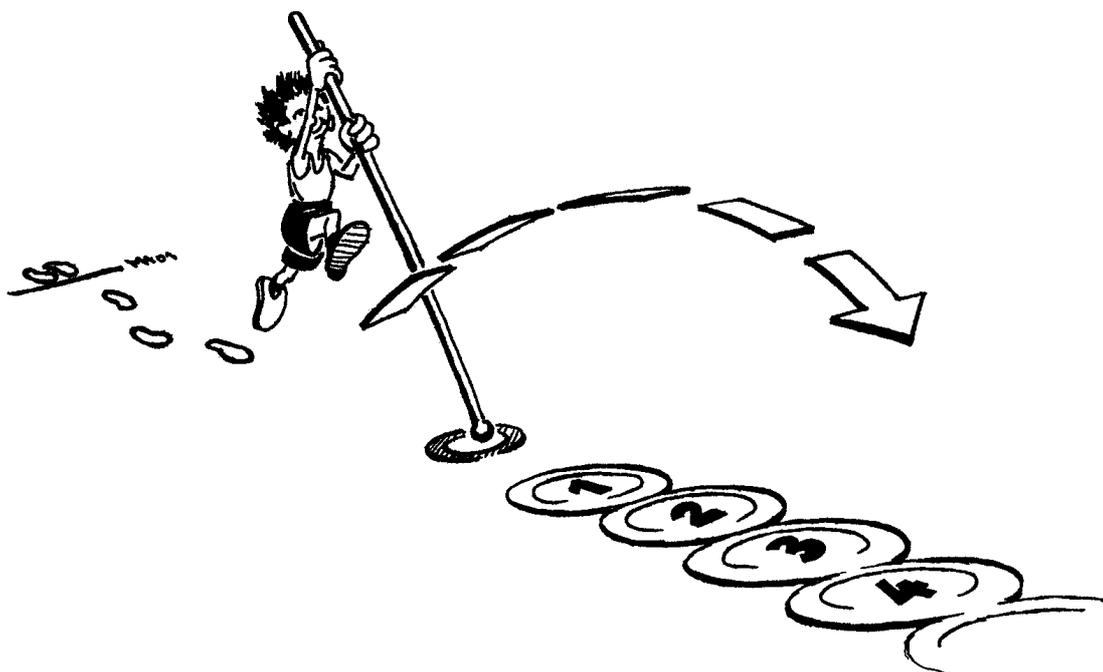


ASSOCIATION INTERNATIONALE DES FÉDÉRATIONS D'ATHLÉTISME



# **IAAF KIDS' ATHLETICS<sup>®</sup>**

**- UNE ÉPREUVE PAR ÉQUIPE POUR LES ENFANTS -**



**UN GUIDE PRATIQUE POUR LES ORGANISATEURS DE COMPÉTITION**



# **IAAF**

# **KIDS' ATHLETICS<sup>©</sup>**

**- UNE ÉPREUVE PAR ÉQUIPE POUR LES ENFANTS –**

## **Edition 2002**

Charles Gozzoli (FRA)

Elio Locatelli (IAAF)

Dieter Massin (GER)

Björn Wangemann (IAAF)

**Deuxième édition 2006 revue et mise à jour par: Charles Gozzoli (FRA);**

**Jamel Simohamed (IAAF); Abdel Malek El-Hebil (IAAF)**

© Association Internationale des Fédérations d'Athlétisme

Toute partie de ce livre peut être photocopiée à des fins d'enseignement à but non lucratif au sein d'institutions éducatives ou dans des structures d'éducation pour l'entraînement. A l'exception de ces autorisations spécifiques, aucune partie de ce livre ne peut être incluse dans aucune publication, revue, lettre d'informations, journal ou stockée dans un système de récupération de l'information ou transmise de toute autre façon, par des moyens électroniques, mécaniques, photocopies, enregistrement ou autre sans l'autorisation écrite préalable de l'Association Internationale des Fédérations d'Athlétisme.

## Table des matières

1. Introduction	6
2. Concept de « IAAF KIDS' ATHLETICS »	7
Objectifs	7
Principe de l'équipe	8
Groupes d'âge et programme de compétition	9
Matériel et équipement	11
Aire et temps de compétition	11
<b>Consignes d'application des épreuves</b>	<b>12</b>
3. Epreuves	13
- Les épreuves des 7/8 ans	13
Sprint/haies relais navette	13
Endurance 8'	15
Formule 1	17
Saut de grenouille	19
Echelle de vitesse	21
Saut en croix	23
Saut à la corde	25
Triple saut balisé	27
Lancer de javelot Kids	29

Lancer à genoux	31
Lancer sur cible	33
- Les épreuves des 9/10 ans	35
Endurance progressive	35
Relais slalom vitesse haies	37
Saut en longueur avec perche	39
Saut en longueur avec précision	41
Lancer à rotation ballon à poignée	43
Lancer arrière Médecine-ball	45
- Les épreuves des 11/12 ans	47
Relais vitesse/haies « épingle »	47
Relais vitesse en « épingle »	49
Course de haies	51
Endurance 1000m	53
Lancer de javelot évolué	54
Lancer de disque évolué	55
Saut à la perche sur fosse de sable	57
Saut en longueur avec élan réduit	59
Triple saut avec élan réduit	60
4. Classement de l'épreuve	61
Système de classement	61
Classement des épreuves de course	61

Classement des épreuves de sauts et de lancers	61
Mesure des performances dans les concours	62
Classement final	62
<b>5. Organisation</b>	<b>63</b>
Mise en place	63
Fiches d'inscription et de compétition	63
- Fiches d'inscription de l'équipe	63
- Fiches de compétition	63
Tableau d'affichage	66
Identification des équipes/Organisation de l'espace	68
Organisation des Officiels (staff et assistants)	68
Annonce des résultats	69
<b>6. Formulaires et tableaux</b>	<b>70</b>
Liste de l'équipement (9 équipes)	70
Organisation de l'espace	72
Fiches et documents complémentaires	73
Liste du staff d'organisation	77
<b>Annexes :</b>	<b>78</b>
1- Rotations par ateliers pour compétition Kids' Athletics	78
2- La sécurité du pratiquant	81
3- Exemple de diplôme	82

## 1. Introduction

Depuis toujours, les enfants jouent à se confronter et cherchent les situations qui leur permettent de se comparer les uns par rapport aux autres. L'athlétisme, avec sa variété d'épreuves, procure une excellente occasion pour ce type d'interaction. Pour que l'athlétisme soit un moment privilégié de rencontre, les adultes doivent créer des compétitions totalement adaptées aux enfants.

Très souvent les formes de compétitions proposées aux enfants sont des modèles réduits des compétitions d'adultes. Cette inadaptation amène souvent une spécialisation précoce totalement contraire aux besoins de l'enfant pour un développement harmonieux et un élitisme précoce défavorable à la majorité des enfants.

Après de nombreuses recherches et études de l'existant, le challenge pour l'IAAF a été de formuler un nouveau concept de l'athlétisme qui soit uniquement axé sur les besoins liés au développement des enfants.

Toute proposition dans ce sens doit tenir compte de façon constante (épreuves, organisation, etc.) des exigences suivantes :

- proposer aux enfants un athlétisme **motivant**
- proposer aux enfants un athlétisme **accessible**
- proposer aux enfants un athlétisme **formateur**

.A coté de ces exigences pour l'enfant, l'IAAF dans son projet devait absolument tenir compte des exigences des organisateurs c'est à dire de la faisabilité systématique de la forme de compétition proposée.

Lors du printemps 2001, le groupe de travail de IAAF KIDS' ATHLETICS a pris l'initiative de développer un concept de compétition pour les enfants qui se distingue du modèle de l'athlétisme des adultes. Le concept sera, à l'avenir, labellisé: IAAF KIDS' ATHLETICS, et celui-ci est décrit dans les pages suivantes de ce document.

Puis en 2005, l'IAAF a souhaité construire une politique globale des jeunes de 7 ans à 15 ans. Cette politique a deux objectifs :

- faire de l'athlétisme la discipline individuelle la plus pratiquée au monde dans le milieu scolaire.
- permettre aux enfants appartenant au milieu fédéral et autres de préparer de la façon la plus sûre leur avenir athlétique.

Cette démarche est articulée autour de formes de compétitions adaptées aux âges et aux institutions qui les mettent en place. Ces compétitions sont les facteurs organisants des pratiques des enfants:

Entraînement des athlètes, formation des entraîneurs, des juges, etc.

## 2. Concept de IAAF KIDS' ATHLETICS

IAAF KIDS' ATHLETICS est conçu pour apporter aux enfants le plaisir de jouer à l'athlétisme. De nouvelles épreuves avec une organisation innovante vont permettre aux enfants de découvrir les activités courses, sauts, lancers dans tous les environnements possibles (stade, terrain de jeu, gymnase, espace libre, etc.).

Les jeux athlétiques proposés permettront à tous les enfants de profiter des bienfaits de la pratique de l'athlétisme en termes de santé, éducation, épanouissement personnel.

### Objectifs

Vous trouverez ci dessous les **objectifs organisationnels** du concept de IAAF KIDS' ATHLETICS:

- Qu'un grand nombre d'enfants puissent être actifs en même temps
- Que des unités motrices basiques et variées de l'athlétisme puissent être pratiquées
- Qu'il n'y ait pas que les enfants les plus forts et les plus rapides qui puissent obtenir de bons résultats
- Que les exigences techniques varient en fonction de l'âge et requièrent des habiletés de coordination
- Qu'un caractère d'aventure infuse le programme, offrant une approche de l'athlétisme qui soit attrayante pour l'enfant

- Que la structure et le classement des épreuves soient simples et basés sur la place des équipes
- Qu'un nombre réduit d'assistants et de juges soit requis
- Que l'athlétisme se présente comme une épreuve par équipe mixte (les filles et les garçons ensemble)

Les **objectifs de contenu** des compétitions de IAAF Kids' Athletics sont :

**Promotion de la santé** – L'un des principaux objectifs de toutes les pratiques sportives doit être d'encourager les enfants à jouer physiquement dans le but d'assurer leur santé à long terme. La pratique de l'athlétisme est particulièrement adaptée à cet objectif de santé par la variété de ses situations de jeux et par ses exigences de qualités physiques.

Les exigences croissantes des formes de jeux proposées aux enfants accompagneront leur développement harmonieux.

**Interaction sociale** – Kids' Athletics est un outil très performant pour permettre à l'enfant de s'intégrer dans son milieu social. Le choix de la compétition par équipe où chacun a son rôle à jouer, permet de rencontrer les autres et d'accepter leurs différences. La simplicité des règles proposées et la non-dangerosité des épreuves proposées permettent à l'enfant de jouer pleinement les rôles d'officiel et de coach d'équipe. Ces vraies prises de responsabilités sont des moments privilégiés pour accéder à la citoyenneté.

**Caractère d'aventure** – Pour jouer, l'enfant doit avoir le sentiment de pouvoir gagner l'épreuve à laquelle il participe. La formule choisie (équipe, épreuves, organisation) garde imprévisible le résultat de la compétition jusqu'à la dernière épreuve. C'est un élément fort de motivation pour les enfants.

## **2.2 Principe de l'équipe**

Le travail d'équipe est un principe de base de IAAF KIDS' ATHLETICS. Tous les membres de l'équipe participent aux résultats, soit dans le cadre des courses (relais), soit en apportant leur performance individuelle (tous les concours). Chaque contribution individuelle participe au résultat de l'équipe et renforce l'idée que la participation de chaque enfant a de la valeur.

Chaque enfant participe à toutes les épreuves, ce qui permet d'éviter la spécialisation précoce. Les équipes sont mixtes (si possible 5filles / 5 garçons).

## **2.3 Groupes d'âge et programme de compétition**

IAAF KIDS' ATHLETICS se base sur 3 groupes d'âge:

- Groupe 1: les enfants de 7 et 8 ans
- Groupe 2: les enfants de 9 et 10 ans
- Groupe 3: les enfants de 11 et 12 ans

-Toutes les épreuves des Groupes 1 et 2 se déroulent sous forme de courses/concours d'équipe.

-Pour le Groupe 3, les courses se font sous forme de relais d'équipe ou d'épreuves individuelles ; les concours se déroulent par groupes composés de deux demi-équipes. Pour faire évoluer le mode de confrontation vers l'opposition individuelle des cadets, des groupes composés de plusieurs membres de 2 équipes sont constitués pour les épreuves de concours. L'organisation de cette importante évolution est simple.

-Tous les enfants doivent concourir plusieurs fois dans chaque groupe d'épreuves.

-Le déroulement de la compétition s'organise sur le principe de la rotation des équipes sur les ateliers. Sur chaque atelier, une équipe a 1 minute par équipier pour réaliser sa performance (10 enfants= 10 minutes). A la fin des ateliers courses de vitesse, haies, lancers, sauts, toutes les équipes participent ensemble à l'épreuve d'endurance.

### **Propositions d'épreuves pour les 3 groupes d'âges : 7/8, 9/10, 11/12 ans**

Ces propositions par niveau sont des consignes. Il est possible de jouer sur des épreuves différentes (surtout les propositions des tranches d'âges inférieures si les enfants sont des débutants).

Le catalogue d'épreuves doit être exploité dans sa totalité lors des différentes rencontres que l'on va proposer aux enfants. Des programmes de compétition complémentaires seront la garantie d'une découverte complète des situations motrices proposées et d'une éducation motrice et physique large et solide.

<b>Groupe d'âge</b> (en années)	<b>7-8</b>	<b>9-10</b>	<b>11-12</b>
<b>Sprint/courses d'équipe</b>			
Sprint/haies relais navette	X	X	
Sprint/haies relais en épingle			X
Sprint relais en épingle			X
Sprint/slalom		X	X
Haies			X
Sprint, haies et slalom (Formule 1)	X	X	
Course (marche) d'endurance 8'	X	X	
Course (marche) d'endurance progressive		X	X
Course (marche) d'endurance 1000m.			X
<b>Sauts</b>			
Saut en longueur avec perche		X	X
Saut en longueur/hauteur avec perche			X
Saut à la corde	X		
Triple saut élan réduit			X
Saut de grenouille vers l'avant	X	X	
Saut en croix	X	X	X
Saut en longueur élan réduit			X
Course sur échelle de vitesse	X	X	
Triple saut balisé	X	X	X
Saut en longueur avec précision		X	X
<b>Lancers</b>			
Lancer sur cible	X	X	
Lancer de javelot KIDS engin évolué			X
Lancer de javelot KIDS	X	X	X
Lancer à genoux	X	X	X
Lancer en rotation engin évolué			X
Lancer arrière		X	X
Lancer en rotation		X	X
<b>Nombre conseillé d'épreuves</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>

## **2.4 Matériel et équipement**

Dans certains cas, on a besoin d'un matériel adapté, spécifiquement développé et produit pour réaliser la compétition de IAAF KIDS' ATHLETICS. Cet équipement peut être assemblé très facilement, transporté sans aucun problème, monté et démonté très rapidement.

Si l'on ne peut pas se procurer ce matériel, il est possible de réaliser la rencontre avec du matériel local ou de fabrication artisanale. Ce qui est capital, est de conserver les qualités et caractéristiques des matériels proposés pour la compétition Kids' Athletics (poids des engins, tenue des engins, hauteur des obstacles, etc.).

## **2.5 Aire et temps de compétition**

Les exigences de terrain sont simples: un espace plat de 60 x 40 mètres (pelouse, terre battue, place cendrée ou asphalte).

La compétition est bien organisée dans l'espace et limitée dans le temps. La procédure d'une compétition complète (= 9 équipes avec 10 participants) est possible en deux heures, annonce des résultats incluse.

A côté de cette épreuve modèle, peuvent s'organiser des formules plus légères avec par exemple 6 équipes sur 7 épreuves (3 courses, 2 sauts, 2 lancers). Dans ce cas, l'épreuve ne peut durer qu'1h15m, remise de récompense incluse.

**Note explicative pour l'adaptation des épreuves aux différents groupes d'âge**

Les différentes épreuves sont proposées pour des niveaux d'âge précis. Elles sont adaptées en priorité à la tranche d'âge précisée dans le document.

Toutefois, les éducateurs en charge des enfants doivent faire un effort d'analyse de leur niveau réel et proposer les ateliers les mieux adaptés. Pour des enfants débutants de 9/10ans, on peut concevoir de réaliser une première rencontre sur des épreuves prévues pour les 7/8 ans.

Ce raisonnement est valable pour toutes les tranches d'âge.

Il est de toute façon fortement conseillé de compléter les gammes d'épreuves par âges, d'ateliers de la tranche d'âge inférieure.

Ex : pour les 9/10 ans proposer F1, saut en croix, lancer à genoux, etc.

