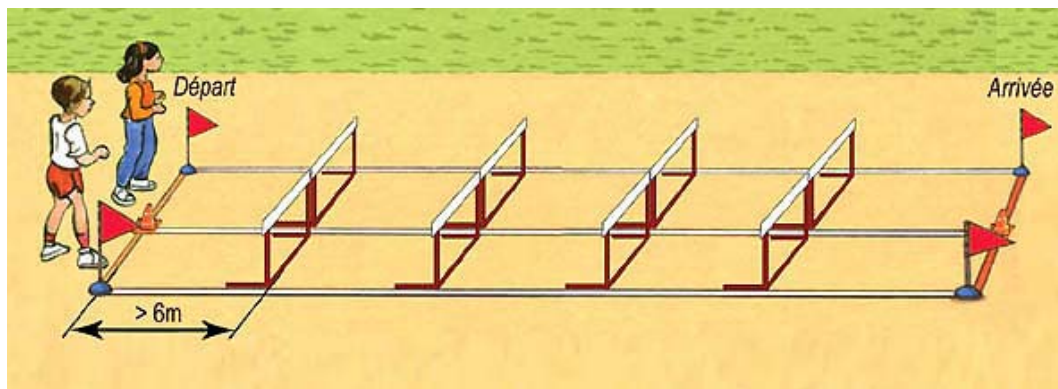
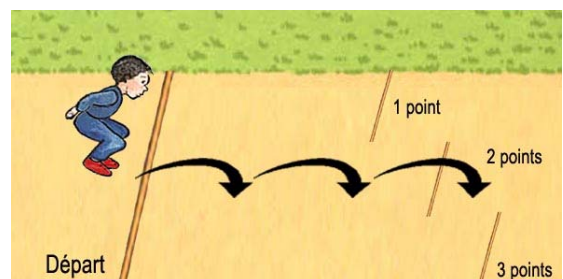


# RENCONTRES ATHLETISME CYCLE 2



- Présentation
- 8 ateliers
  - Lancer de ballon avec précision
  - Lancer de ballon loin à 2 mains
  - Relais navette 4 x 30 m
  - Course d'obstacles 30 m
  - Course d'endurance 800 m
  - Sauts de kangourou
  - Traversée de rivière
  - Saut de précipice
- Fiche d'équipe



Edition 2006



# RENCONTRES ATHLETISME

Edition 2006

Ce fichier vous présente les nouveaux contenus qui sont retenus pour les rencontres athlétisme USEP. Ces contenus ont été retenus en tenant compte de vos demandes et sont adaptés à la programmation départementale que l'équipe EPS a proposée.

Ce fichier se propose d'aider, de façon très pratique, les enseignants et animateurs d'association à organiser des rencontres athlétiques pour les enfants, qui contribueront à leur développement harmonieux au travers d'activités physiques et sportives adaptées, à l'école, dans un cadre associatif, éducatif et responsable.

## **COURIR, LANCER, SAUTER**

Des épreuves multiples, adaptées, ont été choisies autour des trois activités de base de l'activité physique et sportive du jeune enfant.

## **UNE ORGANISATION "COLLECTIVE" PARTAGEE**

Le matériel à réunir, l'encadrement à mobiliser, les consignes techniques à respecter, l'organisation générale à mettre en place, tout est précisé pour qu'enfants et adultes se partagent les responsabilités de préparation, d'accueil, de gestion des ateliers, et des résultats.

## **DES ENFANTS ACTEURS**

Au-delà du simple geste sportif, l'USEP a voulu que l'enfant s'implique dans des rôles divers (juge, chronométreur, secrétaire, conseiller d'équipe, coureur, lanceur, sauteur,...) au cours de la rencontre et qu'il joue un rôle actif dans sa préparation, son déroulement et son évaluation.

## **UN OUTIL PRATIQUE ET EVOLUTIF**

Les fiches mobiles pourront être reproduites selon les besoins, transformées, enrichies, en fonction de vos observations, de vos expériences et complétées d'apports pédagogiques spécifiques ou de nouvelles propositions.

## **LA RENCONTRE d'ATHLETISME :**

C'est une rencontre par équipes. Les enfants obtiennent des points à partir de duels contre des adversaires ou de zones à points (cycle 2) ou en réalisant des performances qui sont traduites en points à l'aide d'un barème (cycle 3). L'équipe qui obtient le plus grand total de points gagne la rencontre.

Au cycle 2, la rencontre dure une demi-journée, et les ateliers sont gérés par des adultes.

**Au cycle 3, les rencontres se déroulent sur une journée complète, elles débutent vers 9h30 et se terminent vers 15h30. Un moment est prévu pour partager le pique-nique.** La particularité au cycle 3 est que ce sont les enfants qui assurent le bon déroulement de cette journée, en jugeant, notant, organisant. Les adultes présents constituent des personnes-ressources.



