

Dimanche 3 décembre 2023 a Montlouis

PASS ATHLE

1ere Session

POUSSINS

6 Epreuves

ECOLE D'ATHLE

3 Epreuves

+

Kid Cross 3

- Le steeple**
- Le manège**
- La bonne distance**



PASS ATHLE / KID CROSS, Dimanche 3 Décembre 2023 à Montlouis sur Loire
Complexe Sportif Léo Lagrange : Avenue Appenweier 37270 Montlouis sur loire

HORAIRES :

14 H : Ouverture des installations et inscriptions

Composition des groupes

14 H 45 : échauffement collectif

15 H 00 : Début des épreuves

PASS ATHLE :

- **Poussin 2** (Salle principale)
6 épreuves du Pass Athlé, Possibilité de participer au Kid Cross si le temps le permet

- **Poussin 1 et Ecole d'athlétisme** (Salles Annexes)
3 épreuves du Pass Athlé,

KID CROSS :

- **Poussin 1 et Ecole d'athlétisme** (plateau extérieur)
 - **3 ateliers :**
 - le steeple
 - le manège
 - La bonne distance

- **Poussin 2 (plateau extérieur)**
 - S'il reste du temps après les épreuves de Pass Athlé

17 H 00 : Remise des récompenses et Gouter

Les horaires sont donnés à titre indicatif et peuvent être modifié.

Contact : Pascal MAINGUY :

David HERVO : 06 77 14 23 12





ETAPE 2

Nom du jeu
Le steeple

Thème

J'ajuste ma vitesse de déplacement

Éducateur

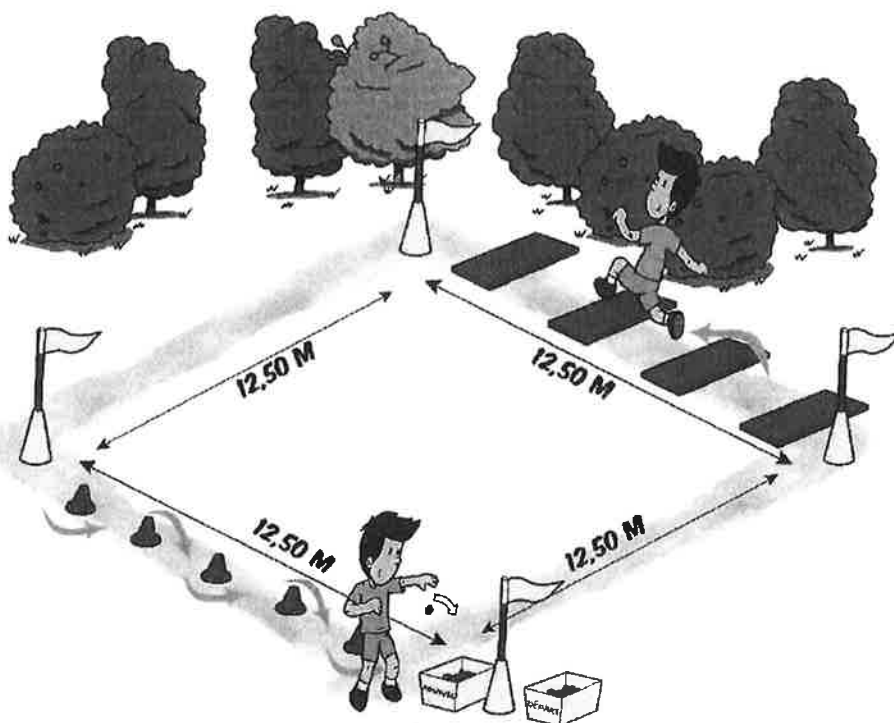
Objectif : adapter sa vitesse de déplacement en fonction des contraintes de course.

Situation

Matériel : 2 récipients, bouchons, 4 jalons, 4 tapis de 0,5 x 1 m, 6 plots.

Règle du jeu : à chaque tour, l'enfant transfère un bouchon du « seau réserve » au « seau performance ». Il a le choix de son allure de déplacement (marche ou course) sur les 2 sections libres mais il est obligé de courir sur les sections avec obstacles et slalom.