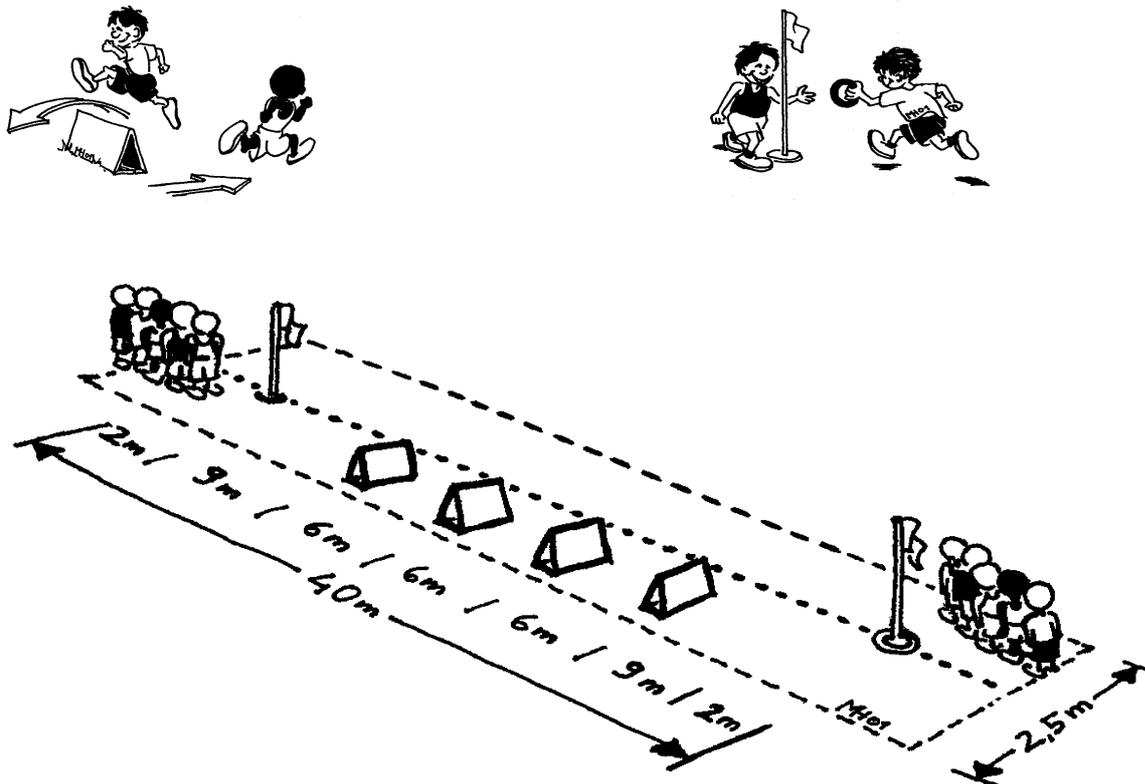
### 3. Epreuves

#### - Les épreuves des 7/8 ans

##### 3.1 Sprint/haies relais navette

Brève description : course de relais de sprint et de haies

Figure



##### Procédure

L'atelier est installé comme l'indique le schéma. Deux couloirs sont nécessaires pour chaque équipe : un couloir avec et un autre sans haies. Le premier parcours est fait sur les haies et ensuite les équipiers font leurs parcours suivant l'enchaînement logique du relais. Quand les équipiers ont tous effectué un parcours avec haies et un parcours sans haies, la course est terminée. Le relais est organisé pour que le passage du témoin se fasse avec la main gauche.

##### Classement

Le classement se fait en fonction du temps : l'équipe vainqueur sera celle qui aura réalisé le meilleur temps. Les autres équipes sont classées selon l'ordre des temps.

### **Assistants**

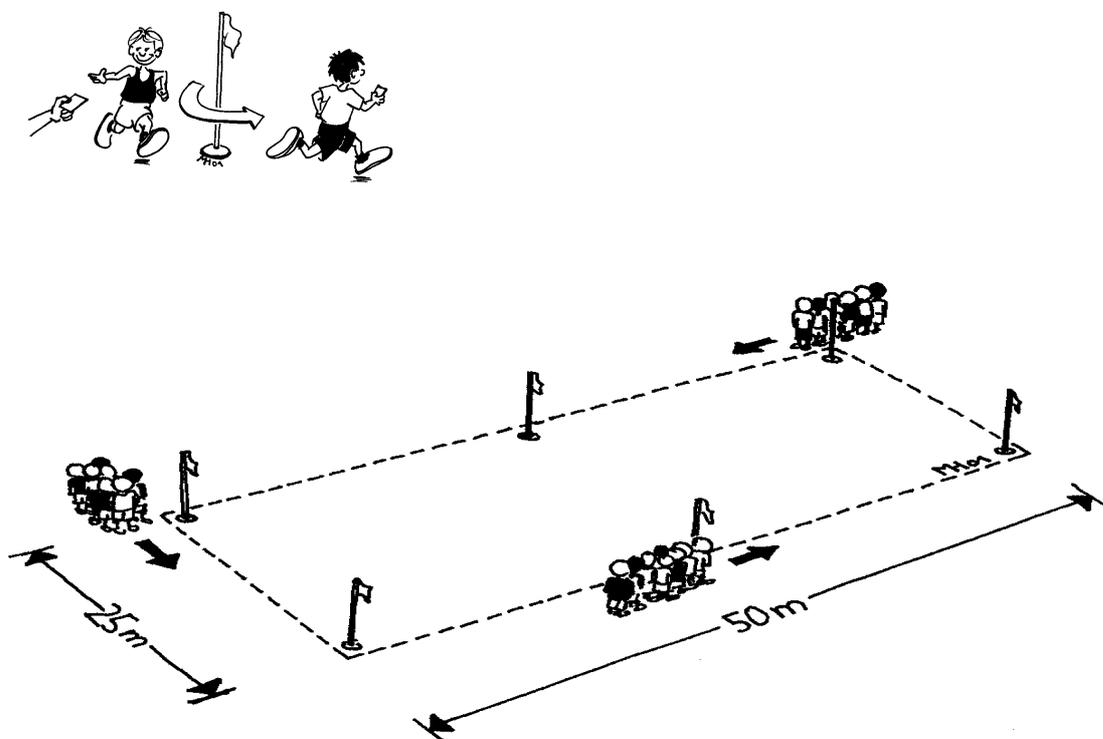
Pour une organisation efficace, un assistant par groupe est requis. Cette personne doit remplir les tâches suivantes :

- Contrôler la régularité de la course
- Prendre le temps
- Enregistrer et reporter les scores sur la fiche de l'épreuve

### 3.2 Course d'endurance 8'

**Brève description:** course libre de 8 minutes sur un parcours de 100m

**Figure**



#### **Procédure**

Chaque équipe doit courir sur un parcours de 100m (voir figure) à partir d'un point de départ (base). Chaque équipier essaie de parcourir le maximum de tours en 8'. Le commandement de départ est donné pour toutes les équipes en même temps (par coup de sifflet, de pistolet ...).

Chaque équipier démarre avec une marque (balle, papier, bouchon, etc.) ; à chaque fin de tour, il la pose dans la banque de son équipe et en reprend une nouvelle pour son tour suivant. Au bout de 7', la dernière minute est annoncée par un autre coup de sifflet ou de pistolet. Au bout des 8', on indique la fin de la course par un signal final.

### **Classement**

Une fois la course terminée, chaque équipe (assistant) compte les marques collectées. Seuls les tours complets sont comptabilisés, les tours non achevés sont ignorés.

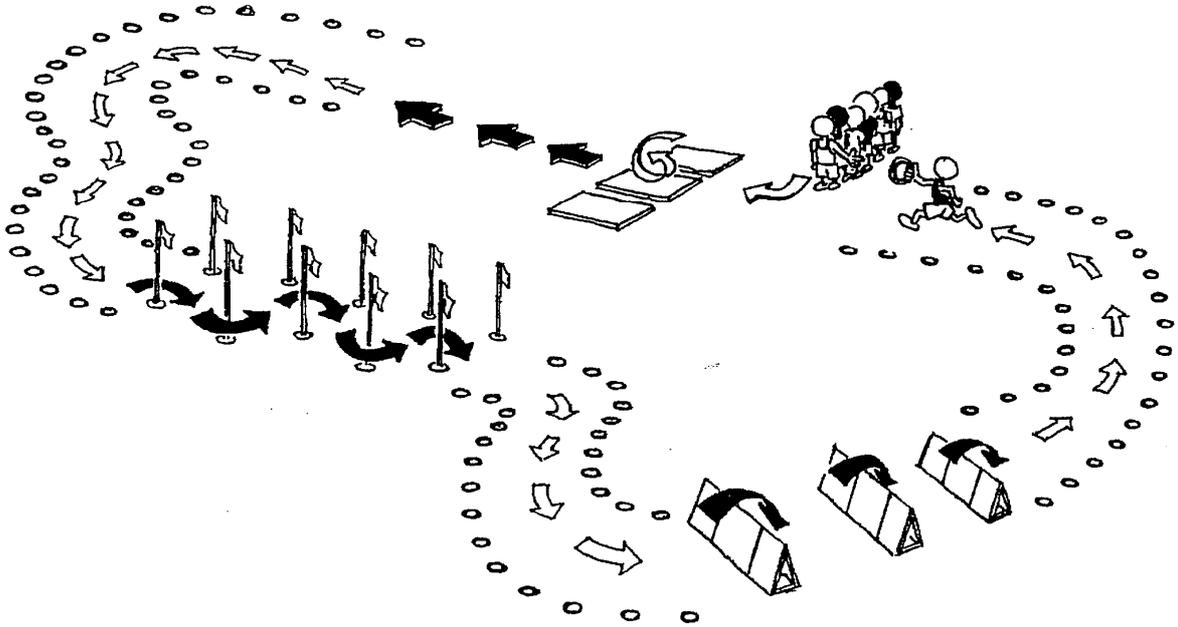
### **Assistants**

Pour une organisation efficace, au moins deux assistants sont requis. Ils doivent indiquer la ligne de départ, distribuer, collecter et compter les marques. Ils doivent également reporter le score sur la fiche de l'épreuve. Il faut également un starter. Il se doit de surveiller le temps et de donner les différents signaux (départ, dernière minute et signal final).

### 3.3 Formule 1

**Brève description:** course de relais combinant les courses de sprint, de haies et de Slalom

**Figure**



#### **Procédure**

La course est longue d'environ 60 à 80m et est divisée en une zone pour la course de sprint, une pour la course de haies et une pour la course en slalom. On utilise un anneau en plastique comme témoin de relais. Chaque participant doit commencer par un départ debout et enchaîner roulade avant sur le tapis de sol.

La "Formule 1" est une course d'équipe ou chaque équipier doit réaliser tout le parcours. Six équipes peuvent concourir en même temps.

#### **Classement**

Le classement se fait en fonction du temps: l'équipe vainqueur sera celle qui aura réalisé le meilleur temps. Les autres équipes sont classées selon l'ordre des temps.

### **Assistants**

Pour chacune des deux aires (haies et slalom), au minimum un assistant est requis pour installer le matériel correctement. A chaque extrémité du parcours, deux assistants supplémentaires sont nécessaires pour juger les transmissions.

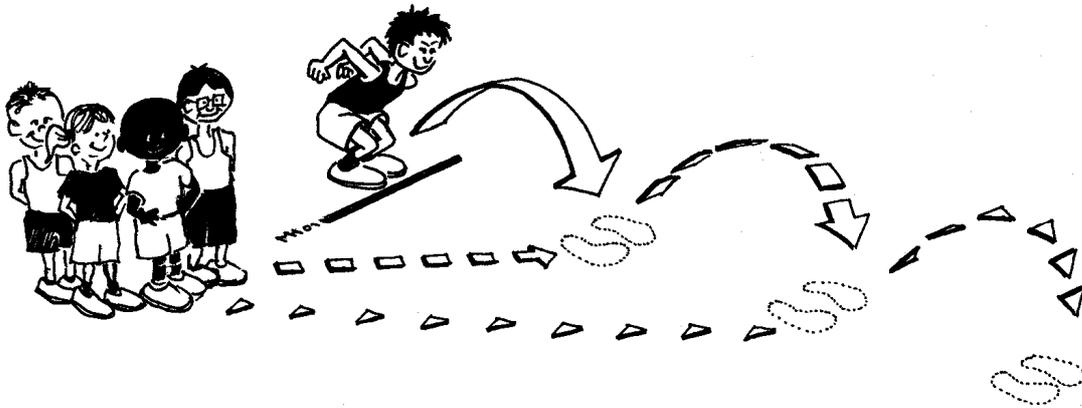
Une personne doit tenir le rôle de starter.

Pour finir, il y a besoin d'autant de personnes pour prendre les temps qu'il y a d'équipes en course. Les chronométreurs doivent également reporter les temps sur la fiche.

### 3.4 Saut de grenouille

**Brève description :** Saut pieds joints vers l'avant à partir d'une position en squat

**Figure**



#### **Procédure**

A partir d'une ligne de départ, les participants enchaînent des "sauts de grenouille" les uns après les autres ("saut de grenouille": saut vers l'avant, pieds joints, départ en position de squat). Le premier équipier se place avec le bout des chaussures derrière la ligne de départ. Il/elle descend en position de squat puis saute vers l'avant aussi loin que possible, en atterrissant sur les deux pieds. L'assistant marque le point de réception le plus proche de la ligne de départ (talons) avec une latte. Si l'équipier tombe en arrière de son point de réception, sur les mains par exemple, celles-ci serviront de point de réception. Le point de réception devient la ligne de départ pour le second équipier, qui exécute son "saut de grenouille" à partir de ce point. Le troisième équipier part du point de réception du second et ainsi de suite. L'épreuve est terminée lorsque le dernier équipier a sauté et que son point de réception a été marqué.

La procédure entière est répétée une seconde fois (second essai).

#### **Classement**

Chaque membre de l'équipe participe. La distance totale couverte par tous les sauteurs est le résultat de l'équipe. L'équipe marque la meilleure performance des deux essais.

La mesure se fait au centimètre près.

### **Assistants**

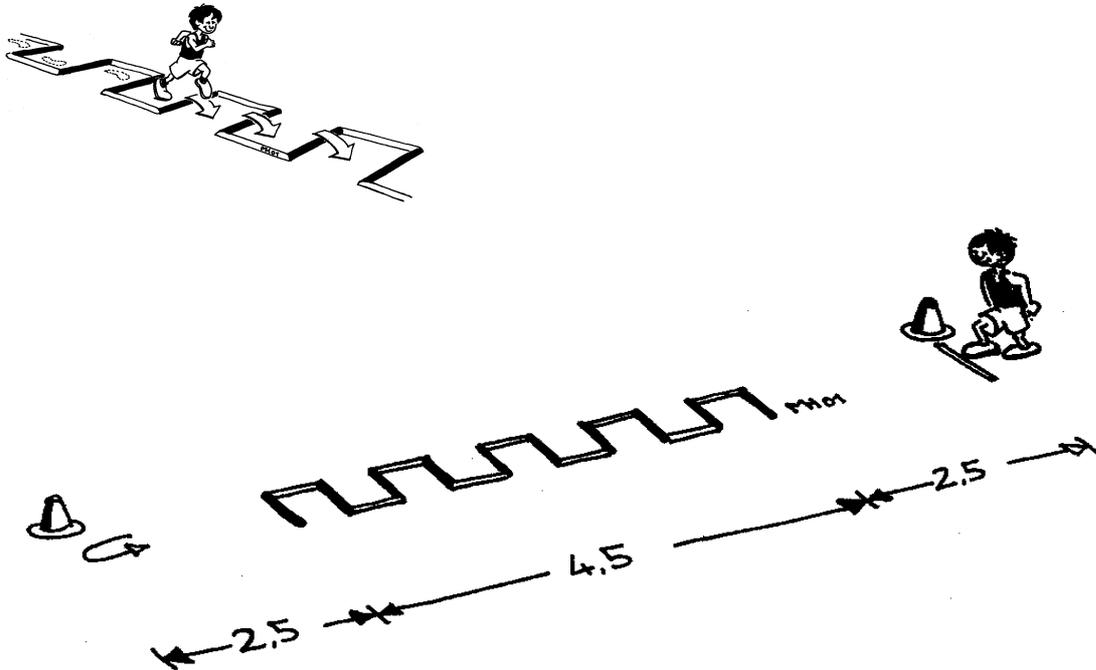
Un assistant par équipe est requis pour cette épreuve et cette personne doit:

- Contrôler et régler la procédure (ligne de départ, réception)
- Mesurer la distance totale de chaque essai
- Enregistrer les scores sur la fiche de l'épreuve

### 3.5 Course sur échelle de vitesse

**Brève description:** course en aller/retour sur une échelle de vitesse

**Figure**



#### **Procédure**

Entre deux cônes espacés de 9m50, une échelle de coordination est placée sur le sol à égale distance entre les deux cônes (voir schéma). Au départ le participant se tient debout, pieds décalés avec le bout de sa chaussure sur la ligne de départ qui se trouve au niveau du premier cône. Au commandement de départ, le participant court entre les barreaux de l'échelle, (distance entre les barreaux: 50 cm) aussi rapidement que possible, puis court jusqu'au second cône. Lorsqu'il a touché le cône avec la main, le participant fait demi-tour rapidement puis retourne jusqu'au premier cône en courant sur l'échelle. Lorsqu'il touche le cône le chronométreur stoppe le chrono.