# RENCONTRES ATHLETISME

## Généralités pour le cycle 2

Les rencontres athlétisme USEP sont l'aboutissement d'un cycle de travail en athlétisme et permettent à des équipes d'enfants de s'affronter par le biais d'épreuves codifiées de courses, sauts et lancers. Les points sont obtenus par confrontation avec les autres enfants (principe du duel, je gagne ou je perds)

### Conditions à remplir pour participer aux rencontres

#### Pour les maîtres :

- se doter du matériel nécessaire minimal, permettant la préparation des élèves et la rencontre
- mener un cycle d'au moins 8 à 10 séances, pour préparer les élèves aux activités athlétiques proprement dites, mais aussi leur apprendre à installer le matériel, gérer un atelier...

#### Pour les élèves :

- avoir un niveau de pratique suffisant
- savoir installer les ateliers
- connaître ses performances
- connaître le principe de la rencontre (duel : je perds ou je gagne - zone : telle zone atteinte attribue tant de points) et du fonctionnement des ateliers
- avoir préparé la fiche d'engagement de l'équipe.

### Installation

Lors de la rencontre, chaque enseignant installe avec sa classe un atelier. L'atelier dont il a la responsabilité sera précisé dans la fiche « organisation » de la rencontre.

### Les équipes

Constituer des équipes mixtes (garçons et filles) de 4 élèves, avec une tolérance de plus ou moins 1 enfant.

si des élèves sont en trop, constituer des équipes de 5. Dans ce cas, on ne comptabilise que les 4 meilleurs résultats obtenus pour le total des points de l'équipe.

S'il manque des élèves, constituer des équipes de 3. Dans ce cas, un enfant effectue deux passages et cet enfant est différent à chaque atelier.

Les équipes doivent être des équipes de niveau d'âge (équipe de 8 ans, équipe de 7 ans...). Si certains enfants ont 1 ou 2 ans de retard, les répartir dans les différentes équipes à raison d'un maximum par équipe.

### Comment remplir les feuilles de rencontre :

Renseigner les noms et âges des enfants constituant l'équipe, nom de l'école et de la classe, numéro de l'équipe. Le numéro du groupe sera attribué au stade au début de la rencontre.

Les équipes viennent à la rencontre avec les fiches ainsi renseignées.

Toutes les cases jaunes doivent donc être remplies avant la rencontre.

### Principe du duel ou des zones à points

2 équipes provenant d'écoles différentes sont associées et s'affrontent pour la durée de la rencontre.

A chaque atelier de course, chaque élève d'une équipe se confrontera à un seul élève de l'équipe adverse. L'adversaire devra être différent d'une épreuve à l'autre.

Pour les sauts et les lancers, il n'y a pas de confrontation directe, mais les enfants obtiennent des points en fonction des zones qu'ils réussissent à atteindre

## Points

Les points sont généralement attribués ainsi :

- Le vainqueur marque 3 points
- le perdant marque 1 point (0 point si tous les essais sont ratés - ex : tous les lancers hors zone, aucun saut valide, absent lors du départ de la course)
- en cas d'égalité, chaque élève marque 2 points.

Vitesse - haies :

*Relais : l'équipe qui gagne marque 12 points, l'autre 4 (8 chacune si égalité)*

*Courses individuelles : course par 2 et classement à la place (le 1<sup>er</sup> marque 3 points, le dernier 1 point, et 2 points sont attribués à chacun en cas d'égalité).*

Concours (sauts - lancers) :

*marquage au sol de zones à atteindre ou à franchir, pour obtenir 1, 2 ou 3 points selon la performance accomplie.*

## Contenus : 8 ateliers

épreuve	Dénomination	Points Maxi
<b>COURSE</b>	Endurance échauffement – 800 m	12 (3 par élève)
<b>COURSE</b>	30 m obstacles	12 (3 par élève)
<b>SAUT</b>	Sauts de kangourou	12 (3 par élève)
<b>SAUT</b>	Traversée de rivière	12 (3 par élève)
<b>SAUT</b>	Saut de précipice	12 (3 par élève)
<b>LANCER</b>	Lancer de ballon avec précision	12 (3 par élève)
<b>LANCER</b>	Lancer de ballon loin à 2 mains	12 (3 par élève)
<b>RELAIS</b>	Relais 30 m	12
<b>ATTITUDE</b>	<i>Des points sont accordés à l'équipe si elle s'est bien comportée et si sa fiche est bien remplie.</i>	4
	<b>TOTAL</b>	<b>100</b>

## Déroulement de la rencontre

- 1) Accueil - Rassemblement des enfants pour rappeler les consignes (fonctionnement, règles, sécurité...)
- 2) Chaque classe part installer l'atelier ou les ateliers dont elle a la responsabilité. Les ateliers où le passage est lent peuvent être installés en double (saut, lancer).
- 3) Epreuve collective de course longue pour s'échauffer.
- 4) Les équipes se répartissent sur les ateliers où le travail se déroule en deux phases :

Phase 1 : les enfants s'exercent, peuvent effectuer plusieurs essais "pour du beurre"

Phase 2 : les duels commencent et les performances sont prises en compte.

