



KID Athlé

Samedi 13 mai Stade-ERA Rensaison

Arrivée équipes souhaitée dès 13h30

13h50-14h05 Inauguration piste athlé

Début KID 14h15

Résultats-Goûter 17h30

IMPORTANT : la piste sera inaugurée à l'occasion de ce KID ATHLÉ. À 14H LE PREMIER TOUR DE PISTE SERA FAIT PAR TOUS LES JEUNES.

- Kid par équipe mixte de 6 à 8 (possibilité de compléter une équipe avec des jeunes de clubs différents, nombre filles-garçons indifférent) **Si 5 ou 7 équipiers alors les résultats seront calculés au prorata du nombre de membres de chaque équipe (mais c'est plus long...) FICHE fournie dans ce document.**
- Prévoir un adulte accompagnateur par équipe pour déplacements sur les ateliers
- Chaque club équipe ses jeunes de chasubles (cela facilitera l'organisation)
- chaque club prévoit quelques adultes pour assurer le rôle de « juge » sur les ateliers si besoin
- Médaille et goûter pour tous les jeunes. Coupes pour pas mal d'équipes...

ORGANISATION :

- 2 sites se jouxtant : un stade en stabilisé pour les poussins-poussines et un stade en herbe pour les éveils
- 2 animations en parallèle avec un responsable animateur sur chaque site (chaque site est autonome, signaux sonores différents pour début et fin d'atelier sur chaque site (sifflet et corne de brume par exemple)
- 5 ateliers à réaliser par équipe entre 14h15 et 17h00. Avec 10 minutes d'activité pour chaque atelier plus temps d'installation, explications et transition, cela fait au moins 20-25 minutes par atelier.
- Buvette pour les adultes et enfants présents

ATELIERS : CF FICHES DESCRIPTIVES JOINTES

Les ateliers seront doublés et l'ordre de passage sera donné à chaque équipe sur sa fiche RÉSULTATS KID'ATHLÉ et sur un tableau d'organisation sur site.

ACTIVITÉ	ÉVEILS	POUSSIN(E)S
SAUT	RIVIÈRES	LONGUEUR
LANCER	VORTEX distance-couloir	VORTEX zones distance-précision
VITESSE	RELAIS MOTRICITÉ	RELAIS AVEC PASSAGE TÉMOIN
MARCHE ATHLÉ	RELAIS CÔNE-BALLE	RELAIS CÔNE BALLE
COURSE LONGUE	COURSE AUX BOUCHONS SUR 8 MINUTES	COURSE AUX BOUCHONS SUR 10 MINUTES

ÉVEILS : SAUT DE RIVIÈRES

Principe : chaque membre d'une équipe va devoir effectuer un saut sans élan départ pieds joints d'une rivière la plus large possible. Réception à 2 pieds joints sur l'autre rive.

Les rivières seront délimitées par une bande identique pour toutes d'un côté et une latte ou une corde de couleur différente pour chacune de l'autre.

Les 7 rivières feront entre 60cm et 1m20 de 10cm en 10cm. Celle de 60cm rapportera 1point, celle de 1m20, 7 points.

Les jeunes bénéficieront de 3 minutes de période d'essai pour choisir quelle rivière sera celle que chacun souhaitera franchir en premier lors de ses 3 essais maximum (si le chrono le permet). Il peut changer de rivière pour chaque essai (soit plus large soit moins large)

L'arbitre jugera si la rivière est franchie et si la réception est bien à 2 pieds joints. Il notera les points à chaque réussite. Le meilleur des 3 essais sera gardé pour chacun des membres de l'équipe. Le total des points des meilleurs essais de chacun sera fait pour obtenir le score de l'équipe.

ÉVEILS : LANCER Vortex Couloir et Distance

Principe : Avec ou sans élan, au choix du lanceur, avec une limite au sol à ne pas franchir lors de son lancer, face à un couloir de 5m de large (objectif : effectuer un lancer en face de soi), couloir divisé en zones de 1m sur la longueur à partir de 3m. La zone de 0 à 3m rapportera 1 point, la zone de 3 à 4m : 2 points, etc jusqu'à 20m. (donc entre 1 et 19 points).

Chaque lanceur aura 3 essais maximum si le chrono le permet (il ne lance pas ses 3 essais à la suite, toute l'équipe passe une première fois, puis une seconde et enfin une troisième).

L'arbitre note les points obtenus pour chaque lancer de chacun des équipiers. Le meilleur des lancers sera gardé pour le total de l'équipe.

Attention. Si le vortex tombe en dehors du couloir, pas de point.

EVEILS : Vitesse

«RELAIS avec obstacles »

Parcours motricité en relais sur 25m aller-retour. Positionner un tapis en début de parcours, une échelle de fréquence, 3 grandes haies proches pour passage dessous en rampant, (demi-tour), 3 petites haies pour franchissement. Un seau avec des balles juste avant le slalom pour prise d'une balle par le relayeur, un slalom de 5 piquets et passage de relais en donnant la balle à l'équipier qui attend en dernier dans la file des membres de l'équipe positionnés derrière la ligne de départ. La balle sera passée de main en main jusqu'au premier de la file qui partira pour son parcours après avoir posé la balle dans un seau placé juste après le départ avant le tapis pour la roulade. L'arbitre chronométrera le temps mis par l'équipe, départ au top avec la balle prise sur un plot placé sur la ligne de départ, fin quand la balle est posée dans le seau avant le tapis par le premier relayeur à ne pas devoir faire le parcours.