Si un participant pose un pied en dehors de l'échelle ou manque l'un des intervalles de l'échelle, l'assistant déplace le cône vers lequel l'enfant court d'un mètre (un assistant est posté à chaque cône). De cette manière, le participant est pénalisé en devant courir sur une plus longue distance s'il ne réalise pas l'exercice correctement. S'il fait deux erreurs, la distance est augmentée de deux mètres et ainsi de suite.

### **Classement**

Le meilleur temps des deux essais est comptabilisé.

### **Assistants**

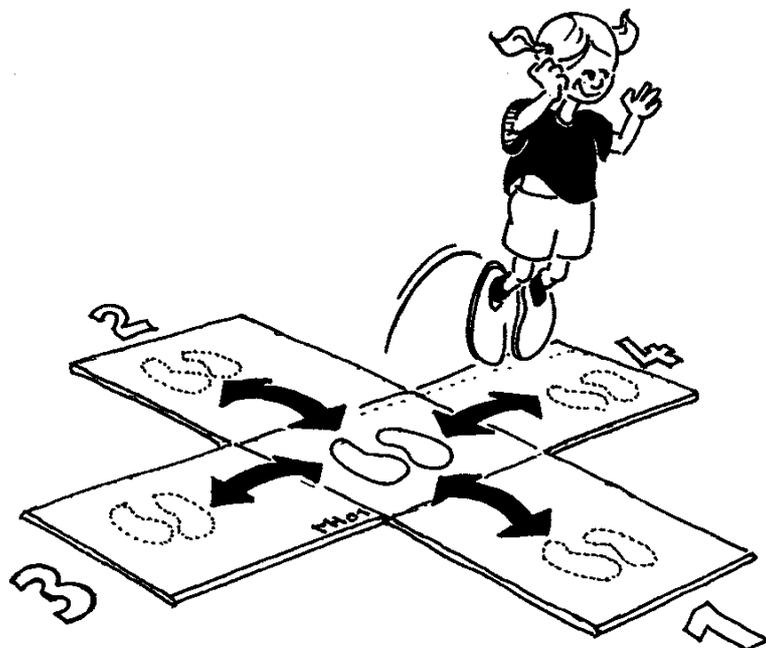
Pour une bonne organisation de cette épreuve, deux assistants sont requis. Ils doivent faire les choses suivantes:

- Donner le départ de l'épreuve
- Contrôler et régler l'épreuve
- Prendre le temps
- Enregistrer les scores sur la fiche de l'épreuve

### 3.6 Saut en croix

**Brève description:** sauts pieds joints avec changements de direction

**Figure**



#### **Procédure**

A partir du centre d'une croix, le participant saute vers l'avant, vers l'arrière et sur les deux côtés. Spécifiquement, le point de départ est au centre, puis saut vers l'avant, puis en arrière pour revenir au centre, puis vers la droite, puis retour au centre, puis à gauche et retour au centre, puis vers l'arrière et retour au centre.

#### **Classement**

Chaque équipier a 15 secondes à chaque essai durant lesquelles il essaie de réaliser autant de bonds que possible. Dans chaque carré (devant, centre, deux côtés, derrière) chaque bond rapporte un point de manière à ce que pour chaque tour un maximum de huit points puisse être marqué. Le meilleur des deux essais est enregistré.

### **Assistants**

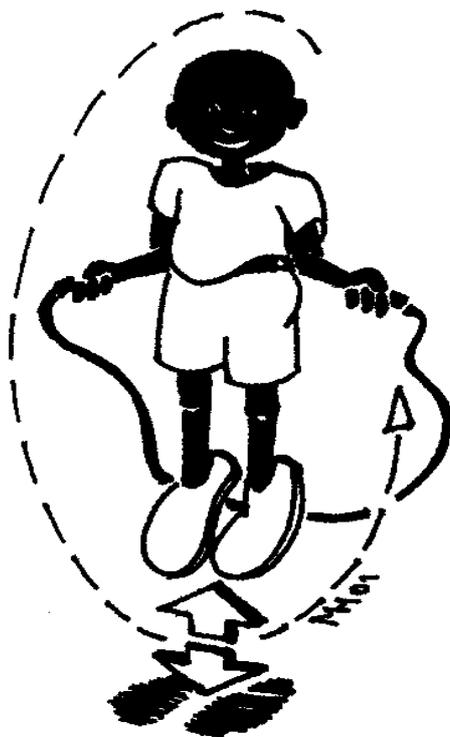
Un assistant par équipe est requis pour cette épreuve et cette personne doit :

- Donner le commandement de départ
- Contrôler et régler la procédure
- Prendre le temps et compter le nombre de bonds
- Enregistrer les scores sur la fiche de l'épreuve

## Saut à la corde

**Brève description:** sauts à la corde pieds joints sur une durée de 15 secondes

### Figure



### Procédure

Le participant se tient debout, pieds parallèles en tenant une corde à deux mains derrière lui. Au commandement, il fait passer la corde au dessus de sa tête puis la fait redescendre devant lui, puis saute par dessus. Le processus cyclique est répété autant de fois que possible en 15 secondes. Cette épreuve ne s'adresse qu'aux enfants du groupe 1. Les enfants doivent sauter sur leurs deux pieds. Chaque enfant a deux essais.

### Classement

Chaque membre de l'équipe participe. Chaque contact de la corde avec le sol est comptabilisé. Le meilleur résultat de chaque équipier est comptabilisé pour faire le total de l'équipe.

## **Assistants**

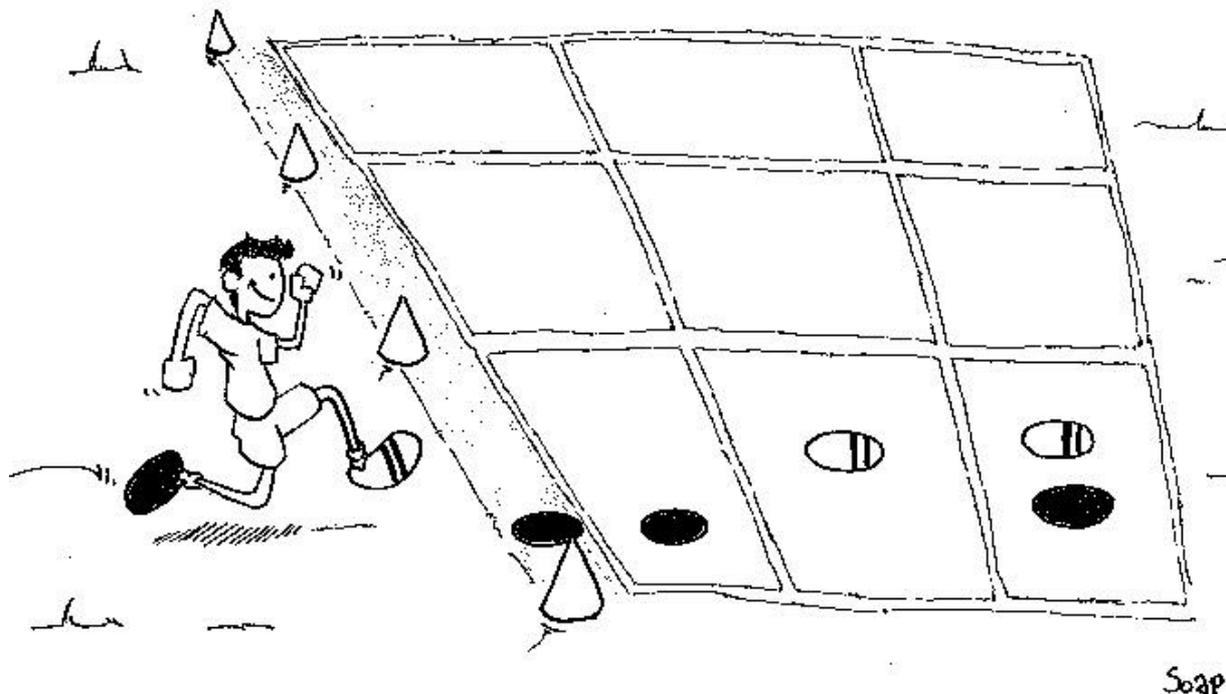
Pour la bonne organisation de cette épreuve, un assistant est requis. Il/elle doit:

- Donner le départ de l'épreuve
- Contrôler les sauts et vérifier qu'ils sont réalisés correctement
- Prendre le temps
- Compter et additionner les scores sur la fiche de l'épreuve

### 3.8 Triple saut balisé

**Brève description:** Réalisation d'un triple saut dans un espace organisé

**Figure**



*Le tracé au sol peut être remplacé par des cerceaux.*

*Les distances demandées sont mesurées au centre des zones de traçage ou au centre des cerceaux.*

#### **Procédure**

L'athlète choisit un espace de triple saut adapté à son niveau. Il réalise après un élan de maximum 5 mètres (balise), sa performance maximale dans ce concours avec minimum 2 essais. Chaque performance est enregistrée et la meilleure est comptée pour l'équipe.

Pour les 7/8 ans, la performance doit être réalisée sur les 2 latéralisations possibles du saut : Espaces de sauts (barèmes): 1m= 1point, 1,25 m=2points, 1,50m=3points.

Pour les 9/10 ans, le saut est effectué sur la latéralisation choisie:

Espaces de sauts (barèmes): 1,50m=1point, 1,80m=2points, 2,15m=3 points.

## **Classement**

Le classement se fait en fonction des scores: l'équipe vainqueur sera celle qui aura réalisé le meilleur total. Les autres équipes sont classées selon l'ordre des résultats d'équipe. Le nombre de points sera attribué avec le système habituel (9 équipes : 1° score = 9 points, 2° score = 8 points, etc.).

## **Assistants**

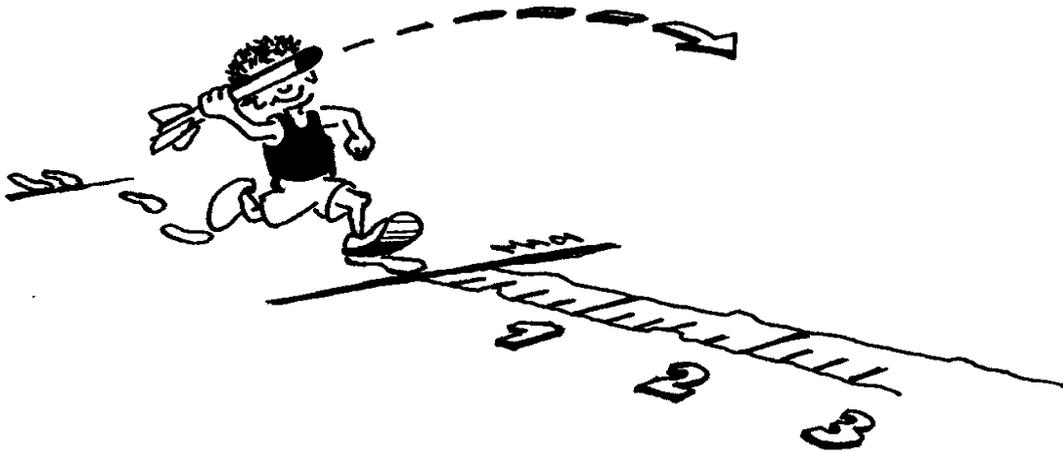
Pour une organisation efficace, un assistant par groupe est requis. Cette personne doit remplir les tâches suivantes:

- Contrôler la régularité du saut
- Prendre la performance réalisée
- Enregistrer et reporter les scores sur la fiche de l'épreuve

### 3.9 Lancer de javelot Kids

**Brève description:** lancer de distance d'un bras avec un javelot KIDS

**Figure**



#### **Procédure**

Le javelot d'initiation est lancé au dessus d'une zone de 5m au moins. Après une courte course d'élan, le participant lance le javelot dans la zone de lancer à partir d'une ligne (Les groupes d'âge 1 lancent des javelots en mousse, les groupes 2 lancent le vortex ou le turbo - jav). Chaque participant dispose de deux essais.

*Consigne de sécurité: Comme la sécurité est un élément critique lors de l'épreuve de lancer de javelot d'initiation, seuls les assistants sont autorisés à être dans la zone de lancer. Il est strictement interdit de lancer le javelot en arrière de la ligne.*

#### **Classement**

Chaque lancer est mesuré à 90° (angle droit) de la ligne de lancer et tous les 20cm (prendre la marque haute lorsque le javelot tombe entre deux marques). Le meilleur des deux lancers de chaque équipier est additionné au total de l'équipe.

### **Assistants**

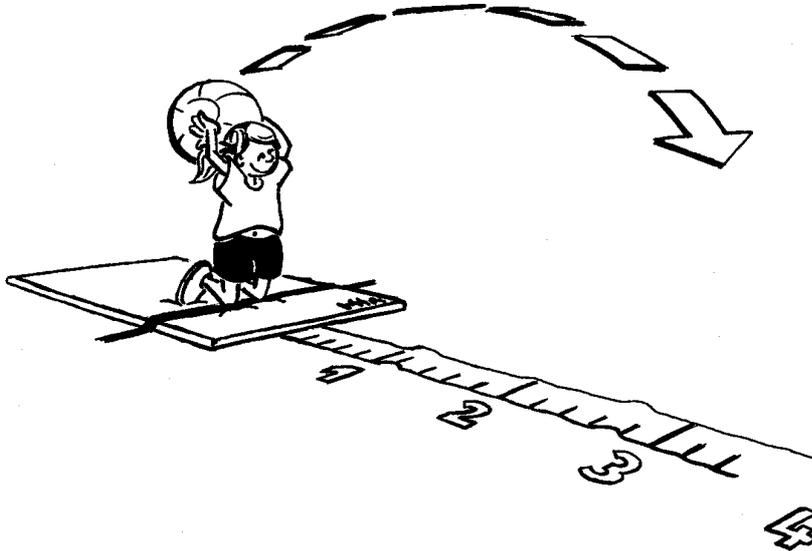
Cette épreuve nécessite deux assistants par équipe. Ils doivent :

- Contrôler et régler la procédure
- Mesurer la distance parcourue par le javelot (mesurer à 90° de la ligne de lancer)
- Ramener le javelot à la ligne de lancer
- Noter les scores sur la fiche de l'épreuve

### 3.10 Lancer à genoux

**Brève description:** lancer de distance, des deux bras, lancer un médecine-ball à partir de la position à genoux

**Figure**



#### **Procédure**

Le participant s'agenouille sur un tapis (ou sur toute autre surface souple) face à un support surélevé et souple (par exemple un tapis de chute ou un tapis mousse). Le participant se penche ensuite vers l'arrière (pré-tension du corps) et lance le médecine-ball (1 kg) vers l'avant aussi loin que possible en le tenant à deux mains au-dessus de sa tête, tout en restant à genoux. Après le lancer, le participant se laisse tomber vers l'avant sur le tapis souple et légèrement surélevé qui est devant lui.

Consigne de sécurité : Le médecine-ball ne doit jamais être relancé vers les participants. Il est recommandé de le ramener ou de le faire rouler jusqu'au prochain lanceur.

#### **Classement**

Chaque participant dispose de deux essais. La mesure est prise tous les 20cm (prendre la marque haute lorsque le javelot tombe entre deux marques) et à 90° (angle droit) par rapport à la ligne de lancer. Le meilleur des deux lancers de chaque équipier est inclus au total de l'équipe.