Ainsi on favorise la quantité de pratique. Un atelier dure 12 à 15 minutes.

L'adulte responsable de l'atelier en assure la gestion complète : il réceptionne les fiches, détermine l'ordre de passage, organise la phase 1, note les résultats, effectue les totaux avant le départ des enfants de l'atelier.

Evidemment, il assure la sécurité, gère les conflits, associe les enfants au fonctionnement de l'atelier (ramassage des engins, désigne des juges...), gère le temps.

- 5) Un groupe d'équipes qui a accompli le travail à un atelier va ensuite à l'atelier suivant, selon l'ordre de la fiche.
- 6) Lorsque tous les ateliers sont effectués, ou si l'attente est trop longue, une équipe peut retourner à un atelier pour tenter d'améliorer ses performances.
- 7) 10 minutes avant la fin de la rencontre, les enseignants calculent le total des points des équipes qui sont près d'eux. Pendant ce temps, les enfants démontent les ateliers qu'ils ont installés et rangent le matériel.
- 8) Rassemblement pour les résultats et le goûter éventuel.

## Rôle de chacun :

Chaque enseignant apporte ce qui est nécessaire au bon fonctionnement de son atelier.

**CHAQUE MAITRE APPORTE SON MATERIEL MAIS AUSSI :**

- Sifflet, chronomètre, crayons et planchettes, trousse à pharmacie.
- Les fiches des équipes constituées et prêtes à être utilisées.

Les responsabilités seront précisées sur les convocations aux rencontres, qui présenteront la date et le lieu de la rencontre, avec les participants, les heures du bus.

**ATTENTION, le délégué USEP ne sera pas systématiquement présent le jour de la rencontre.**

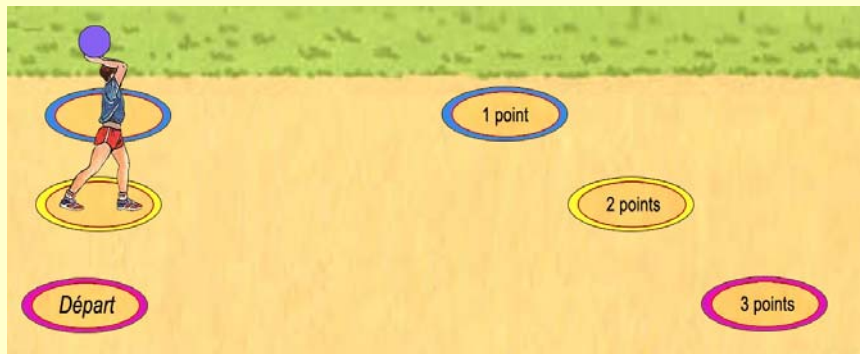
**Si vous rencontrez des soucis lors de la préparation, n'hésitez pas à nous contacter.**

*Le délégué USEP 90*

## MATERIEL

- ✚ 2 ou 3 ballons identiques assez lourds (foot ou basket),
- ✚ 4 cerceaux (1 cerceau « zone de départ », et 3 cerceaux cible éloignés d'environ respectivement 2, 3, et 4 m du cerceau cible),
- ✚ 1 décamètre (pas pour mesurer les jets, mais pour installer les zones au départ).

## DISPOSITIF



Zones à 2, 3 et 4 m au CP (-50 cm en GS, + 50 cm en CE1)

**But de l'épreuve : lancer le ballon dans les cibles**

## ORGANISATION

### DEROULEMENT DE L'EPREUVE

- ✚ à cet atelier, il n'y a pas de confrontation directe (chacun lance pour soi et non contre un adversaire),
- ✚ le lanceur se place dans le cerceau « zone de départ » et a 3 tentatives pour atteindre la plus proche des cibles qui vaut 1 point. Dès qu'il réussit, il passe à la zone suivante, avec une cible plus éloignée valant 2 points. Idem à la zone 3 points.
- ✚ le lanceur a toujours 3 tentatives pour atteindre la cible, ne peut passer à la suivante que s'il a réussi. S'il échoue, il va à la queue dans sa file (on lance chacun son tour, pas 3 fois de suite) et recommencera à son tour dans la limite de 3 essais au total par cible. S'il échoue 3 fois, il va s'asseoir derrière le cerceau cible ou il a réussi (le précédent). S'il échoue à la cible 1 point, il s'assied sur le côté du cerceau départ et ne marque pas de point.
- ✚ quand il a atteint la cible à 3 points, il s'assied derrière cette cible à 3 points.
- ✚ si le ballon tombe sur le bord du cerceau cible, les points sont accordés,
- ✚ si un lanceur, déséquilibré ou de façon volontaire, sort de son cerceau en lançant, l'essai est nul,
- ✚ on peut lancer à une ou deux mains, et comme on le souhaite,
- ✚ on ne peut marquer qu'une seule fois par cible, car dès qu'on réussit on change de cible,
- ✚ les seuls résultats possibles sont donc 0, 1, 2 ou 3 points pour cet atelier. Pour attribuer les points, on regarde où sont assis les enfants.