Réaliser plusieurs manches (sur une ou plusieurs séances) afin de comparer les différents scores obtenus.
Durée entre 4 et 6'.



Enfant

But : je transfère le plus de bouchons possibles.

Critère de réussite : je réussis si je transfère le plus de bouchons possibles ...

Critère de réalisation : ... et à condition que je respecte les contraintes imposées.

Variables d'évolution

Augmentation du temps et/ou de la distance.

Aménagements de l'espace : mettre des obstacles à contraintes différentes (long, haut, masquant, culturel) ou imposer des modes de déplacement (pas chassés ou croisés par exemple).



Non du jeu Le manège

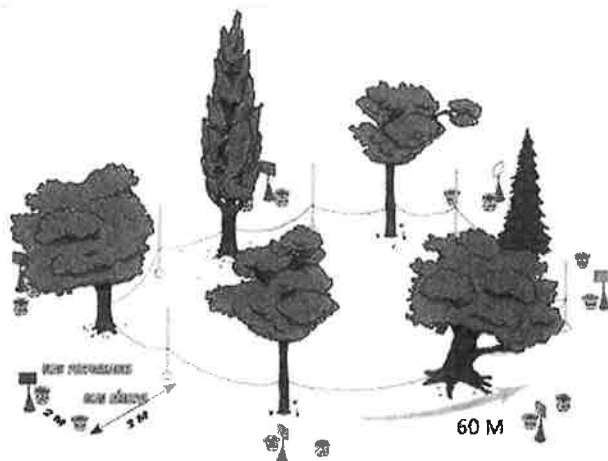
Educateur

Objectif : produire un effort continu sur une durée imposée dans un environnement naturel.

Caractéristiques du parcours

Distance du parcours : environ 1 m par enfant. Le but est de créer un flux continu de coureurs au sein duquel il n'y a ni premier ni dernier. Les enfants sont alors dans un effort collectif. Autant que possible, il faut utiliser les caractéristiques naturelles (relief, végétation, surface) pour varier les difficultés du parcours.

Pour notre exemple, le parcours fait environ 60 mètres.



Nombre d'enfants par équipe

Les enfants sont répartis de façon à obtenir des équipes à effectifs homogènes en se fixant un maximum de 8 coureurs par équipe. Si l'effectif des équipes n'est pas homogène, il faut identifier, dans les équipes les moins nombreuses, des enfants qui prendront 2 bouchons au lieu d'un à chaque tour.

Dans ces équipes, sont identifiés autant d'enfants que nécessaire pour obtenir l'effectif de l'équipe la plus nombreuse. Pour notre exemple de 55 enfants, il y aura 6 équipes de 8 et une équipe de 7. Dans cette équipe 1 enfant prendra 2 bouchons à chaque tour.

Organisation

Le parcours est matérialisé par une bande de rubalise. A une distance d'environ 3 mètres de cette lice et sur l'extérieur, sont disposées, de façon régulière, des bases équipes.

Pour notre exemple, les 7 bases (une par équipe) sont distantes les unes des autres de 8 mètres environ.

Règles du jeu

A leur base, tous les coureurs de l'équipe prennent un bouchon. Au signal sonore de départ, tous les enfants de toutes les équipes partent dans le même sens. A chaque passage par la base de départ, le bouchon transporté est déposé dans le « seau performance » puis un autre bouchon est pris dans le « seau réserve » et ainsi de suite.

Avant la fin du jeu, le « maître du temps » annonce aux coureurs la dernière minute, les trente puis quinze dernières secondes. Tout tour commencé avant le signal sonore de fin de course sera terminé. Le bouchon sera déposé dans le seau prévu.



Variante : La roue de la fortune

Au niveau des bases, il n'y a plus qu'un seul seau avec vingt bouchons. A chaque tour, le bouchon est déposé dans le « seau performance » de l'équipe cible la plus proche de sa base de départ puis les enfants finissent leur tour et prennent un nouveau bouchon dans leur « seau performance » et ainsi de suite durant 2'.