### **Assistants**

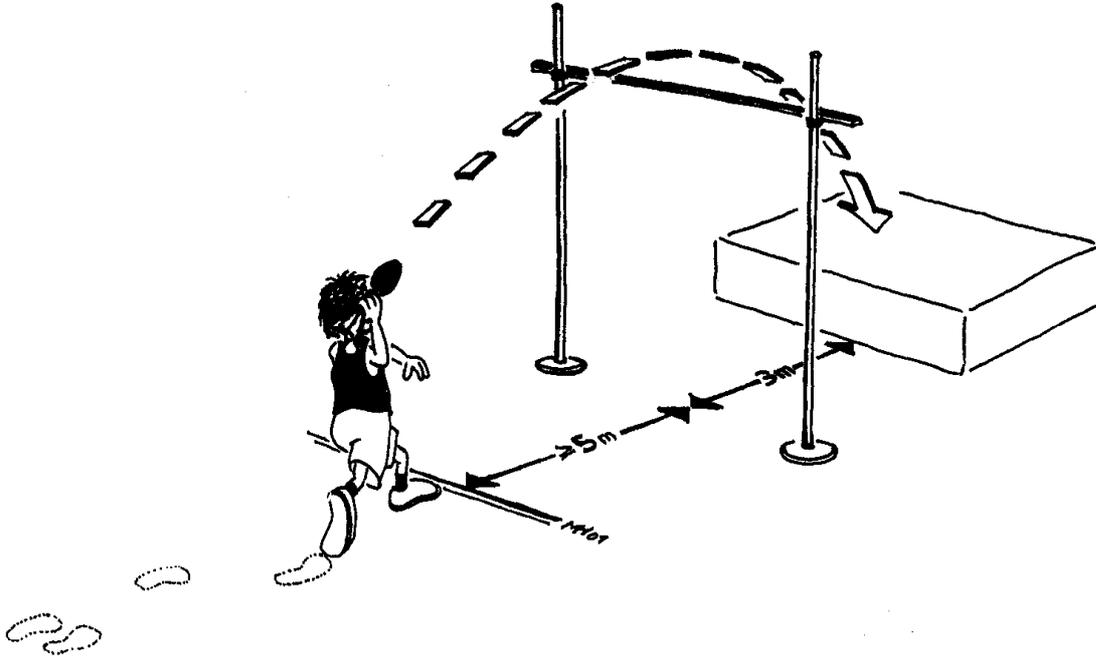
Cette épreuve nécessite deux assistants par équipe. Ils doivent:

- Contrôler et régler la procédure et noter les scores sur la fiche
- Mesurer la distance parcourue par le médecine-ball (mesurer à 90° de la ligne).
- Ramener ou faire rouler le médecine-ball vers la ligne de lancer
- Enregistrer et reporter les scores sur la fiche de l'épreuve.

### 3.11 Lancer sur cible

**Brève description:** Lancer d'un bras un engin léger sur une cible

**Figure**



#### Procédure

Le lancer sur cible se fait à partir d'une zone de 5m. On installe une barrière de 2m50 de haut et une zone cible de 3m derrière cette barrière (voir figure). Le participant lance l'engin de lancer au dessus de la barrière à une distance choisie de celle-ci. A chaque essai, le participant doit choisir une ligne à partir de laquelle il va lancer: 5m, 6m, 7m, ou 8m de la barrière haute, le nombre de points augmentant au fur et à mesure que la distance entre le lanceur et la barrière augmente.

#### Classement

Toucher la zone cible ou au moins ses bords, est considéré comme un essai réussi. Les points sont comptabilisés pour chaque essai réussi (lancer de 5m = 2 points, 6m = 3 points, 7m = 4 points, 8m = 5 points). Si l'engin passe au dessus de la barrière mais manque la cible, on comptabilise un point. Chaque participant a droit à trois essais, la somme des scores enregistrés est comptabilisée et ajoutée au total de l'équipe.

## **Assistants**

Un assistant est requis pour cette épreuve et cette personne doit :

- Contrôler la régularité de la procédure de l'épreuve (lancer d'une certaine distance et atteindre la cible)
- Compter et enregistrer les scores sur la fiche de l'épreuve.

## - Les épreuves des 9/10 ans

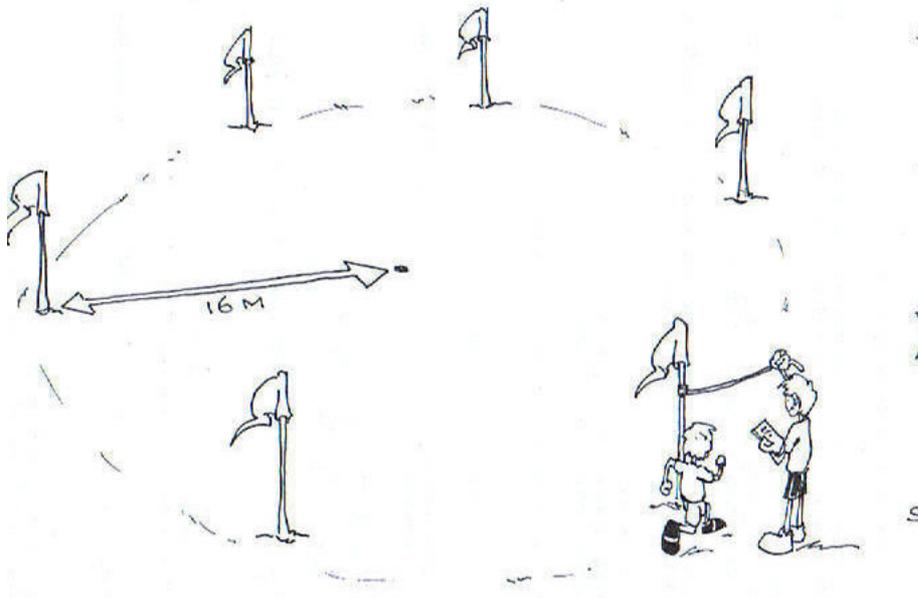
### 3.12 Course d'endurance progressive

**Brève description:** Course longue en vitesse progressive contrôlée sur un parcours balisé court

#### Figure



porte fermée : ouverte 5" selon le planning de course



#### Procédure

Chaque équipier doit effectuer un maximum de tours d'un parcours de course d'environ 100m (voir schéma pour construire une piste de 100m) à des allures progressivement accélérées. Chaque tour réalisé amène un point à son équipe. Le nombre de tours réalisés par tous les équipiers est relevé.

#### Classement

Le résultat de l'équipe est la somme des résultats individuels.

## Assistants

Il est nécessaire d'avoir minimum 4 assistants par équipe pour cette épreuve: un responsable du tableau de marche et de « la porte », les autres enregistrent les arrêts des équipiers et notent leur score sur la fiche de l'équipe.

## Mode d'emploi :

Construire un tableau de course, ouvrir la porte 5' sur les temps de passage prévus pour la course.

### Tableau des vitesses

Vitesse km/h	Temps/100m
8km/h	45''
9km/h	40 ''
10km/h	36''
11km/h	33''
12km/h	30''
13km/h	27''
14km/h	25''
15km/h	23''
16km/h	22''
17km/h	21''
18km/h	20''
19km/h	19''
20km/h	18''

### Tableaux exemples d'épreuves

Vitesse de course/tour	Ouverture de porte
12km/h	30 secs.
12km/h	1:00
13km/h	1:27
13km/h	1:54
14km/h	2:19
14km/h	2:44
15km/h	3:07
15km/h	3:30
16km/h	3:52
16km/h	4:14
17km/h	4:35
18km/h	4:55
19km/h	5:14

Vitesse de course/tour	Ouverture de porte
10km/h	36 secs.
10km/h	1:12
11km/h	1:45
11km/h	2:18
12km/h	2:48
12km/h	3:18
13km/h	3:45
13km/h	4:12
14km/h	4:37
14km/h	5:02
15km/h	5:25
15km/h	5:48
16km/h	6:10

## NB :

Les tableaux de course sont des exemples : de 10 à 19km/h.

Les temps aux 100m sont arrondis pour faciliter le travail.

Les athlètes font deux tours à chaque vitesse sauf en fin de course pour l'accélération finale.

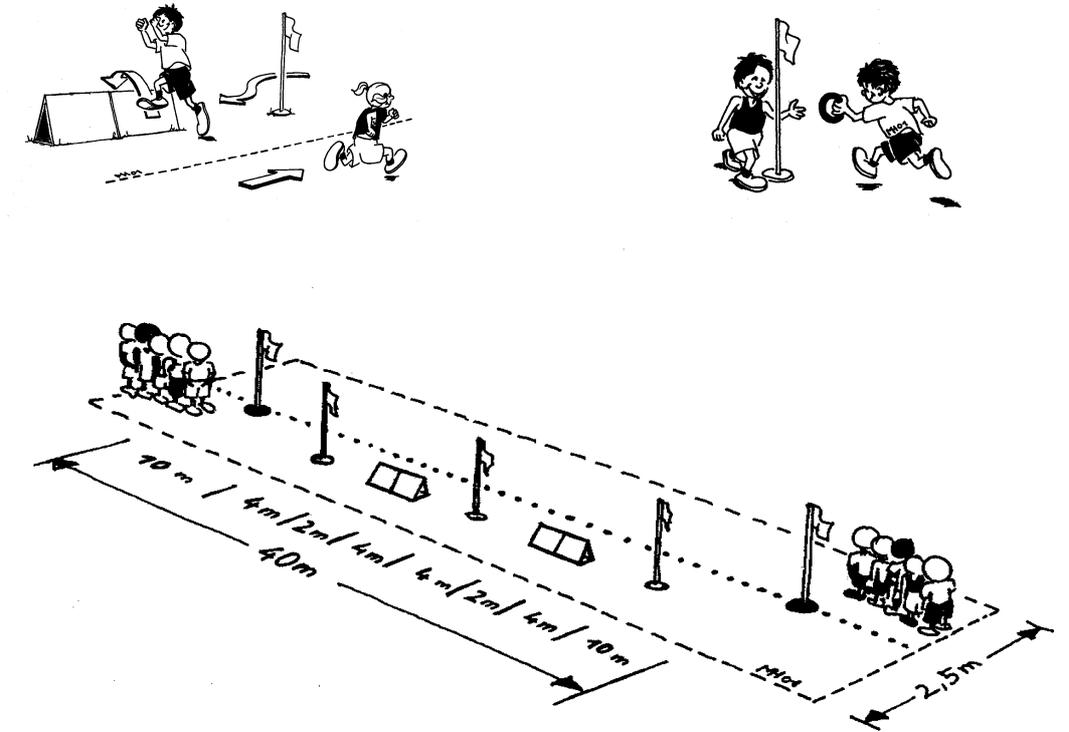
En fonction du niveau des élèves l'éducateur choisira une formule de course adaptée au plan des vitesses. Les points seront donnés en fonction du nombre de tours :

Ex. : 1 point par tour.

### 3.13 Relais slalom vitesse haies

**Brève description :** courses de relais combinant haies/ sprint /slalom

**Figure**



#### Procédure

L'atelier est installé comme l'indique le schéma. Deux couloirs sont nécessaires pour chaque équipe: un couloir avec et un autre sans haies. Le premier parcours est fait sur les haies en passant dans les portes et ensuite les équipiers font leurs parcours suivant l'enchaînement logique du relais. Quand les équipiers ont tous effectué un parcours avec haies et un parcours sans haies, la course est terminée.

Le relais est organisé pour que le passage du témoin se fasse avec la main gauche.

#### Classement

Le classement se fait en fonction du temps: l'équipe vainqueur sera celle qui aura réalisé le meilleur temps. Les autres équipes sont classées selon l'ordre des temps. S'il y a moins d'équipes dans un groupe d'âge que de couloirs disponibles, le classement pourra se faire directement en fonction de leur ordre d'arrivée.

## **Assistants**

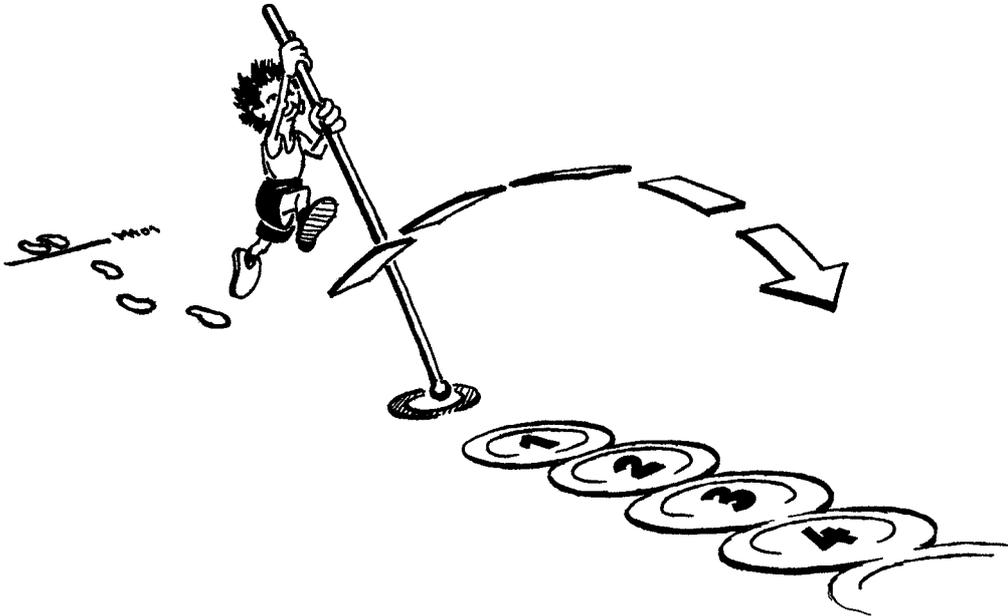
Pour une organisation efficace, un assistant par groupe est requis. Cette personne doit remplir les tâches suivantes:

- Contrôler la régularité de la course
- Prendre le temps
- Enregistrer et reporter les scores sur la fiche de l'épreuve

### 3.14 Saut en Longueur avec perche

**Brève description :** saut en longueur à l'aide d'une perche

**Figure**



#### Procédure

A partir d'une course d'élan de 5m (matérialisée par une marque : plot, latte), le participant court vers un cerceau/un pneu/un tapis. L'impulsion se fait sur un pied (les sauteurs droitiers donc avec impulsion pied gauche, doivent tenir la perche avec leur main droite au dessus). "En plantant" la perche, le sauteur se soulève au dessus d'une seconde marque en direction d'un objet cible (pneu ou tapis).

Les cibles sont installées comme l'indique le schéma, 1ère cible à 1 mètre du point de planter de perche. Il est fortement déconseillé de lâcher la perche pendant le saut. Les perches mesurent maximum 2 mètres de long.

#### Classement

Chaque participant a deux essais. Si l'individu atterrit dans l'objet 1, 2 points sont enregistrés, si la réception se fait dans l'objet 2, 3 points sont donnés et ainsi de suite [objet 3 (=4 points); objet 4 (=5 points) et objet 5 (=6 points)]. Si le bord du pneu/du tapis est touché lors de la réception, le saut est considéré comme réussi. Si à la réception, une jambe est dans le pneu/sur le tapis et que l'autre jambe est en dehors, un point est déduit. Les juges doivent conseiller les athlètes autant que possible.

### **Assistants**

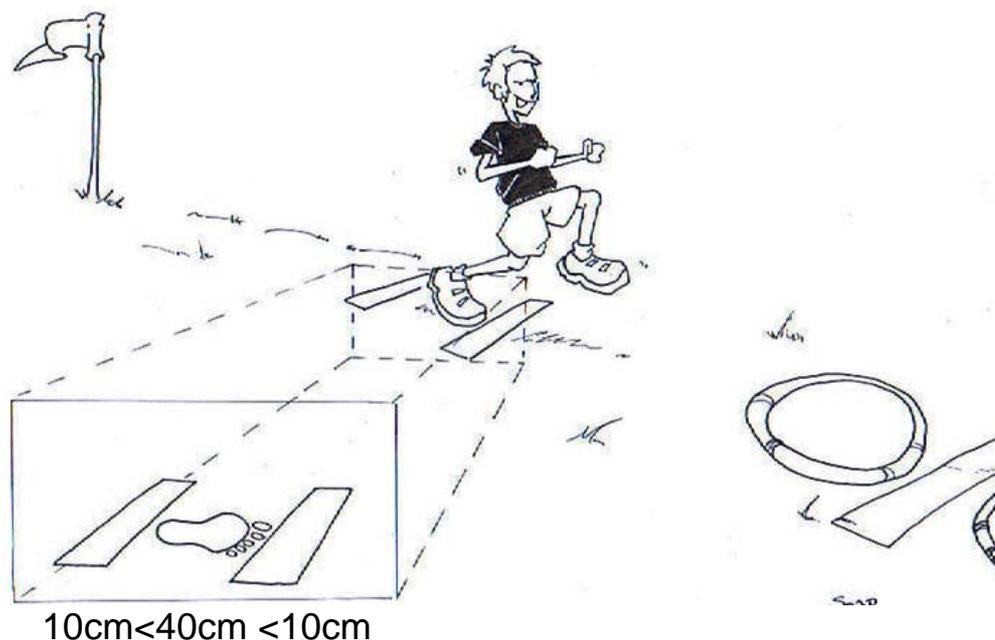
Un assistant est requis pour cette épreuve et cette personne doit:

- Contrôler la hauteur et la largeur de la prise
- Contrôler que la réception est correcte
- Comptabiliser et enregistrer les scores sur la fiche de l'épreuve

### 3.15 Saut en longueur avec précision (impulsion/réception)

**Brève description :** saut en longueur élan réduit avec exigences de précision

**Figure**



#### **Procédure**

A partir d'une zone d'élan de maximum 10 mètres de long, les concurrents réalisent un saut en longueur avec des exigences fortes sur la précision de la marque d'impulsion et de la marque de réception.