## SECURITE

Les équipiers du lanceur sont derrière lui. Tout le monde regarde le lanceur et les ballons.

L'équipe concurrente ou en attente redonne le ballon au lanceur.

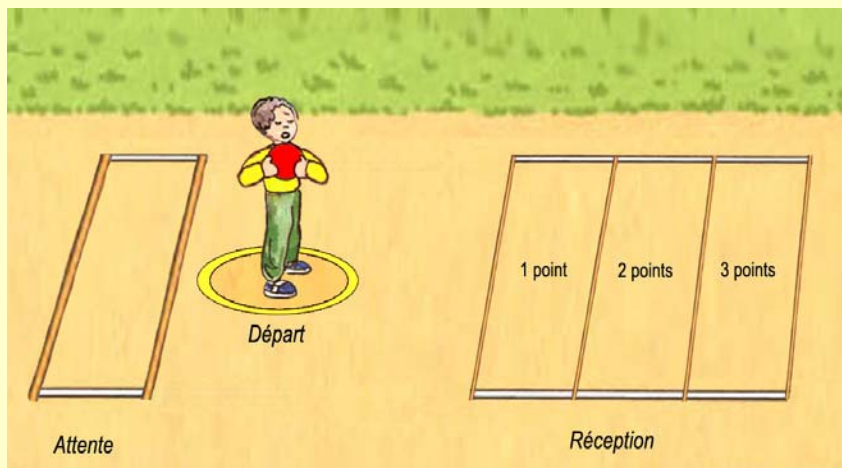
On ne se déplace que sur le côté de l'atelier.



## MATERIEL

- ✚ zone de réception de 10m de large où sont tracées ou matérialisées les zones de points,
- ✚ zone du lanceur matérialisée par 1 cerceau,
- ✚ 3 ballons (basket ou foot),
- ✚ 1 décamètre (pas pour mesurer les jets, mais pour installer les zones au départ).

## DISPOSITIF



Zones à 3, 4 et 5 m au CP (-50 cm en GS, + 50 cm en CE1)  
**But de l'épreuve : lancer le ballon le plus loin possible**

## ORGANISATION

### DEROULEMENT DE L'EPREUVE

- ✚ à cet atelier, il n'y a pas de confrontation directe (chacun lance pour soi et non contre un adversaire),
- ✚ le lanceur se place dans le cerceau « zone de départ » et a 3 tentatives au total pour lancer le plus loin possible. La distance prise en compte est celle franchie au premier rebond du ballon !
- ✚ Après chaque lancer, il va à la queue dans sa file (on lance chacun son tour, pas 3 fois de suite) et recommencera à son tour dans la limite de 3 essais au total.
- ✚ Après les 3 lancers, il s'assied à côté de la zone où il a obtenu le meilleur résultat.
- ✚ si le ballon tombe sur la limite de zone, les points sont accordés,
- ✚ si un lanceur, déséquilibré ou de façon volontaire, sort de son cerceau en lançant, ou sort du cerceau vers l'avant, l'essai est nul. Idem si le ballon retombe hors zone de réception.
- ✚ on doit lancer à deux mains, depuis la poitrine,
- ✚ on lance 3 fois à cet atelier, même si on obtient 3 points au premier ou deuxième essai.
- ✚ **les seuls résultats possibles sont donc 0, 1, 2 ou 3 points pour cet atelier. Pour attribuer les points, on regarde où sont assis les enfants à la fin.**

## SECURITE

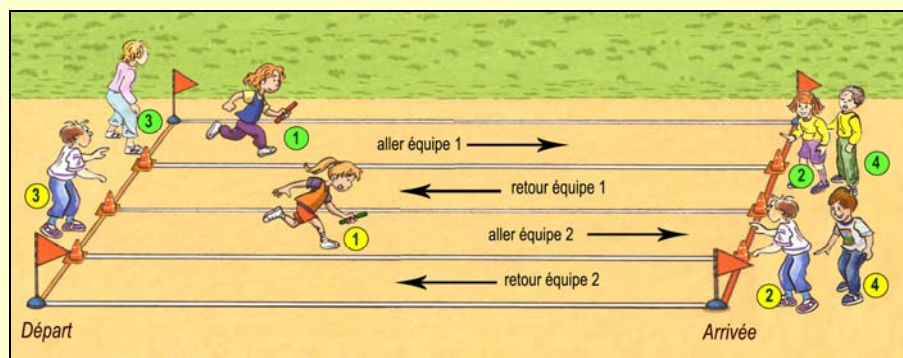
Les équipiers du lanceur sont derrière lui, dans la zone d'attente, et tout le monde regarde le lanceur et les ballons. L'équipe concurrente ou en attente redonne le ballon au lanceur.