EVEILS : Marche Athlétique

« Relais Cône-Balle »

Principe : sur un aller-retour de 25m délimité par des plots. Aller et retour en marche athlétique. Attention aux virages...

Placer à 25m une ligne de 10 cônes avec une balle sur chacun. Ligne serrée perpendiculaire au déplacement. Chaque marcheur prendra une balle sur un cône et fera demi-tour avec la balle en main.

Passage de relais en donnant la balle ramenée à son coéquipier placé sur la ligne de départ. Celui-ci posera la balle dans le seau placé à ses pieds juste avant de démarrer.

L'arbitre chronométrera le temps mis par l'équipe pour ramener les balles correspondant au nombre d'équipiers dans le seau.

Attention si marche athlétique non « conforme » on ajoutera 5s au temps de l'équipe à chaque avertissement donné par l'arbitre (une barre par avertissement sur fiche équipe)

COURSE LONGUE
« BOUCHONS »
COURSES SÉPARÉES POUR ÉVEILS ET POUSSIN(E)S

ÉVEILS : 8 MINUTES

POUSSINS-POUSSINES : 10 MINUTES

Autour d'une piste de 200m, divisée en chaque équipe aura un piquet repère départ où se trouvera une boîte avec des bouchons et une boîte vide.

Sur 8 minutes pour les éveils et 10 minutes pour les poussins-poussines, tous les membres de l'équipe doivent réaliser le plus de tours possibles en prenant avec eux à chaque tour un bouchon qu'ils déposeront dans une boîte à chaque passage vers leur piquet repère de l'équipe.

ATTENTION : la piste sera divisée en 4 zones (50m) pour compter le nombre de points donné par le dernier bouchon porté par le coureur : au top final, chaque coureur reste là où il est et attend que le juge de son équipe viennent chercher le bouchon qu'il porte.

Selon la zone dans laquelle se trouve le porteur du bouchon, le juge donnera 1 ou 2 ou 3 ou 4 points à l'équipe en plus du bouchon.

On compte tous les bouchons accumulés par l'équipe plus ces points des derniers bouchons. Chaque bouchon apporté rapportera 4 points sauf ceux du dernier tour notés à part.

POUSSIN(E)S : SAUT « LONGUEUR »

Principe : saut en longueur classique avec élan.

L'impulsion se fera dans une zone de 1m située entre la planche d'appel blanche et le bord de l'aire de réception.

Chaque concurrent aura 2 ou 3 essais selon le chrono...

L'arbitre jugera de la validité du saut par l'impulsion un pied dans la zone de prise d'appel. Le saut sera mesuré entre le bord de l'aire de réception et la marque la plus proche de celui-ci laissée par le sauteur.

On gardera le meilleur saut de chacun des membres de l'équipe et on en fera le total (longueur totale des meilleurs sauts de chaque équipier)

POUSSIN(E)S : LANCER « VORTEX zones à points » Distance et précision

Avec, ou pas, quelques pas d'élan, le lanceur doit effectuer un lancer précis de vortex le plus long possible sans franchir avec le ou les pieds la ligne délimitant l'aire de lancer. Il doit viser une zone parmi les 3 zones délimitées en face de lui mais qui sont décalées de gauche à droite (Cf dessin)

Attention : geste de lancer au-dessus de l'épaule et non à la hanche. Dans ce cas, le lancer n'est pas accepté.