La performance est enregistrée de la façon suivante :

- Zone de chute : points attribués par rapport à la cible atteinte en position d'équilibre (zone 3 = 3 points)
- Si les deux pieds dans la cible = + 1 point
- Si impulsion précise : + 2 points dans la zone d'impulsion  
+ 1 point dans les zones +/- 10cm  
0 point hors zone d'impulsion

#### **Classement**

Chaque équipier a droit à 3 essais. Chaque performance est enregistrée. La meilleure performance de chaque équipier est comptabilisée pour le score de l'équipe.

## **Assistants**

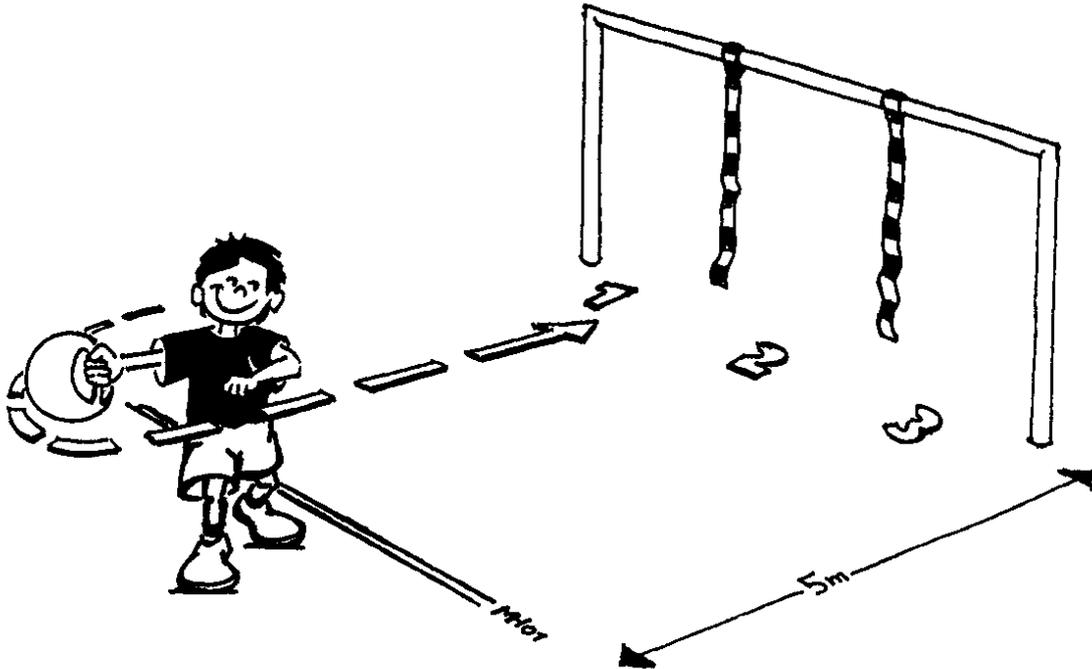
Un assistant par équipe est requis pour cette épreuve et cette personne doit :

- Vérifier la précision de l'impulsion
- Vérifier la précision de la réception
- Comptabiliser les points pour chaque athlète
- Enregistrer les scores sur la fiche de l'épreuve

### 3.16 Lancer en rotation ballon à poignée

**Brève description :** lancer sur des cibles variées en utilisant la rotation

**Figure**



#### **Procédure**

L'aire entière, délimitée par deux poteaux (ou entre deux buts de foot), est divisée en trois zones de taille égale par un ruban: la zone de gauche, la zone centrale et la zone de droite. A partir d'une position debout latérale à 5m du centre de la zone, le participant lance une balle (ou un objet similaire), avec la bras totalement tendu vers le poteau ou le but de foot (d'une manière qui ressemble au lancer du disque ou au mouvement de rotation d'une raquette de tennis). Chaque participant dispose de deux essais pour essayer de lancer l'objet dans la zone qui est du côté de son bras lanceur (par exemple un gaucher tente de lancer l'objet dans la zone de gauche).

#### **Classement**

Si les droitiers lancent l'objet dans la zone de droite, ils marquent trois points. Ils marquent deux points s'ils lancent dans la zone centrale et un point pour la zone de gauche. Si l'objet touche l'une des limites de zone, le score maximal est marqué. Pour les gauchers, les points sont marqués dans le sens inverse.

Si un lanceur manque l'aire de lancer (sur le côté, au delà, avant) ou mord la ligne de lancer, on lui redonne un essai pour tenter de marquer des points.

Le meilleur des deux essais de chaque équipier est additionné au total de l'équipe.

### **Assistants**

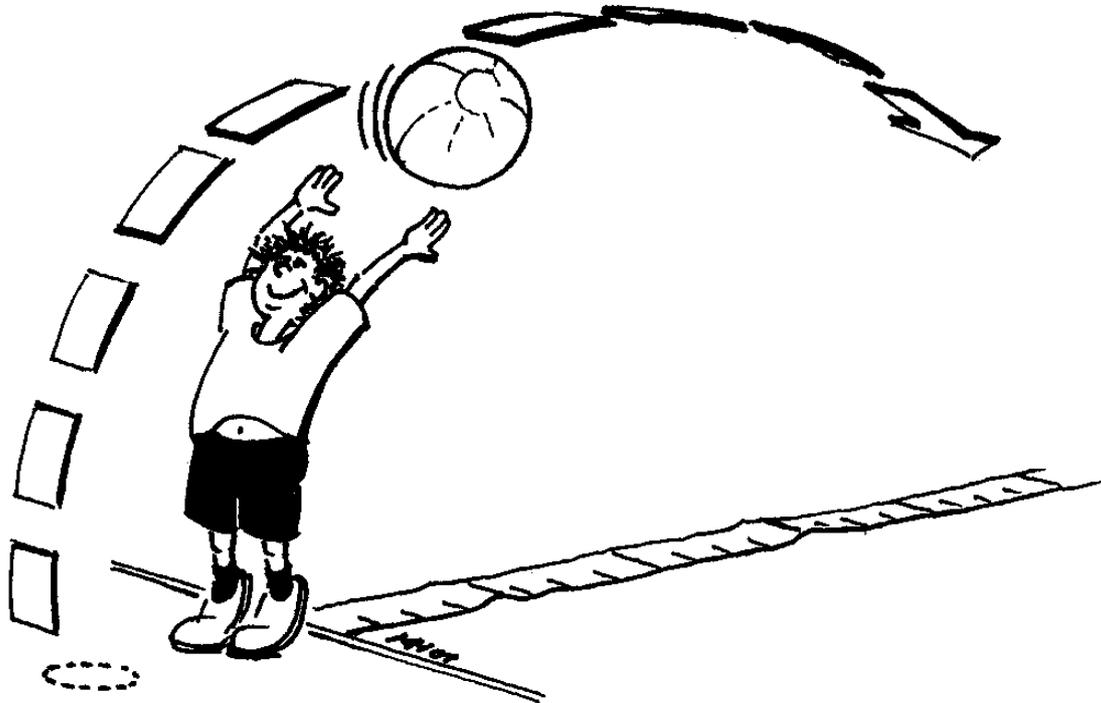
Cette épreuve nécessite deux assistants par équipe. Ils doivent :

- Contrôler et régler la procédure
- Ramener l'engin vers la ligne de lancer
- Noter les scores sur la fiche de l'épreuve

### 3.17 Lancer arrière Médecine-ball

**Brève description :** lancer arrière, par dessus la tête avec un médecine-ball

**Figure**



#### **Procédure**

Les participants se tiennent jambes parallèles, talons sur la ligne, de dos par rapport à la direction du lancer. Le médecine-ball est tenu à bout de bras et à deux mains. Le participant plie ses jambes (en position de squat pour mettre les muscles en tension), et détend rapidement les jambes puis les bras afin de lancer le médecine-ball vers l'arrière, par dessus la tête aussi loin que possible dans la zone de lancer. Après le lancer, le participant peut enjamber la ligne (c'est à dire reculer). Chaque participant dispose de deux essais.

#### **Classement**

Chaque lancer est mesuré à 90° (angle droit) de la ligne de lancer et tous les 20cm (prendre la marque haute lorsque le médecine-ball tombe entre deux marques). Le meilleur des deux lancers de chaque équipier est additionné au total de l'équipe.

### **Assistants**

Cette épreuve nécessite deux assistants par équipe. Ils doivent :

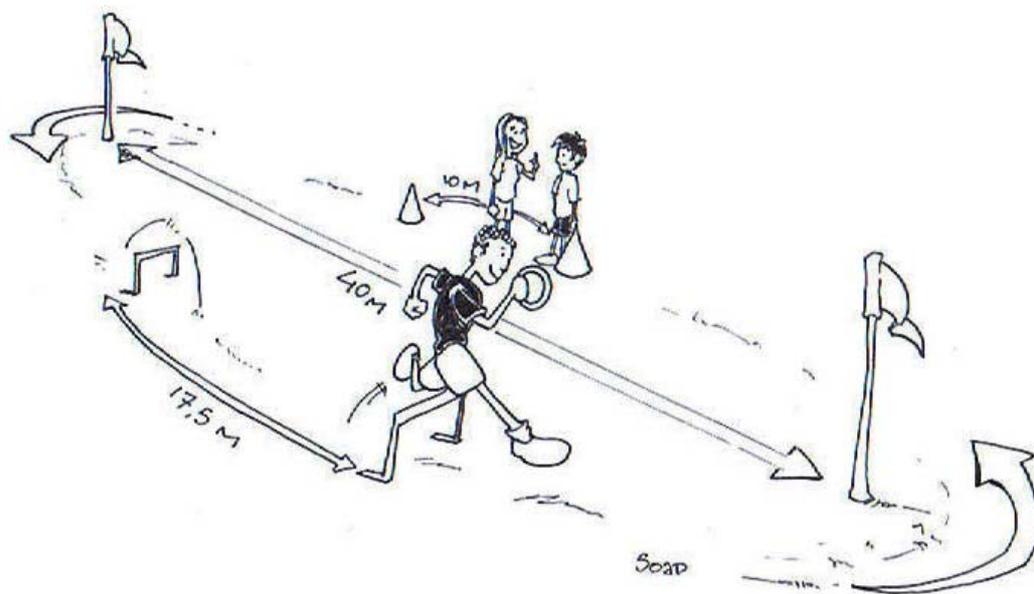
- Contrôler et régler la procédure.
- Mesurer la distance parcourue par le médecine-ball (mesurer à 90° de la ligne de lancer) et le ramener ensuite.
- Noter les scores sur la fiche de l'épreuve.

## -Les épreuves des 11/12ans

### 3.18 Relais sprint/haies « épingle »

**Brève description :** course de relais vitesse / haies en épingle

**Figure**



#### **Procédure**

Deux couloirs sont nécessaires pour chaque équipe: un couloir avec la zone de transmission et un autre avec les 2 haies.

Les équipiers sont organisés à l'entrée de la zone de transmission de 10m. Le concurrent n°1 démarre sa course vers le premier poteau, le contourne avant d'effectuer son parcours sur les haies puis contourne le deuxième poteau pour revenir vers son équipe. Arrivé dans la zone de passage, il donne le témoin à son équipier qui fait le même parcours pour passer au 3° équipier, etc.

Le relayeur pourra se mettre en mouvement dans le sens de la course à l'intérieur de la zone de passage.

Le chronomètre est déclenché lorsque le 1° partant démarre sur la ligne de départ (entrée de zone de passage) et il est arrêté lorsque le dernier équipier franchit la ligne d'arrivée (entrée de zone de transmission) après son parcours.

### **Classement**

Le classement se fait en fonction du temps: l'équipe vainqueur sera celle qui aura réalisé le meilleur temps. Les autres équipes sont classées selon l'ordre des temps.

### **Assistants**

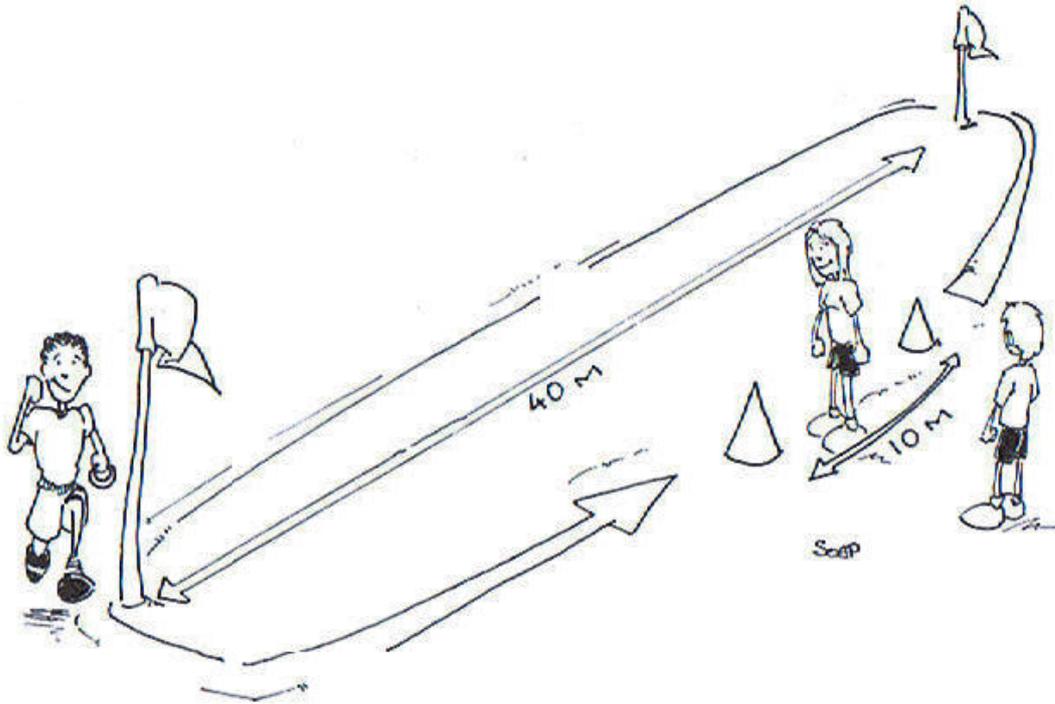
Pour une organisation efficace, un assistant par groupe est requis. Cette personne doit remplir les tâches suivantes:

- Contrôler la régularité de la course
- Prendre le temps
- Enregistrer et reporter les scores sur la fiche de l'épreuve

### 3.19 Relais vitesse en « épingle »

**Brève description :** course de relais de sprint en formule épingle

**Figure**



#### **Procédure**

Deux couloirs sont nécessaires pour chaque équipe: un couloir avec et un autre sans zone de passage.

Les équipiers sont organisés à l'entrée de la zone de transmission de 10m. Le concurrent n°1 démarre sa course vers le premier poteau, le contourne avant d'effectuer son parcours en ligne droite, puis contourne le deuxième poteau pour revenir vers son équipe. Arrivé dans la zone de passage, il donne le témoin à son équipier qui fait le même parcours pour passer au 3° équipier, etc.

Le relayeur se mettra en mouvement (sens= course) à l'intérieur de la zone.

Le chronomètre est déclenché lorsque le 1° partant démarre sur la ligne de départ (entrée de zone de passage) et il est arrêté lorsque le dernier équipier franchit la ligne d'arrivée (entrée de zone de transmission) après avoir fait son parcours.

### **Classement**

Le classement se fait en fonction du temps: l'équipe vainqueur sera celle qui aura réalisé le meilleur temps. Les autres équipes sont classées selon l'ordre des temps.