On ne se déplace que sur le côté de l'atelier.

## MATERIEL

- ✚ matérialiser 4 couloirs de 30m de long et de 1m à 1,22m de large (effectuer le traçage à la chaux ou avec des plots) et les lignes de départ et d'arrivée,
- ✚ un témoin par équipe (ou autre objet long qui se tient avec une seule main),
- ✚ des chasubles ou des maillots.

## DISPOSITIF



**But de l'épreuve :**  
*accomplir la course relais avant l'autre équipe*

## ORGANISATION

### DEROULEMENT DE L'EPREUVE

Deux équipes qui proviennent d'écoles différentes, composées d'un même nombre d'élèves (3, 4 ou 5 élèves) s'affrontent pour accomplir le parcours plus rapidement que l'autre.

- ✚ Si le nombre d'élèves est différent dans chaque équipe, un ou plusieurs élèves de l'équipe en infériorité numérique recourt.
- ✚ Pour bien repérer qui doit encore courir, les élèves qui ont accompli leur parcours se mettent assis après avoir transmis le témoin (si un élève doit recourir, il ne se met pas assis mais va à la queue).
- ✚ **Comme il y a en principe 4 coureurs, les résultats sont multipliés par 4 à cet atelier. Les seuls résultats possibles au relais sont donc 4 (défaite), 8 (égalité) ou 12 points (victoire).**

### RÔLE DE L'ADULTE RESPONSABLE

- ✚ Répète l'ordre de passage, place les élèves (le pied avant de chaque élève au moment du départ est situé en arrière de la ligne de départ),
- ✚ donne le départ de la course,
- ✚ vérifie la bonne transmission de l'objet (de main en main sans le lancer),
- ✚ donne des consignes aux élèves (explique la bonne transmission de l'objet, le fait de s'asseoir à l'arrivée, désigne ceux qui courent 2 fois en cas d'infériorité numérique).

## SECURITE

Les élèves doivent rester impérativement dans leur couloir (même après avoir donné le témoin).  
Laisser l'aire d'arrivée dégagée et s'asseoir au moins 2m plus loin quand on a couru.

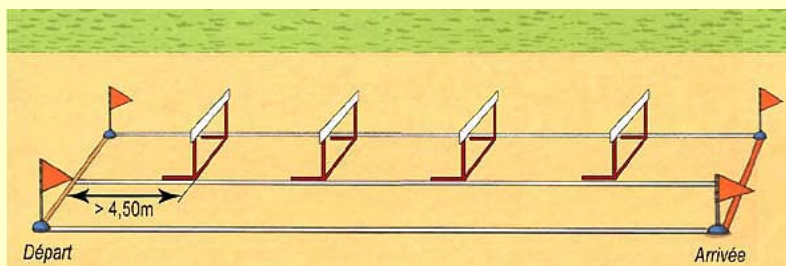


## MATERIEL

De quoi matérialiser au moins 2 couloirs de course de 30m de long :

- + départ et arrivée,
- + 4 obstacles sur chaque parcours (hauteur = genoux),
- + nature des obstacles : haies d'initiation ou tout autre objet non dangereux.... (plots + lattes ...),
- + La distance entre les obstacles est d'environ 6 m (le premier obstacle est au moins à 4,50 m du départ).

## DISPOSITIF



*But de l'épreuve :  
passer le premier entre les cônes « arrivée » !*

## ORGANISATION

### DEROULEMENT DE L'EPREUVE

- + position de départ : debout, pieds décalés (pieds décalés derrière la ligne de départ ou à défaut entre les cônes), regard orienté vers l'arrivée,

- + le départ est donné comme suit :

« A vos marques ! »



« Prêts ! »



« Top ! »



- + Le gagnant rapporte 3 points à son équipe, le perdant 1 point, chaque coureur 2 points s'il y a égalité.

### RÔLE DES ELEVES

- + sous contrôle de l'adulte, le départ peut être donné par un joueur en attente,
- + l'arrivée peut être jugée par 1 ou 2 autres coureurs en attente,
- + les joueurs en attente sont assis près du maître (zone d'attente).

## SECURITE

Prévoir un temps d'adaptation au dispositif (passages libres et non chronométrés).  
On ne court sur les obstacles que dans un sens (collision). On revient en marchant dans un couloir libre de haies par l'extérieur de l'atelier. Attention : les haies d'initiation sont prévues avec un sens de franchissement (la haie doit pouvoir basculer !). Les équipes en attente remettent en place les haies renversées, et personne ne court durant la réparation.  
Laisser l'aire d'arrivée dégagée et se placer sur les côtés quand on a couru.

