

ATHLETISME Cycle 3

1. PRINCIPES GENERAUX

- Chaque enfant doit avoir un maximum d'activités durant la rencontre

2. EPREUVES POSSIBLES

Courses :

- 50m plat
- 50 m haies (5 haies : hauteur 50 cm, largeur 1 m, espacement en m 11-7-7-7-7-11)
- Relais

Sauts :

- Longueur (obligatoirement avec une fosse de sable).
- Triple bond (3 foulées bondissantes).
- Pentabond (5 foulées bondissantes).
- Hauteur (éventuellement si fosse ou tapis de chute)

Lancers :

- Lancer de balle (cf. javelot avec une balle de lancer non rebondissante de 80g).
- Lancer de cerceau (cf. disque avec un cerceau ASCO de 50 cm de diamètre).

EQUIPE N° _____ Ecole : _____ Classe : _____
Maître : _____

50 m plat

NOM Prénom	TEMPS	POINTS

EQUIPE N° _____ Ecole : _____ Classe : _____
Maître : _____

50 m haies

NOM Prénom	TEMPS	POINTS

EQUIPE N° _____ Ecole : _____ Classe : _____
Maître : _____

3 bonds

NOM Prénom	TEMPS	POINTS

EQUIPE N° _____ Ecole : _____ Classe : _____
Maître : _____

longueur

NOM Prénom	TEMPS	POINTS

EQUIPE N° _____ Ecole : _____ Classe : _____
Maître : _____

lancer de balle

NOM Prénom	TEMPS	POINTS

EQUIPE N° _____ Ecole : _____ Classe : _____
Maître : _____

lancer de cerceau

NOM Prénom	TEMPS	POINTS

BAREME ATHLETISME CYCLE 3 2009

Pts	COURSES	
	50m	50m Haies
35	7"0	8"2
34	7"1	8"3
33	7"2	8"4
32	7"3	8"5
31	7"4	8"6
30	7"5	8"7
29	7"6	8"8
28	7"7	8"9
27	7"8	9"0
26	7"9	9"1
25	8"0	9"2
24	8"1	9"3
23	8"2	9"4
22	8"3	9"5
21	8"4	9"6
20	8"5	9"7
19	8"6	9"8
18	8"7	9"9
17	8"8	10"0
16	8"9	10"1
15	9"0	10"2
14	9"2	10"3
13	9"4	10"4
12	9"6	10"5
11	9"8	10"7
10	10"0	10"9
9	10"2	11"1
8	10"4	11"3
7	10"6	11"5
6	10"8	11"7
5	11"0	12"2
4	11"5	12"7
3	12"0	13"2
2	12"5	13"7
1	<12"5	<13"7

Pts	SAUTS	
	Longueur	Triple bond
35	4,70m	10,00m
34	4,60m	9,80m
33	4,50m	9,60m
32	4,40m	9,40m
31	4,30m	9,20m
30	4,20m	9,00m
29	4,10m	8,80m
28	4,00m	8,60m
27	3,90m	8,40m
26	3,80m	8,20m
25	3,70m	8,00m
24	3,60m	7,80m
23	3,50m	7,60m
22	3,40m	7,40m
21	3,30m	7,20m
20	3,20m	7,00m
19	3,10m	6,80m
18	3,00m	6,60m
17	2,90m	6,40m
16	2,80m	6,20m
15	2,70m	6,00m
14	2,60m	5,80m
13	2,50m	5,60m
12	2,40m	5,40m
11	2,30m	5,20m
10	2,20m	5,00m
9	2,10m	4,80m
8	2,00m	4,60m
7	1,90m	4,40m
6	1,80m	4,20m
5	1,70m	4,00m
4	1,60m	3,80m
3	1,50m	3,60m
2	1,40m	3,40m
1	<1,40m	<3,40m

Pts	LANCERS	
	Balles	Anneaux
35	60m	38m
34	58m	37m
33	56m	36m
32	54m	35m
31	52m	34m
30	50m	33m
29	48m	32m
28	46m	31m
27	44m	30m
26	42m	29m
25	40m	28m
24	38m	27m
23	36m	26m
22	34m	25m
21	32m	24m
20	30m	23m
19	28m	22m
18	26m	21m
17	24m	20m
16	22m	19m
15	20m	18m
14	19m	17m
13	18m	16m
12	17m	15m
11	16m	14m
10	15m	13m
9	14m	12m
8	13m	11m
7	12m	10m
6	11m	9m
5	10m	8m
4	9m	7m
3	8m	6m
2	7m	5m
1	<7m	<5m

Si la performance réalisée se situe entre deux cotations, on choisira toujours la cotation inférieure.

BONIFICATION 2009

	Filles	Garçons
	96	0
	97	12
CM2	98	24
CM1	99	36
CE2	2000	48
CE1	2001	60

BONIFICATION 2010

	Filles	Garçons
	97	0
	98	12
CM2	99	24
CM1	2000	36
CE2	2001	48
CE1	2002	60