### **Assistants**

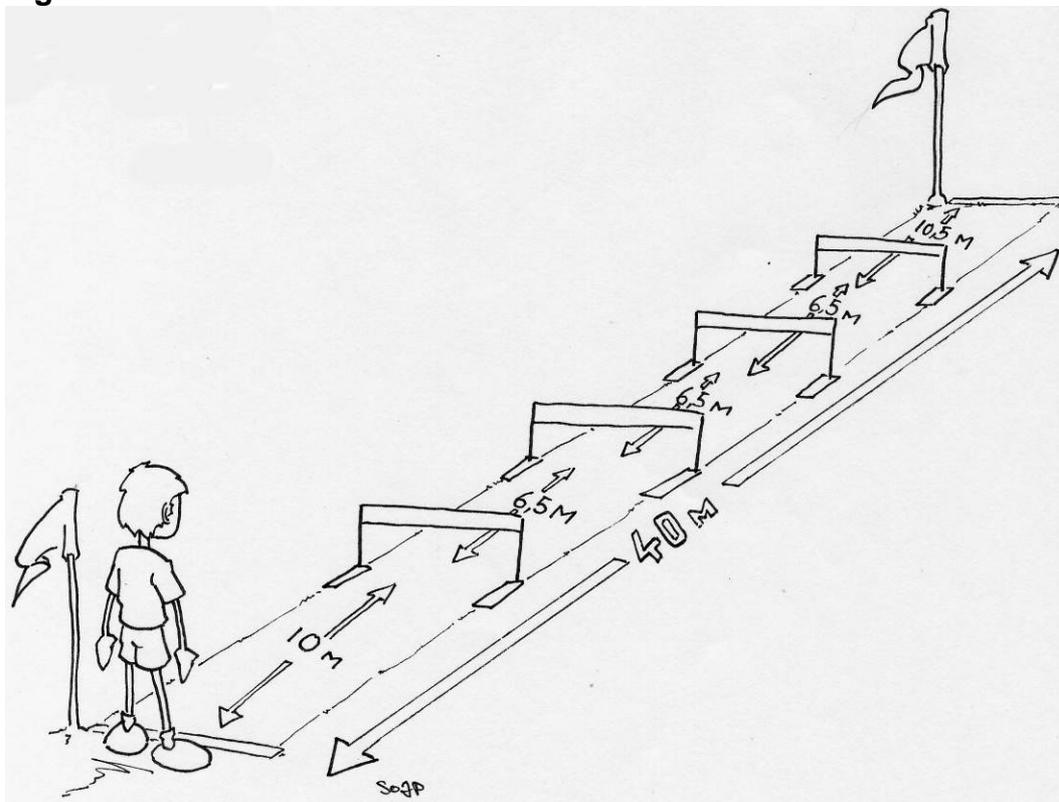
Pour une organisation efficace, un assistant par groupe est requis. Cette personne doit remplir les tâches suivantes:

- Contrôler la régularité de la course
- Prendre le temps, enregistrer le score sur la fiche

### 3.20 Course de haies

**Brève description :** Course de haies avec espaces constants

**Figure**



#### **Procédure**

Le parcours de haies est conforme au dessin joint à la fiche.

Le concurrent démarre debout derrière la ligne de départ, au signal « partez » ou au coup de claquoir qui suivra le signal « à vos marques ». Il court le plus vite possible sur le parcours proposé pour franchir la ligne d'arrivée et obtenir une performance individuelle.

Les courses se feront sur deux parcours parallèles avec des départs communs. Les parcours comportent 4 haies espacées de 7 m.

Distance départ 1<sup>o</sup> haie = 10m / Distance dernière haie arrivée= 9m.

### **Classement**

Le classement de l'équipe se fait par addition des temps de tous les équipiers. L'équipe vainqueur sera celle qui aura réalisé le meilleur temps. Les autres équipes sont classées selon l'ordre des temps.

### **Assistants**

Pour cette épreuve, il faut un chronométreur sur chaque couloir ; il doit avoir un minimum d'expérience et d'habitude du chronométrage.

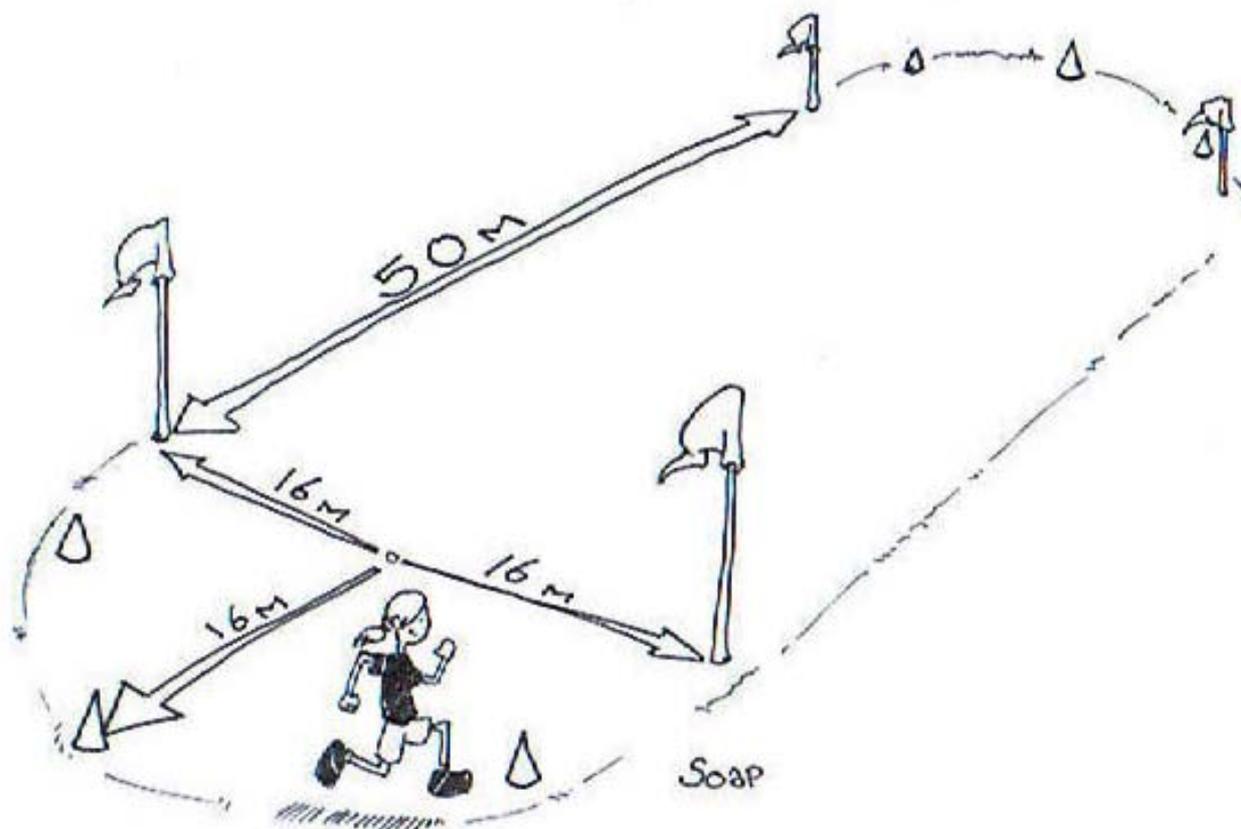
Une personne doit tenir le rôle de starter.

Les chronométreurs doivent également reporter les temps sur la fiche.

### 3.21 Course d'endurance « 1000m »

**Brève description :** Course de 1000 mètres (environ) en équipe

**Figure**



#### **Procédure**

Chaque équipe doit effectuer 5 fois un parcours de course d'environ 200m (voir schéma) pour construire une piste de 200m, en partant d'une base de départ clairement identifiée. Les temps réalisés par tous les équipiers sont relevés.

Les courses seront organisées sur deux bases diamétralement situées sur le parcours et deux équipes maximum seront placées sur chaque base.

#### **Classement**

Le résultat de l'équipe est la somme des résultats individuels.

#### **Assistants**

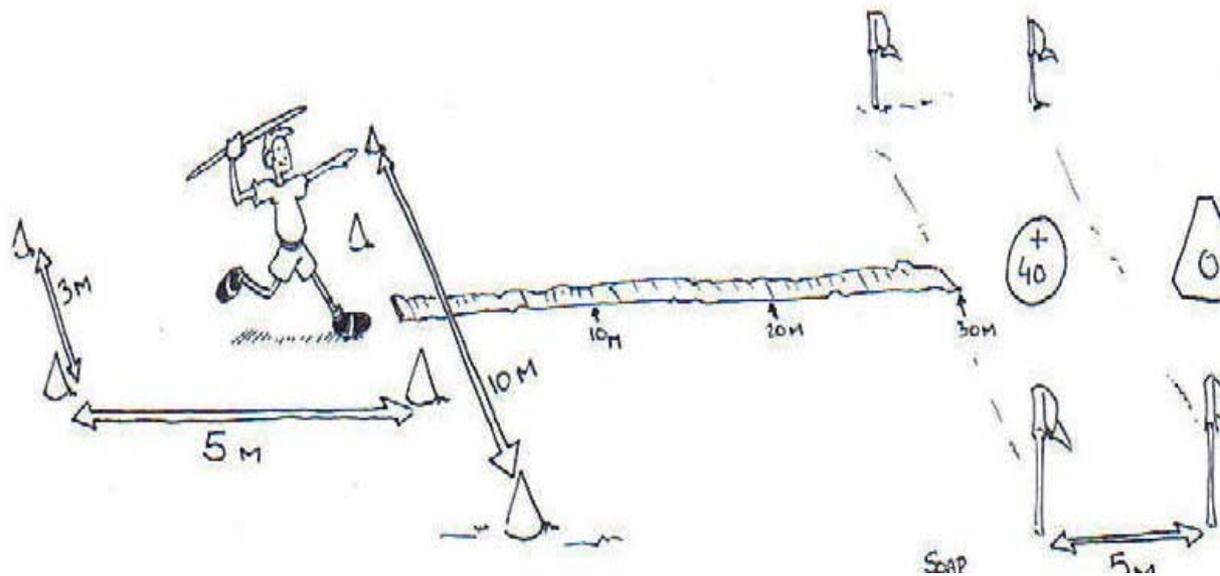
Il est nécessaire d'avoir 2 assistants minimum par équipe pour cette épreuve.

Il ne peut y avoir que 4 équipes en même temps sur le parcours, ce qui doit libérer des assistants des autres ateliers ou des responsables d'équipes.

### 3.22 Lancer de javelot évolué

**Brève description :** lancer de performance / précision d'un javelot adapté

#### Figure



#### Procédure

Le lancer se fait à partir d'une zone d'élan de 5m.

L'athlète projette l'engin le plus loin possible (jusqu'à 30m) sur un axe fixé par des repères. Au delà des 30m, existe une zone cible de 5m de large qui apporte un bonus de 10m si le javelot tombe à l'intérieur.

La mesure sera en lecture directe sur un balisage du terrain ou sur la présence d'un engin de mesure posé au sol.

La performance est enregistrée pour chacun des trois essais de chaque équipier.

#### Classement

Le meilleur score de chaque équipier sera retenu et additionné aux autres performances de tous les équipiers. Le total sera la performance de l'équipe.

#### Assistants

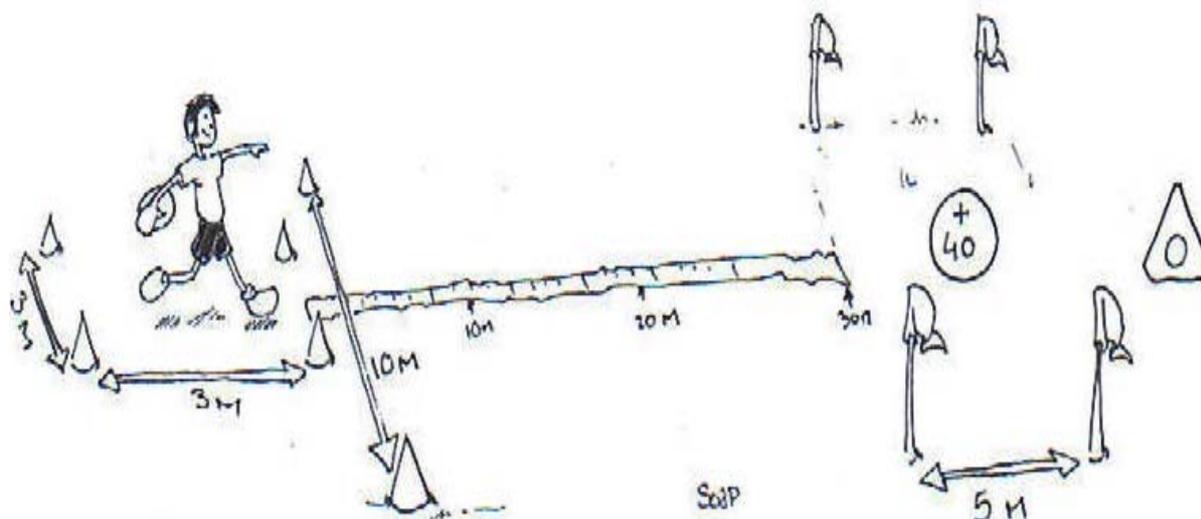
Un assistant est requis pour cette épreuve et cette personne doit :

- Contrôler la régularité de la procédure de l'épreuve
- Compter et enregistrer les scores sur la fiche de l'épreuve.

### 3.23 Lancer de disque évolué

**Brève description:** lancer en rotation, de distance /précision avec un engin adapté

**Figure**



#### Procédure

L'athlète lance en rotation, d'une zone de 3 mètres d'élan, un engin plat dont la tenue est facile. La trajectoire de l'engin lancé doit se terminer dans un secteur défini (largeur maximale 10m). L'athlète projette l'engin le plus loin possible (jusqu'à 30m) sur un axe fixé par des repères. Au delà des 30m, existe une zone cible de 5m de large qui apporte un bonus de 10m si le disque tombe à l'intérieur.

La performance est mesurée de l'impact de l'engin au sol à ramener perpendiculairement à la lecture d'un engin de mesure placé au sol, sur l'axe du secteur de lancer.

Chaque participant dispose de deux essais, qui sont mesurés et enregistrés.

Consigne de sécurité : Comme la sécurité est un élément critique lors de l'épreuve de lancer en rotation, seuls les assistants sont autorisés à être dans la zone de lancer. Il est strictement interdit de lancer avant le signal convenu.

### **Classement**

Chaque lancer est mesuré à 90° (angle droit) de la ligne de lancer. Le meilleur des deux lancers de chaque équipier est additionné au total de l'équipe.

Le total de l'équipe est comparé aux autres pour classement sur l'épreuve.

### **Assistants**

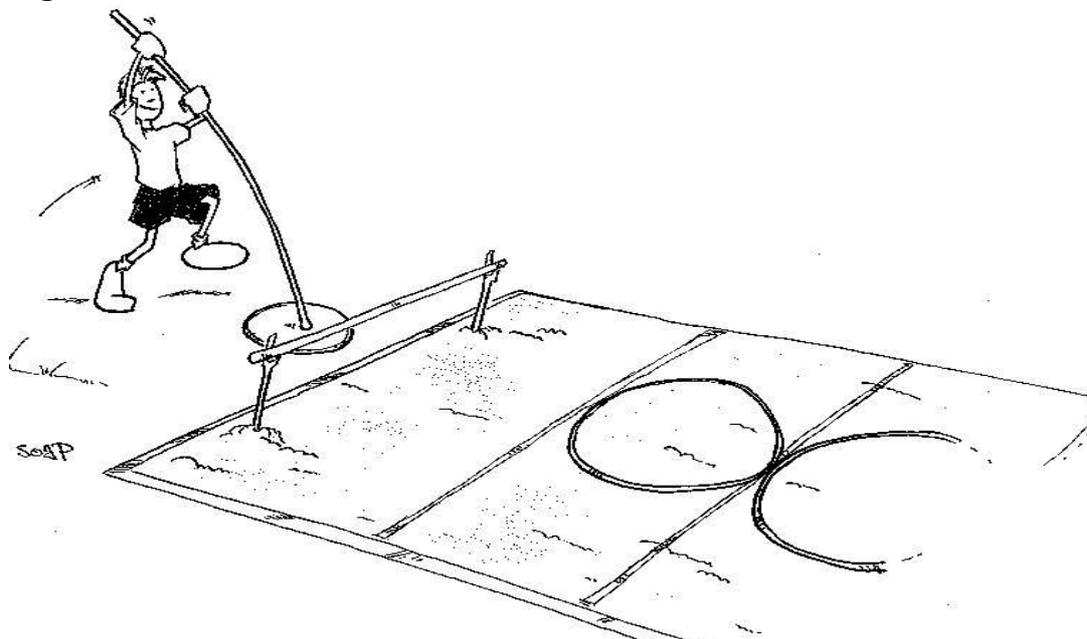
Cette épreuve nécessite deux assistants par équipe. Ils doivent :

- Contrôler et régler la procédure
- Mesurer la distance parcourue par le disque (mesurer à 90° de la ligne de lancer)
- Ramener le disque à la ligne de lancer
- Noter les scores sur la fiche de l'épreuve

### 3.24 Saut avec perche sur fosse de sable

**Brève description :** saut en longueur / hauteur dans le sable avec une perche

**Figure**



#### **Procédure**

A partir d'une course d'élan de 10m maximum (repère obligatoire : plot, latte), le participant court vers un cerceau/un pneu/un tapis situé au début de la fosse de sable. L'impulsion se fait sur un pied (les sauteurs droitiers donc impulsion pied gauche doivent tenir la perche avec leur main droite au dessus). En effectuant son saut vers l'avant le sauteur doit franchir un obstacle non dangereux lui imposant d'aller un minimum vers le haut. Il atterrit ensuite dans un cible.