## MATERIEL

- ✚ utiliser la piste du stade, ou à défaut matérialiser les 4 coins du stade qu'il faudra contourner.
- ✚ des plots pour matérialiser la zone de départ arrivée.
- ✚ des chasubles ou des maillots,
- ✚ un chronomètre.

## DISPOSITIF



*But de l'épreuve : courir 800 m sans s'arrêter, ni marcher*

## ORGANISATION

### DEROULEMENT DE L'EPREUVE

Cette épreuve est la première de la rencontre et sert d'échauffement collectif.

Tous les élèves l'effectuent en même temps.

Il n'y a pas de temps imposé, les élèves doivent accomplir 2 tours de stade (soit 800 m) sans s'arrêter, sans marcher, sans dépasser l'adulte accompagnateur qui règle l'allure (3' au moins pour un tour, moins de 3' = trop vite !!!)

Si ces 3 conditions sont respectées, on marque 3 points.

Si on s'arrête ou si on marche, ou si on va trop vite, on ne marque que 2 points.

Si on n'accomplit pas les 2 tours, mais qu'on a fait l'effort d'essayer, on marque 1 point.

Si on ne fait pas d'effort, si on marche plus qu'on ne court, si on s'arrête trop souvent, alors on ne marque aucun point.

Pendant le déroulement de cette épreuve, les adultes et les élèves exempts installent les ateliers.

## SECURITE

Les élèves doivent rester impérativement derrière l'enseignant qui régule l'allure et va très lentement.

On peut constituer des groupes de niveau en fonction des classes présentes (grande section, CP ou CE1).

Après l'arrivée, on ne reste pas sur la piste, on ne s'assied pas par terre, mais on va marcher dans l'herbe en soufflant bien pour récupérer plus vite.

Il ne s'agit pas d'une course, mais d'un échauffement. Inutile de courir vite ni d'arriver premier !

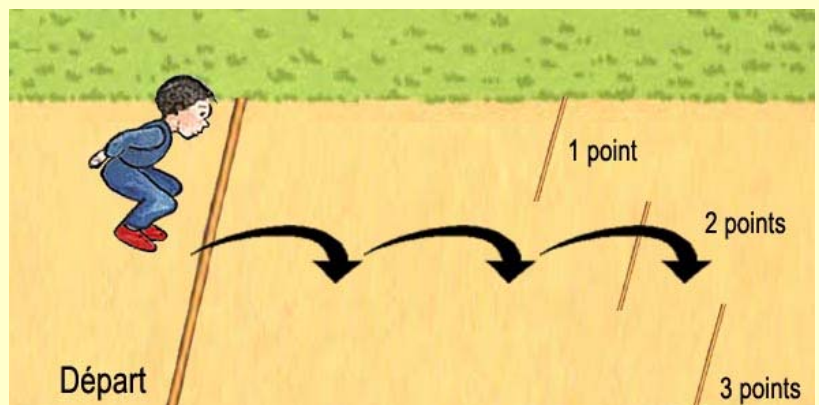
Si on marche ou si on s'arrête, on va sur l'herbe pour ne pas gêner les camarades qui courent.

## MATERIEL

- ✚ de quoi matérialiser la ligne d'appel,
- ✚ de quoi matérialiser des zones de réception (cordelettes ou assiettes<sup>1</sup>, si possible de couleur différente.

<sup>1</sup> : assiettes de marquage, ou tout autre matériel permettant de matérialiser les performances, mais objets qui ne risquent pas de blesser les élèves et qui ne cassent pas si ces derniers sautent dessus...

## DISPOSITIF



Zones à 3, 4 et 5 m au CP (-50 cm en GS, + 50 cm en CE1)

**But de l'épreuve : enchaîner 3 sauts à pieds joints pour aller le plus loin possible.**

## ORGANISATION

### DEROULEMENT DE L'EPREUVE

- ✚ à cet atelier, il n'y a pas de confrontation directe (on saute pour soi et non contre un adversaire),
- ✚ le sauteur se place pieds joints, derrière la ligne d'appel, et a 3 tentatives pour atteindre la plus proche des zones qui vaut 1 point. Dès qu'il réussit, il passe à la zone suivante, avec une cible plus éloignée valant 2 points. Idem à la zone 3 points.
- ✚ le sauteur a toujours 3 tentatives pour atteindre la zone cible, ne peut passer à la suivante que s'il a réussi. S'il échoue, il va à la queue dans sa file (on saute chacun son tour, pas 3 fois de suite) et recommencera à son tour dans la limite de 3 essais au total par cible. S'il échoue 3 fois, il va s'asseoir derrière la zone cible ou il a réussi (la précédente). S'il échoue à la zone 1 point, il s'assied sur le côté du cerceau départ et ne marque pas de point.
- ✚ quand il a atteint la zone valant 3 points, il s'assied derrière cette zone.
- ✚ si les deux pieds atteignent ou dépassent la limite, les points sont accordés,
- ✚ si le sauteur n'enchaîne pas ses trois bonds mais marque un temps d'arrêt, l'essai est nul,
- ✚ on doit garder les pieds joints. Si lors d'un des bonds les appuis au sol sont décalés, l'essai est nul.