Lors des autres départs, l'équipe cible est décalée d'une base (pour éviter lorsqu'il y a un déséquilibre de vitesse important de favoriser ou de défavoriser des équipes). Le but, à la fin du temps total de course, est d'avoir transféré le plus de bouchons possibles dans le « seau performance » des autres équipes. L'équipe gagnante est l'équipe qui a le moins de bouchons à la fin de toutes les manches.

Nom du jeu
La bonne distance

Thème
J'adapte ma vitesse de déplacement

Éducateur

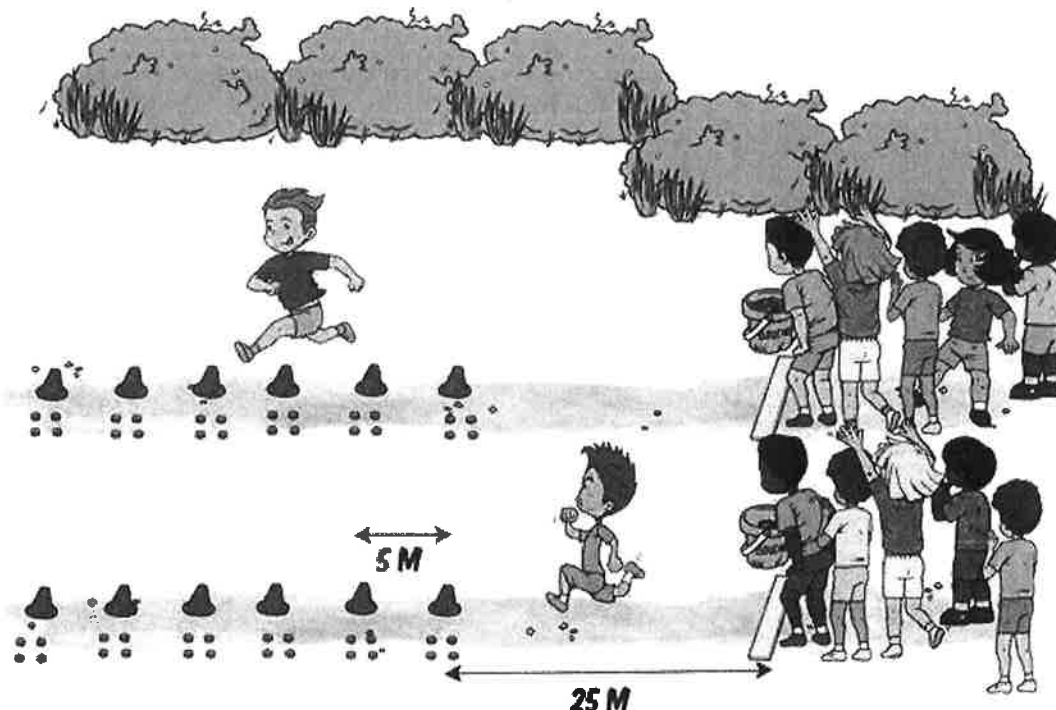
Objectif : se répartir des distances à parcourir au sein d'un collectif.

Situation

Matériel : plots, bouchons.

Règle du jeu : les 6 coureurs, à tour de rôle (ils se tapent dans la main lors du relais), transfèrent un à un les bouchons placés près des plots dans le seau performance. Chaque coureur choisit le plot qu'il souhaite atteindre.

L'équipe gagnante est celle qui a transféré tous les bouchons avant les autres équipes. Tout bouchon touché avant le signal de fin est comptabilisé. Durée : 4 à 6'.



Enfant

But : je dois rapporter le plus de bouchons possibles pour mon équipe.

Critère de réussite : je réussis si je rapporte le plus de bouchons possibles ...

Critère de réalisation : ... et à condition que je cours sur la distance qui me convient le mieux.

Variables d'évolution

Augmenter ou diminuer les distances et/ou la durée du jeu.

Différencier la valeur des bouchons en fonction de leur distance (1^{er} plot = 1 point, 2^e = 2 points, etc.).

Pour une même équipe, 2 enfants partent en même temps et transmettent, à la fin de leur parcours, un témoin au coureur suivant.