Les objets cibles sont installés comme indiqué sur le schéma (1° cible à 1 mètre de la zone du piquer de perche)

La réception doit se faire sur deux pieds (pour réduire les risques de blessure). La perche doit être tenue à deux mains (!) jusqu'à la fin de la réception. Pour finir, le changement de l'écart des mains sur la perche est interdit.

#### **Classement**

Chaque participant a deux essais. Si l'individu atterrit dans l'objet 1, 1 point est enregistré, si la réception se fait dans l'objet 2, 2 points sont donnés et ainsi de suite, objet 3 (=3 points); objet 4 (=4 points). Si le bord du pneu/du tapis est touché lors de la réception, le saut est considéré comme réussi. Si à la réception, les deux pieds

sont dans le pneu/sur le tapis, un point est ajouté. Lorsque les deux pieds arrivent tous deux en dehors du pneu/du tapis, le participant obtient un autre essai pour le faire correctement. Le fait de toucher l'obstacle haut fait perdre 1 point.

### **Assistants**

Un assistant est requis pour cette épreuve et cette personne doit:

- Contrôler la hauteur et la largeur de la prise
- Contrôler que la réception est correcte
- Comptabiliser et enregistrer les scores sur la fiche de l'épreuve

### 3.25 Saut en longueur avec élan réduit

**Brève description :** saut en longueur

**Figure**



*Pour les plus grands, il est concevable de sortir un engin de mesure classique et de le dérouler le long de la fosse de sable pour effectuer une mesure plus précise.*

#### **Procédure**

Chaque concurrent se place en fin de zone d'élan, effectue un élan de maximum 10m (matérialisé par un plot, une latte) puis donne une impulsion vers l'avant sur une zone marquée au sol de 50cm de large. Il effectue sa trajectoire et arrive dans le sable ou la mesure de son saut se réalise par des zones matérialisées dans la fosse de réception. La zone 1 donne 1 point, la zone 2 donne 2 points, etc.

#### **Classement**

Chaque membre de l'équipe participe. Chaque performance est enregistrée pour l'athlète. La meilleure performance lors de ses trois essais sera comptabilisée pour l'équipe. Le résultat de l'équipe sera l'addition de tous les résultats individuels.

#### **Assistants**

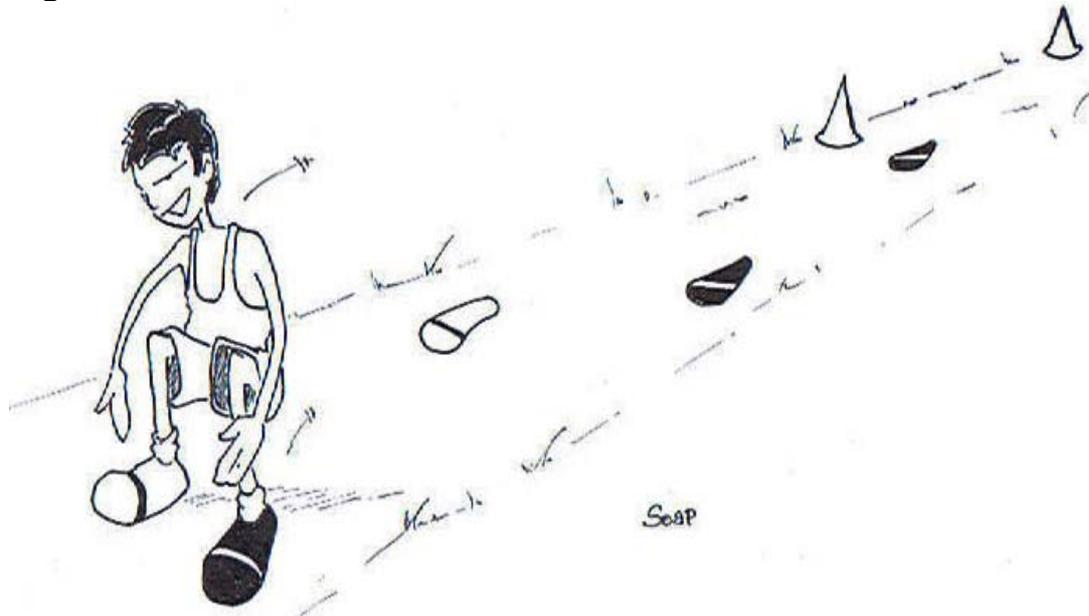
Pour la bonne organisation de cette épreuve, un assistant est requis. Il/elle doit :

- Contrôler les sauts et vérifier qu'ils sont réalisés correctement
- Enregistrer les performances et faire le score de l'équipe.

### 3.26 Triple saut élan réduit

**Brève description :** Après une course d'élan très réduite exécuter un triple saut

#### Figure



#### Procédure

Chaque équipier aura droit à 3 essais.

Après une prise d'élan, limitée à 5 mètres, l'athlète réalisera un triple saut (cloche pied, foulée et atterrissage obligatoire debout sur ses deux pieds).

La performance sera mesurée au talon le plus proche de la zone d'impulsion, avec une lecture sur un engin de mesure déroulé le long de la zone de réception.

#### Classement

La meilleure performance sera enregistrée pour l'athlète et comptabilisée dans le résultat de l'équipe.

#### Assistants

Pour une bonne organisation de cette épreuve, un assistant est requis pour :

- Contrôler l'épreuve au plan règlementaire (cloche pied, arrivée debout...)
- Relever la performance
- Enregistrer les performances sur la fiche de l'épreuve.

## **4. Classement de l'épreuve**

### **4.1 Système de classement**

Le système de classement de « Kids' Athletics » est très simple et peut se faire sans outil informatique et sans grandes connaissances en règlements athlétiques. Un seul assistant peut tenir le tableau des résultats pour une compétition à 9 équipes. La simplicité des résultats permet leur annonce deux minutes après la fin de la dernière épreuve.

Il n'y a pas d'utilisation de tables de cotations.

Pour résumer, ce système est basé sur les principes suivants :

- Le score maximum dépend du nombre d'équipes présentes dans chaque groupe d'âge. Par exemple, avec 9 équipes le meilleur marque 9 points, le second 8 points, le troisième 7 points et ainsi de suite jusqu'à la dernière équipe qui marque 1 point.
- Immédiatement après la fin d'une des épreuves, le résultat est transmis puis reporté sur le tableau d'affichage.
- Lorsque deux équipes ou plus ont le même score, elles marquent toutes le score qui correspond à leur place. L'équipe suivante est enregistrée à la place qui suit les équipes à égalité.
- Le vainqueur de l'épreuve est l'équipe qui atteint le meilleur score à la fin de toutes les épreuves.

### **4.2 Classement des épreuves de course**

Pour les courses de relais le temps de l'équipe est le résultat enregistré.

Pour les épreuves individuelles des 11/12 ans, les temps sont enregistrés et additionnés pour le résultat de l'équipe.

### **4.3 Classement des épreuves de sauts et de lancers**

Pour les épreuves de sauts et de lancers, chaque équipier doit participer à toutes les disciplines, en réalisant le nombre d'essais donné. La somme des meilleures performances de chaque équipier est le résultat de l'équipe dans ce groupe d'épreuves. L'enregistrement et le classement des résultats sont inscrits sur la fiche de l'épreuve.

#### **4.4 Mesure des performances dans les concours**

Dans « IAAF Kids' Athletics », la prise de mesure (lecture directe sur un outil de mesure déroulé au sol) est utilisée pour les groupes d'âge 1 et 2 voire 3. La distance est toujours mesurée à 90° (angle droit) de la ligne de lancer, au point où l'objet (javelot, balle, etc.) est tombé. Lorsqu'un objet tombe entre deux marques de mesure, la marque la plus haute est accréditée au lanceur.

#### **4.5 Classement final**

On utilise un tableau d'affichage afin d'avoir une vue d'ensemble rapide sur tous les résultats. Ce tableau peut être réalisé sur n'importe quel support et présente les scores des équipes sur toutes les épreuves.

Immédiatement après la fin d'une des épreuves, les fiches correspondantes sont calculées par l'assistant de l'épreuve et transmises à l'assistant chargé du tableau d'affichage pour qu'il en fasse le traitement par la suite. Dès que la totalité des équipes a achevé une épreuve et que leurs résultats respectifs sont enregistrés sur le tableau d'affichage, le classement des équipes dans cette discipline est réalisé. Les scores sont alors écrits de manière large et lisible.

Lorsque la compétition est entièrement terminée, seuls les scores de classement de chaque équipe sont additionnés, indiquant ainsi le classement général de l'équipe. Le vainqueur est l'équipe qui a obtenu le score le plus important.

Ce tableau ainsi que le calcul des scores, visible par tous, est un processus d'évaluation lisible et transparent. Les participants peuvent suivre l'évolution des équipes en consultant les classements intermédiaires sur le tableau de marquage tout au long de la compétition. La présentation constante des résultats sur le lieu de rencontre est un facteur clé de la motivation des participants.

## **5 Organisation**

### **5.1 Mise en place**

La mise en place de Kids' Athletics nécessite quelques précautions pour que la compétition se déroule le mieux possible :

- Tout le matériel doit être livré le plus près possible du lieu de rencontre.
- 4 à 6 personnes qui connaissent la mise en place doivent être disponibles. Un "chef" supervise la mise en place et la clôture de la compétition.
- Ces 4 à 6 personnes doivent être réparties en fonction des choix des épreuves (priorité donnée aux courses en termes d'effectif).
- Un plan de l'installation de la compétition doit être établi pour coordonner tout le monde.
- Une fois la mise en place achevée, il faut organiser l'accueil des enfants. Puis, après une explication très brève sur le fonctionnement général de la rencontre, un échauffement collectif, en musique de préférence, est organisé pendant 10 minutes maximum.
- Après l'échauffement, les équipes sont identifiées. Les enfants sont répartis sur les différents ateliers et des instructions spécifiques brèves sont données à chaque atelier, sur le déroulement de la première épreuve.

### **5.2 Fiches d'inscription et de compétitions**

#### **- 5.2.1 Fiches d'inscription de l'équipe**

Pour le bon déroulement de la compétition, il est absolument nécessaire de prévoir une préinscription des équipes. En fonction du nombre d'équipes préinscrites, la formule de compétition sera choisie. Lors de l'arrivée des équipes sur le terrain, des fiches nominatives d'équipes seront distribuées aux responsables pour permettre l'enregistrement des résultats.

#### **- 5.2.2 Fiches de compétition**

Pour faciliter le déroulement de la compétition, des fiches identifiées ci-dessous sont produites comme exemples qui peuvent être photocopiés et demandés par l'organisateur.

- Fiche pour les épreuves de course (sprint/endurance)

## COURSES POUR TOUTES LES CATEGORIES

Equipe/Couleur: \_\_\_\_\_ Groupe: \_\_\_\_\_

<b>EQUIPE</b>	<b>sprint/haies</b>	<b>sprint/slal.</b>	<b>“Formule 1”</b>

IAAF KIDS' ATHLETICS

On peut inscrire jusqu'à 4 équipes sur cette fiche.

Il est fortement conseillé de prévoir des signes distinctifs de couleurs pour pouvoir identifier les équipes. La couleur de l'équipe est reportée sur les fiches de résultats ainsi que sur le tableau de marquage.

Les épreuves de courses sont donc listées dans l'ordre sur la fiche d'épreuve.

Pour la course d'endurance, les couleurs respectives de chaque équipe sont présentes sur la base de course de l'équipe. Le résultat par équipe est directement ramené au tableau général dès la fin de l'épreuve.

- Fiche pour les épreuves de sauts/lancers

## SAUT/LANCER

Equipe/Couleur: \_\_\_\_\_ Groupe: \_\_\_\_\_

	Prénom	1 <sup>er</sup> Essai	2 <sup>ème</sup> Essai	Meilleure Performance
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
	<b>Total:</b>			

IAAF KIDS' ATHLETICS

Les fiches pour ces deux groupes d'épreuves sont identiques. Les éléments discutés ci-dessous doivent toutefois être pris en considération.

Toutes les performances doivent être enregistrées sur les fiches d'épreuves, en prenant bien soin de noter la couleur de l'équipe et le nom de l'épreuve réalisée. Le choix de la meilleure performance ainsi que le score de l'équipe (addition des résultats individuels) apparaissent sur la feuille.

- La mention "Groupe" désigne le groupe d'âge de chaque équipe qui est en train de concourir - cela est nécessaire si plusieurs niveaux d'âge sont inscrits dans la compétition.
- Sur les fiches d'équipes sont notés simplement les prénoms ou les noms des athlètes. Ceci permet de gagner du temps et ne gêne en rien l'annonce des résultats.

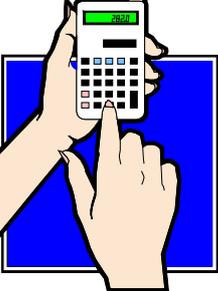
- Les mentions « 1<sup>ier</sup> Essai » et « 2<sup>ème</sup> Essai » se réfèrent, bien entendu, au premier et au second essai de l'exercice donné. Les deux essais ne doivent pas se faire l'un à la suite de l'autre. Le meilleur résultat est inscrit dans la colonne prévue.

Finalement, le total des meilleures performances de chaque équipier est entré sous la mention « Total ».

### **5.3 Tableau d'affichage**

Comme pour les compétitions d'adultes, un tableau d'affichage doit être prévu. Il sera installé au centre de l'espace de compétition pour être accessible à tous en permanence. Ce tableau est un élément fort de la motivation des enfants, sa tenue correcte permet une annonce très rapide des résultats en fin d'épreuve. Le tableau doit être conforme à l'exemple donné ci-après.

## Format du tableau d'affichage 7/8, 9/10

		Haies	Slalom	Formule 1	Endurance	Perche	Corde	Croix	Grenouille	Echelle	Cible	Javelot	Genoux	Arrière	Rotation	Points	Place																																																																																																																																																																																																																																																																																																
		Rouge	Résultat																	Points																Jaune	Résultat																	Points																Vert	Résultat																	Points																Bleu	Résultat																	Points																Orange	Résultat																	Points																Blanc	Résultat																	Points																Violet	Résultat																	Points																Etc.	Résultat																	Points																	Resultat																	Points													
	Points																Jaune	Résultat																	Points																Vert	Résultat																	Points																Bleu	Résultat																	Points																Orange	Résultat																	Points																Blanc	Résultat																	Points																Violet	Résultat																	Points																Etc.	Résultat																	Points																	Resultat																	Points																																
Jaune	Résultat																	Points																Vert	Résultat																	Points																Bleu	Résultat																	Points																Orange	Résultat																	Points																Blanc	Résultat																	Points																Violet	Résultat																	Points																Etc.	Résultat																	Points																	Resultat																	Points																																																	
	Points																Vert	Résultat																	Points																Bleu	Résultat																	Points																Orange	Résultat																	Points																Blanc	Résultat																	Points																Violet	Résultat																	Points																Etc.	Résultat																	Points																	Resultat																	Points																																																																		
Vert	Résultat																	Points																Bleu	Résultat																	Points																Orange	Résultat																	Points																Blanc	Résultat																	Points																Violet	Résultat																	Points																Etc.	Résultat																	Points																	Resultat																	Points																																																																																			
	Points																Bleu	Résultat																	Points																Orange	Résultat																	Points																Blanc	Résultat																	Points																Violet	Résultat																	Points																Etc.	Résultat																	Points																	Resultat																	Points																																																																																																				
Bleu	Résultat																	Points																Orange	Résultat																	Points																Blanc	Résultat																	Points																Violet	Résultat																	Points																Etc.	Résultat																	Points																	Resultat																	Points																																																																																																																					
	Points																Orange	Résultat																	Points																Blanc	Résultat																	Points																Violet	Résultat																	Points																Etc.	Résultat																	Points																	Resultat																	Points																																																																																																																																						
Orange	Résultat																	Points																Blanc	Résultat																	Points																Violet	Résultat																	Points																Etc.	Résultat																	Points																	Resultat																	Points																																																																																																																																																							
	Points																Blanc	Résultat																	Points																Violet	Résultat																	Points																Etc.	Résultat																	Points																	Resultat																	Points																																																																																																																																																																								
Blanc	Résultat																	Points																Violet	Résultat																	Points																Etc.	Résultat																	Points																	Resultat																	Points																																																																																																																																																																																									
	Points																Violet	Résultat																	Points																Etc.	Résultat																	Points																	Resultat																	Points																																																																																																																																																																																																										
Violet	Résultat																	Points																Etc.	Résultat																	Points																	Resultat																	Points																																																																																																																																																																																																																											
	Points																Etc.	Résultat																	Points																	Resultat																	Points																																																																																																																																																																																																																																												
Etc.	Résultat																	Points																	Resultat																	Points																																																																																																																																																																																																																																																													
	Points																	Resultat																	Points																																																																																																																																																																																																																																																																														
	Resultat																	Points																																																																																																																																																																																																																																																																																															
	Points																																																																																																																																																																																																																																																																																																																

## 5.4 Identification des équipes / Organisation de l'espace

- L'identification des équipes est indispensable.