**les seuls résultats possibles sont donc 0, 1, 2 ou 3 points pour cet atelier. Pour attribuer les points, on regarde où sont assis les enfants à la fin.**

## SECURITE

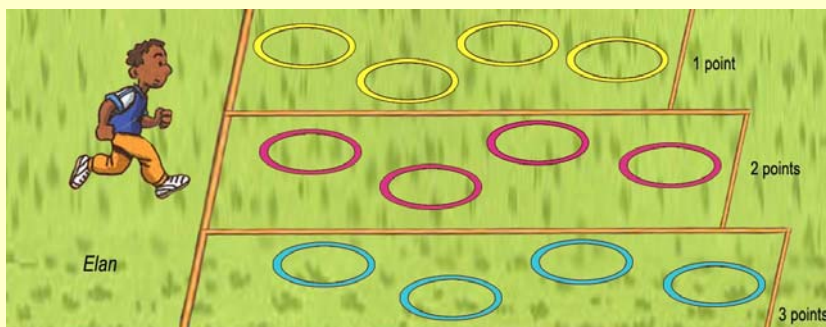
Prévoir un temps d'adaptation au dispositif (passages libres sans recherche de performance)  
Attention aux collisions : un enfant ne peut sauter que si le précédent a quitté l'aire de saut !  
On revient au point de départ en marchant et en contournant l'atelier par le côté.

## MATERIEL

- ✚ de quoi matérialiser la rivière (assiettes<sup>1</sup> ou cordelettes),
- ✚ 4 cerceaux par rivière pour matérialiser les rochers.

<sup>1</sup> : assiettes de marquage, ou tout autre matériel permettant de matérialiser les zones, mais objets ne risquant pas de blesser les élèves et ne cassant pas si ces derniers sautent dessus...

## DISPOSITIF



Cerceaux espacés de 30, 50 et 70 cm au CP  
(-20 cm en GS, + 30 cm en CE1)

**But de l'épreuve : franchir une rivière en bondissant sur des rochers symbolisés par des cerceaux.**

## ORGANISATION

### DEROULEMENT DE L'EPREUVE

- ✚ à cet atelier, il n'y a pas de confrontation directe (on saute pour soi et non contre un adversaire),
- ✚ le sauteur se place derrière la ligne de départ, court et tente de franchir la rivière. Pour ce faire il court sur des rochers (cerceaux) et ne peut poser qu'un pied dans chaque cerceau.
- ✚ il a 3 tentatives maxi pour franchir la plus petite rivière qui vaut 1 point. Dès qu'il réussit, il passe à la seconde, plus large valant 2 points. Puis idem avec une rivière plus large à 3 points.
- ✚ le sauteur a toujours 3 tentatives au maximum pour franchir chaque rivière, ne peut passer à la suivante que s'il a réussi. S'il échoue, il va à la queue dans sa file (on saute chacun son tour, pas 3 fois de suite) et recommencera à son tour, dans la limite de 3 essais au total par rivière. S'il échoue 3 fois, il va s'asseoir vers la rivière précédente où il a réussi. S'il échoue à la première, il s'assied sur le côté de la zone de départ et ne marque pas de point.
- ✚ quand il a franchi la rivière valant 3 points, il s'assied derrière cette rivière.
- ✚ Il faut complètement dépasser la limite, le bord de la rivière, et bien mettre le pied sur le rocher (à l'intérieur du cerceau). Si un pied touche la zone symbolisant l'eau (dépasse la ligne d'appel, ou ne franchit pas complètement la rivière) ou touche le bord d'un rocher (cerceau), l'essai est nul.
- ✚ On n'a pas le droit de marquer un temps d'arrêt ou de s'arrêter sur un rocher, ni d'y poser les 2 pieds. Il faut courir en bondissant de rocher en rocher.

les seuls résultats possibles sont donc 0, 1, 2 ou 3 points pour cet atelier. Pour attribuer les points, on regarde où sont assis les enfants à la fin.

## SECURITE

Vérifier que la zone d'évolution est plane pour éviter les torsions de cheville à la réception. Attention aux collisions : un enfant ne peut sauter que lorsque le précédent a quitté l'aire de réception ! On revient au point de départ en marchant et en contournant l'atelier par le côté.

