de relais seront groupés avec d'autres enfants dans la même situation. Les équipes de relais des différentes classes sont alors opposées dans des courses par niveau. **Bien évidemment, au passage du témoin, le départ lancé est autorisé !**

## **3) ROLE DES PARTICIPANTS**

### **Les adultes responsables d'atelier**

Ce sont les enseignants des classes ou les aides-éducateurs. Ils ont pour rôle :

- veiller à la sécurité,
- répartir les tâches,
- régler les litiges,
- prendre et annoncer les performances.



### Les accompagnateurs des groupes

Ce sont les parents ou des enfants responsables. Ils ont pour rôle :

- veiller à la sécurité,
- organiser les rotations sur les ateliers (pas de rotations préétablies),
- rappeler les tâches des enfants
- vérifier la notation des performances,
- compléter les feuilles de résultats avec les points correspondants aux performances (voir barèmes).

## 4) LA PREPARATION DE LA RENCONTRE D'ATHLETISME A L'ECOLE

### Les enfants et leur rôle social

Les enfants en plus d'être athlètes sont impliqués dans l'organisation. Ils peuvent avoir des rôles sociaux à tenir en réalisant certaines tâches lors de la préparation à l'école.

#### Pour les courses (vitesse et haies)

- Donner le départ **debout** sur trois temps « A vos marques, prêt, partez »
- Chronométrer les courses
- Remettre les haies en bonne position (place et hauteur)

#### Pour le saut

- Vérifier que le dernier appui se situe avant la planche (la ligne). Si l'athlète « mord la planche », le juge arbitre lève le bras à la verticale et l'essai n'est pas validé.
- Veiller à l'état du sable

#### Pour le lancer

- Vérifier que les athlètes en attente sont assis derrière le lanceur, à distance, et que personne ne se trouve dans l'aire de lancer
- **Le lanceur** va chercher ses trois balles en trottinant et les dépose au pied du lanceur suivant

Pour tous les ateliers les enfants doivent être capables de noter les performances sur les feuilles de résultats (sauf pour les CP)

IL CONVIENT QUE TOUS LES ENFANTS SOIENT PRÉPARÉS A CES RÔLES SOCIAUX, POUR QU'ILS PUISSENT ÊTRE IMPLIQUÉS ÉVENTUELLEMENT LORS DE LA RENCONTRE DÉPARTEMENTALE.