Cela peut être fait avec des chasubles, tee-shirts ou plus simplement des morceaux de tissu en brassard pour le capitaine d'équipe. Ce signe distinctif est un élément fort d'appartenance à une équipe pour les enfants, et un repère facile pour les organisateurs.

- L'organisation de l'espace de compétition est très importante.

La limite de la zone complète de compétition doit être matérialisée par un repère très visible. Les ateliers doivent être aussi identifiés en termes d'espace (plots, bouteilles en plastique, etc.). Ces précautions sont nécessaires pour la qualité du spectacle et la sécurité des spectateurs et de tous les participants aux épreuves.

## 5.5 Organisation des Officiels (staff et assistants)

Comme pour toutes les compétitions, les épreuves de IAAF KIDS' ATHLETICS nécessitent des aides – assistants/juges qui sont chargés de contrôler que les épreuves se déroulent selon certaines règles et certaines procédures.

Toutefois au-delà de leur rôle d'officiel, les assistants auront un rôle d'aide auprès des enfants et un rôle d'animateur de la rencontre. Toutes les décisions prises le sont dans l'optique de rendre la compétition agréable pour les enfants.

Cette démarche originale nécessite la création d'un corps d'officiels spécialisé sur ce type de public.

Les individus suivants composent le « staff »:

- L'organisateur de l'épreuve, qui a la vue d'ensemble et qui s'implique dans l'organisation comme le principal interlocuteur et celui qui résout les problèmes. Il annonce les changements d'ateliers.
- La « tête du tableau d'affichage », qui a pour fonction le secrétariat général, le contrôle des fiches, le déploiement des assistants et la préparation des proclamations de résultats.
- Un starter et deux chronométreurs pour les épreuves de course et de sprint. Ces individus peuvent également participer à la mise en place et à la clôture de l'épreuve.
- Un ou deux assistants supplémentaires pour superviser le respect des règlements, de l'ordre et de la sécurité.

## **5.6 Annonce officielle des résultats**

L'annonce des résultats est un "PLUS" pour toutes les compétitions de IAAF KIDS' ATHLETICS.

Pour un effet positif maximum pour les enfants, l'annonce doit avoir lieu immédiatement - pas plus de deux minutes après la fin de la dernière épreuve. Chaque équipe, chaque enfant doit quitter le lieu de compétition en connaissant le résultat final et en comprenant de quelle manière les efforts individuels ont participé à celui-ci. Les enfants sont d'ailleurs tous récompensés d'un diplôme.

Il est conseillé lors de cette annonce des résultats, de remercier officiellement et publiquement les assistants.

## 6 Formulaires et tableaux

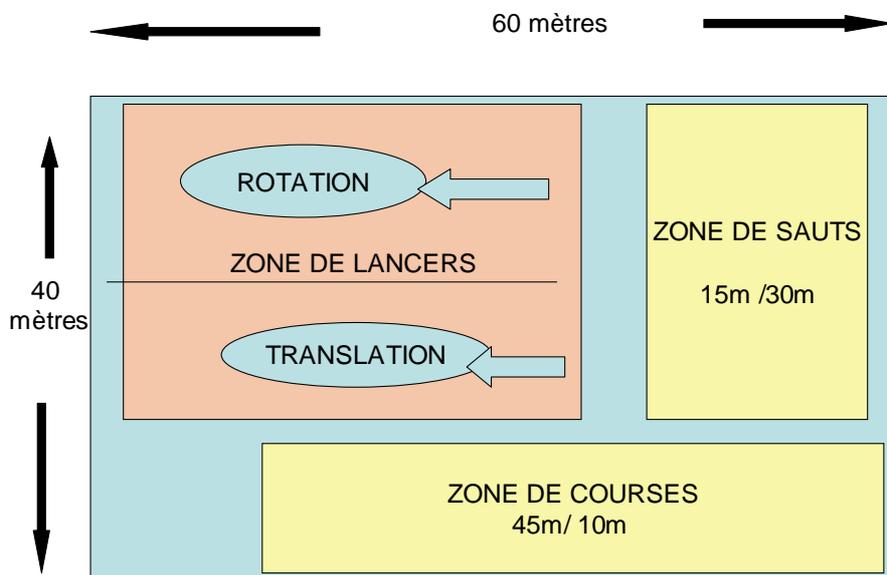
### 6.1 Liste de l'équipement (9 équipes)

Épreuve	Équipement
<b><u>Course:</u></b>	
Sprint/Haies navette	3 chronomètres, 12 haies, 6 drapeaux (drapeaux de corner), 3 bâtons/anneaux en plastique souple
Sprint/Haies épingle	3 chronomètres, 6 piquets drapeaux, 6 plots, 6 haies 1 double décamètre
Sprint/Slalom navette	12 drapeaux de slalom (en plus de l'équipement nécessaire au sprint haies)
Sprint relais épingle	3 chronomètres, 6 piquets drapeaux , 6 plots,
Formule 1	9 haies, 12 drapeaux de slalom, 3 tapis, 3 chronomètres, environ 30 cônes/lattes, 3 bâtons/anneaux en plastique souple
Haies	3 chronomètres, 6 drapeaux, 4 plots, 12 haies 1 double décamètre
Endurance 8	9 cônes/drapeaux, 20 cartes/jetons par enfant, 1 chronomètre
Endurance 1000	10 cônes, 2 piquets drapeaux, 2 chronomètres, fiches, 1 double décamètre
Endurance progressive	10 cônes, 2 piquets 1 programme d'allure, 1 chronomètre, 1 double décamètre
<b><u>Saut:</u></b>	
Longueur avec perche	2 perches, 6 tapis mousse, 1 ruban marqué, 1 cône pour signaler la ligne de départ
Perche long/hauteur	Idem perche longueur + 1 obstacle non dangereux 1 ètre maximum de haut, <b>1 fosse de sable</b>
Saut à la corde	1 corde, 1 chronomètre
Saut en croix	1 tapis marqué d'une croix, 1 chronomètre
Saut de grenouille	1 ruban de mesure (30m), 1 feutre, 1 latte et 1 plot
Echelle de vitesse	1 échelle de lattes, 1 chronomètre, 2 cônes
Triple saut élan réduit	1 ruban de mesure, 2 plots, 1 fiche
Longueur élan réduit	1 ruban de mesure, <b>1 fosse de sable</b> , 2 plots, 1 fiche
Longueur de précision	8 plots, 3 cerceaux

<b><u>Lancer:</u></b>	
Lancer sur cible	2 buts/poteaux (2m50), 1 barre ou 1 corde, 2 balles vortex
Javelot KIDS	2 javelots en mousse, 2 TURBOJAV, 1 ruban de mesure (30m), 1 cône par mètre
Javelots adaptés	8 plots, 1 ruban de mesure 30m, 2 javelots évolués Kids
Lancer à genoux	2 médecine ball (1kg), 1 ruban de mesure (20m), 1 tapis de gym, 1 cône par mètre
Lancer arrières	2 médecine-ball (1kg), 1 ruban de mesure (20m), 2 plots
Lancer en rotation	2 ballons à poignée, 1 but de football, des fiches de marquage, 1 cône par mètre
Rotation ballonde plate	8 plots, 1 ruban de mesure 30m, 2 ludidiscs
<b><u>Aire de Repos:</u></b>	2 balles vortex, 1 corde, 2 perches, 1 stand
<b><u>Remarques</u></b>	
Tous les ateliers doivent être identifiés par des numéros qui indiquent l'ordre de succession des épreuves, un accompagnateur par équipe doit être équipé de toutes les fiches d'épreuve ainsi que d'un plan des ateliers.	

## 6.2 Organisation de l'espace

Composition des différents ateliers :



**Organisation de l'espace de compétition**

Chaque organisateur construira son installation de compétition après avoir analysé les différents paramètres à prendre en compte. La sécurité et la facilité de circulation des groupes d'enfants seront les deux éléments déterminant l'organisation spatiale de la compétition.

**Il est possible de concevoir un balisage autour des aires de sauts, lancers et courses.**

### 6.3 Fiches et documents complémentaires

#### Endurance 8'

	Equipe/Couleur	Point (par MARQUE =1 point)	Place
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			

IAAF KIDS' ATHLETICS

#### Liste d'équipe

	Equipe:	Couleur:
	Prénom	Nom
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		



## Tableau de résultats pour compétition 11/12 ans

	E 1	E 2	E 3	E 4	E 5	E 6	E 7	E 8	E 9	E 10	TOTAL	PLACE
<b>équipes</b>												
<b>A1</b>												
<b>A2</b>												
<b>Total A</b>												
<b>B1</b>												
<b>B2</b>												
<b>Total B</b>												
<b>C1</b>												
<b>C2</b>												
<b>Total C</b>												
<b>D1</b>												
<b>D2</b>												
<b>Total C</b>												
<b>E1</b>												
<b>E2</b>												
<b>Total E</b>												
<b>F1</b>												
<b>F2</b>												
<b>Total F</b>												
<b>G1</b>												
<b>G2</b>												
<b>Total G</b>												
<b>H 1</b>												
<b>H 2</b>												
<b>Total H</b>												
<b>I 1</b>												
<b>I 2</b>												
<b>Total I</b>												

## Endurance progressive et 1000m

### Fiche résultat par équipe

	Equipe	Résultats Endurance 1000m	Résultats sur endurance progressive
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			

### Fiche d'équipe et résultats d'épreuves individuelles

Epreuve/  
EQUIPES /

COULEURS

groupe	nom	prénom	Performance/Epreuve
A			
A			
A			
A			
A			
		<b>Total A</b>	
B			
B			
B			
B			
B			
		<b>Total B</b>	

## 6.4 Liste du staff d'organisation (9 équipes)

Fonction/Epreuve	Par atelier	Total
Coordinateur	1	1
Assistant par équipe	1	9/6
Speaker	1	1
Préposé au tableau d'affichage	1ou 2	1ou2
Chronométrateurs	2/3	2/ 3
Starter	1	1
1 <sup>ère</sup> épreuve de lancer	2	2
2 <sup>nde</sup> épreuve de lancer	2	2
3 <sup>ème</sup> épreuve de lancer	2	2
1 <sup>ère</sup> épreuve de saut	1	1
2 <sup>nde</sup> épreuve de saut	1	1
3 <sup>ème</sup> épreuve de saut	1	1
Course d'endurance		*
<b>TOTAL</b>		<b>25*</b>

\* des juges peuvent remplir plusieurs rôles pendant la compétition

\* de jeunes athlètes ou parents peuvent être des accompagnateurs d'équipes performants

## Annexe 1 : Rotations par ateliers pour compétition Kids' Athletics

### Exemple de tableaux d'organisation de compétition

Organisation d'une rencontre de 6 équipes de 10 athlètes de 11/12 ans sur 7 épreuves (principes) :

équipe	groupe	1° séquence	2° séquence	3° séquence	4° séquence	5° séquence	6° séquence	7° séquence
A	A1	Rel sprint	haies	javelot	Med ball	Perche	Trip saut	Endurance
	A2	Rel sprint	haies	Med ball	javelot	Trip saut	perche	Endurance
B	B1	Rel sprint	haies	javelot	Med ball	Perche	Trip saut	Endurance
	B2	Rel sprint	haies	Med ball	javelot	Tripl saut	Perche	Endurance
C	C1	Javelot	Med ball	perche	Trip saut	Rel sprint	Haies	Endurance
	C2	Méd ball	javelot	Tripl saut	perche	Rel sprint	Haies	Endurance
D	D1	Javelot	Med ball	perche	Trip saut	Rel sprint	Haies	Endurance
	D2	Med ball	javelot	Tripl saut	perche	Rel sprint	Haies	Endurance
E	E1	Perche	Tripl saut	Rel sprint	Haies	Javelot	Med ball	Endurance
	E2	Trip saut	Perche	Rel sprint	Haies	Med ball	Javelot	Endurance
F	F1	perche	Trip saut	Rel sprint	Haies	Javelot	Med ball	Endurance
	F2	Trip saut	perche	Rel sprint	Haies	Med ball	Javelot	Endurance

Cette organisation est proposée pour 6 épreuves choisies comme suit :

Course : relais sprint et haies

Lancer : javelot et Médecine-ball arrière

Saut : triple saut et perche

### Tableau de rotation pour 5 équipes 7/8 & 9/10 (exemple)

Equipes	Epreuve 10'						
Equipe 1	F1	V/H	Javelot	M. Ball	Croix	Perche	Endurance
Equipe 2	F1	V/H	M. Ball	Javelot	Perche	Croix	Endurance
Equipe 3	Croix	Perche	F1	V/H	M. Ball	Javelot	Endurance
Equipe 4	Perche	Croix	F1	V/H	Javelot	M. Ball	Endurance
Equipe 5	M. Ball	Javelot	Croix	Perche	F1	V/H	Endurance

### Grille à 6 équipes 7/8 & 9/10 (exemple de grille d'organisation)

Grille rotation à 6 équipes							
compétition pour 6 équipes de 10 athlètes							
chrono	10'	20'	30'	40'	50'	60'	70'
équipe							
1	course 1	course 2	croix	perche	mb	vortex	endurance
2	course 1	course 2	perche	croix	vortex	mb	endurance
3	s croix	perche	mb	vortex	course 1	course 2	endurance
4	perche	s croix	vortex	mb	course 1	course 2	endurance
5	mb	vortex	course1	course2	croix	perche	endurance
6	vortex	mb	course1	course2	perche	croix	endurance

## Rotation par ateliers : 9 équipes Kids' Athletics 7/8 &amp; 9/10 (exemple)

Equipe	1°	2°	3°	4°	5°	6°	7°	8°	9°	10°
1	VIT F1	VIT F1	VIT F1	ECHE VIT	CROIX	PERCHE	JAV	ROT	MB A	END
2	VIT F1	VIT F1	VIT F1	CROIX	PERCHE	ECHE VIT	MB A	JAV	ROT	END
3	VIT F1	VIT F1	VIT F1	PERCHE	ECHE VIT	CROIX	ROT	MB A	JAV	END
4	JAV	ROT	MB A	VIT F1	VIT F1	VIT F1	ECHE VIT	CROIX	PERCHE	END
5	MB A	JAV	ROT	VIT F1	VIT F1	VIT F1	CROIX	PERCHE	ECHE VIT	END
6	ROT	MB A	JAV	VIT F1	VIT F1	VIT F1	PERCHE	ECHE VIT	CROIX	END
7	ECHE VIT	CROIX	PERCHE	JAV	ROT	MB A	VIT F1	VIT F1	VIT F1	END
8	CROIX	PERCH	ECHE VIT	MB A	JAV	ROT	VIT F1	VIT F1	VIT F1	END
9	PERCH	ECHE VIT	CROIX	ROT	MB A	JAV	VIT F1	VIT F1	VIT F1	END

## Annexe 2 : la sécurité du pratiquant en compétition

Elle est la première préoccupation de l'organisateur de Kids Athletics.

### Consignes générales :

- installation sans danger
- matériels sans danger (lancers, perche)
- jury formé
- organisation stricte respectée

<b>Epreuves</b>	<b>Mise en sécurité</b>
<b>Relais vitesse</b>	Sol non glissant, témoin et balisage non dangereux
<b>Relais Haies</b>	Sol non glissant, témoin, balisage et haies non dangereux
<b>Formule 1</b>	Tapis roulade avant OK, balisage et haies non dangereux, sol non glissant
<b>Haies</b>	Sol non glissant, haies non dangereuses, espace et ligne d'arrivée dégagés
<b>Endurance 8,1000, Prog.</b>	Parcours non dangereux, surveillance des enfants
<b>Sauts fosse De sable</b>	Remuer la fosse de sable, pas d'objets dangereux dans le sable, élan réduit
<b>Sauts sol</b>	Élan réduit, technique TS maîtrisé Sol meuble non glissant
<b>Perche</b>	Maximum 2,50m de long, non dangereuse, réception Sol meuble, technique minimum maîtrisée
<b>Lancer javelot</b>	Engin non dangereux, organisation du groupe, consignes orales adaptées
<b>Lancer Rotation</b>	Engin non dangereux, organisation du groupe Consigne orales adaptées
<b>Lancer Méd-ball</b>	Poids de l'engin adapté, zone arrière de déséquilibre Non dangereuse

Annexe 3 : Exemple de diplôme