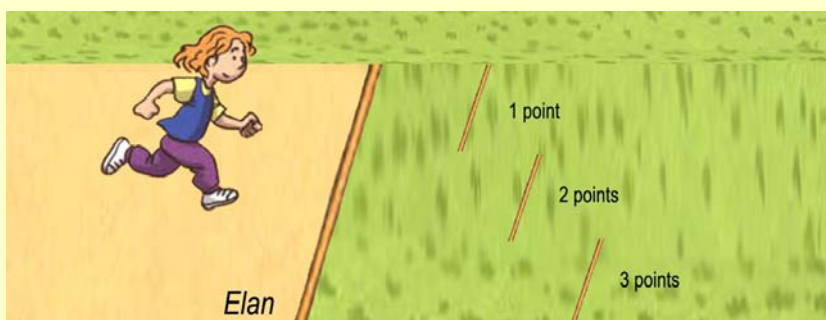


## MATERIEL

- ✚ de quoi matérialiser la zone d'appel,
- ✚ de quoi matérialiser les précipices<sup>1</sup>.

<sup>1</sup> : assiettes de marquage, ou tout autre matériel permettant de matérialiser les performances, mais objets qui ne risquent pas de blesser les élèves et qui ne cassent pas si ces derniers sautent dessus...

## DISPOSITIF



Zones à 1,50m, 2m et 2,50m au CP (-50 cm en GS, + 50 cm en CE1)

**But de l'épreuve : franchir une zone symbolisant un précipice après une course d'élan de 5 m maximum, avec appel d'un pied, et réception sur 1 ou 2 pieds.**

## ORGANISATION

### DEROULEMENT DE L'EPREUVE

- ✚ à cet atelier, il n'y a pas de confrontation directe (on saute pour soi et non contre un adversaire),
- ✚ le sauteur se place derrière la ligne de départ, court et tente de franchir le précipice.
- ✚ Il a 3 tentatives maxi pour franchir le plus petit précipice qui vaut 1 point. Dès qu'il réussit, il passe au précipice plus large valant 2 points. Puis idem avec un précipice à 3 points.
- ✚ le sauteur a toujours 3 tentatives pour franchir son précipice, ne peut passer au suivant que s'il a réussi. S'il échoue, il va à la queue dans sa file (on saute chacun son tour, pas 3 fois de suite) et recommencera à son tour dans la limite de 3 essais au total par précipice. S'il échoue 3 fois, il va s'asseoir vers le précipice précédent où il a réussi. S'il échoue au premier précipice, il s'assied sur le côté de la zone de départ et ne marque pas de point.
- ✚ quand il a franchi la zone valant 3 points, il s'assied derrière cette zone.
- ✚ Il faut complètement dépasser la limite, le bord du précipice. Si un pied touche la zone symbolisant le précipice (dépasse la ligne d'appel, ou si on touche le sol avant la fin du précipice, l'essai est nul,

**les seuls résultats possibles sont donc 0, 1, 2 ou 3 points pour cet atelier. Pour attribuer les points, on regarde où sont assis les enfants à la fin.**

## SECURITE

Vérifier que la zone d'arrivée est plane pour éviter les torsions de cheville à la réception.  
Attention aux collisions : un enfant ne s'élanche que si le précédent a quitté l'aire de réception !  
On revient au point de départ en marchant et en contournant l'atelier par le côté.


<b>ECOLE :</b>	<b>CLASSE :</b>	<b>Equipe N° :</b>	<b>Groupe N° :</b>
----------------	-----------------	--------------------	--------------------

Prénom et NOM	800 m	Sauts de kangourou	30 m obstacles	Ballon précision	Rivière	Relais 4x30m	Saut de précipice	Ballon loin à deux mains
<b>Total : retenir les 4 meilleurs résultats</b>	Total 1	Total 2	Total 3	Total 4	Total 5	Total 6	Total 7	Total 8

Mettre une croix dans cette colonne en face de l'atelier de départ.

A la fin de chaque atelier, aller à l'atelier ligne suivante

	Course longue 800 m	<b>Total 1</b>	<b>/ 12</b>
	Sauts de kangourou	<b>Total 2</b>	<b>/ 12</b>
	30 m obstacles	<b>Total 3</b>	<b>/ 12</b>
	Lancer de ballon avec précision	<b>Total 4</b>	<b>/ 12</b>
	Traversée de rivière	<b>Total 5</b>	<b>/ 12</b>
	Relais navette 4 x 30 m	<b>Total 6</b>	<b>/ 12</b>
	Saut de précipice	<b>Total 7</b>	<b>/ 12</b>
	Lancer de ballon loin à 2 mains	<b>Total 8</b>	<b>/ 12</b>
Attitude : Barrer un + à chaque « erreur »	+ + + +	<b>Bonus</b>	<b>/ 4</b>

**ATHLETISME**  
**CYCLE 2**  


**TOTAL GENERAL : / 100**