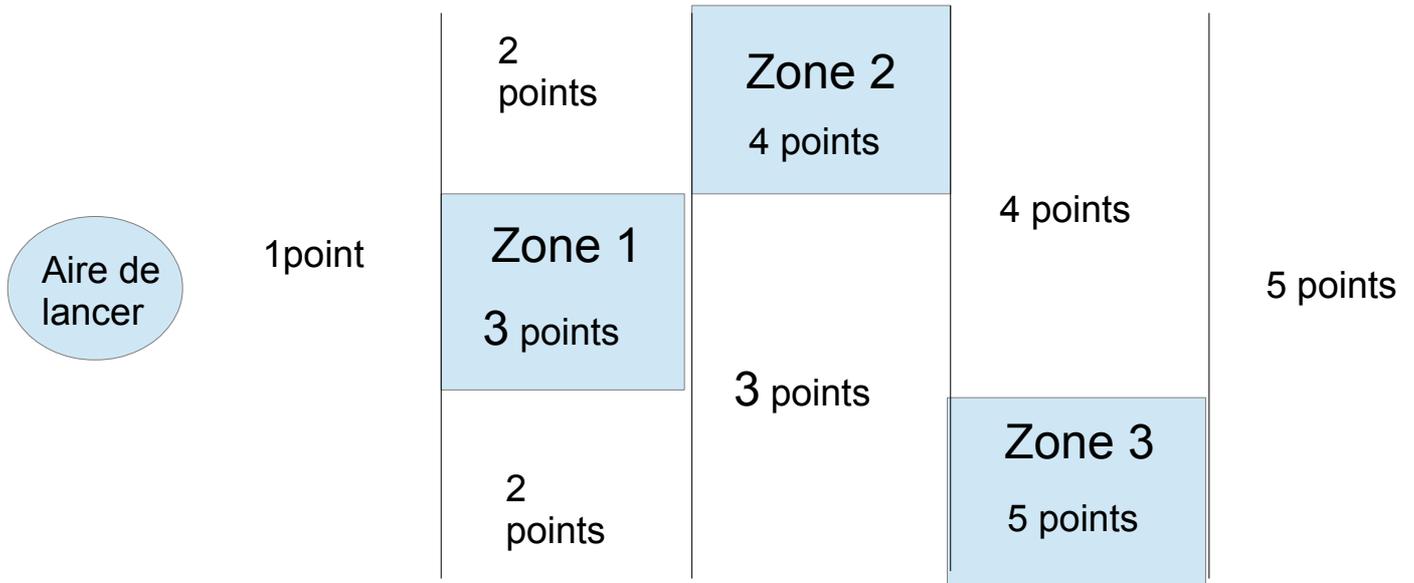
Chaque lanceur aura 2 ou 3 essais (selon le chrono), chaque lancer rapportera des points distance et en plus des points précision si dans la zone.

Ne pas faire lancer 2 fois à la suite le même lanceur. Tous les équipiers passent une fois avant de relancer.

	Avant Zone 1 Entre 0 et 5m	Zone 1 Entre 5 et 10m	Zone 2 Entre 10 et 15m	Zone 3 Entre 15 et 20m	Au delà de 20m
Hors zone	1 point	2 points	3 points	4 points	5 points
Dans la zone	Pas de point	Plus 1 point précision	Plus 1 point précision	Plus 1 point précision	Pas de point

LANCER « VORTEX zones à points » suite

L'arbitre jugera à la fois du non dépassement de la limite de lancer par le lanceur et du point de chute de l'engin. Il notera ensuite les points de l'essai selon le tableau donné ci-dessus. Le total des meilleurs lancers de chacun des équipiers sera fait pour établir le score de l'équipe.



POUSSIN(E)S : VITESSE

« PASSAGE DE RELAIS »

Principe : Sur un aller-retour de 50 m, positionner 2 aires de transmission de témoin de 8m de long chacune au centre de chaque ligne droite opposée.

L'extrémité de chaque ligne droite sera matérialisée par des cônes pour former un petit virage serré.

Chaque concurrent devra parcourir la distance d'un demi-tour (soit 50M environ) avec le témoin avant de le passer dans la zone opposée à son coéquipier.

L'équipe est donc divisée en 2 groupes, chaque groupe se positionnant sur un début d'aire de passage de témoin.

Chaque concurrent ne court qu'une fois. Chronométrage du temps mis par l'équipe. Avec 8 concurrents, le départ et l'arrivée ont lieu sur le même plot.

Possibilité de faire un second essai si le temps le permet.

POUSSIN(E)S : MARCHE ATHLÉTIQUE

« Relais Aller-retour Marche Athlétique »

Principe : sur un aller-retour de 80m environ (35m aller), matérialiser un petit circuit avec quelques virages doux. Juste avant l'arrivée, matérialiser un tour de 10m de long (tour de pénalité).

Sur la marche athlétique, l'arbitre devra être vigilant au respect de la technique minimale (pas de course acceptée). Si sur le parcours, course il y a alors 1 tour de pénalité à chaque avertissement.

Au bout de la ligne aller, dix plots seront placés avec une balle sur chacun d'eux. Le marcheur prendra une balle pour la ramener au départ.

Le relais est donné en donnant la balle à son équipier prêt à partir. Celui-ci la pose dans un seau placé au départ juste à côté de lui.

Chronométrer le temps mis par l'équipe.

ÉVEILS KID ATHLÉ 13 MAI RENAISSON

ÉQUIPE : CLUB CHASUBLE :

RESPONSABLE ADULTE :

ÉQUIPIERS :

RÉSULTATS : Si 2 essais entourer celui qui est conservé.

ATELIER	1ER ESSAI	2EME ESSAI	POINTS
SAUT DE RIVIÈRES			
LANCER VORTEX COULOIR DISTANCE			
VITESSE RELAIS AVEC OBSTACLES			
MARCHE ATHLÉ			
COURSE LONGUE BOUCHONS			

LES POINTS SERONT DONNÉS À LA FIN.

POUSSINS-POUSSINES KID ATHLÉ 13 MAI RENAISSON

ÉQUIPE : CLUB CHASUBLE :

RESPONSABLE ADULTE :

ÉQUIPIERS :

RÉSULTATS : Si 2 essais entourer celui qui est conservé.

ATELIER	1ER ESSAI	2EME ESSAI	POINTS
SAUT LONGUEUR			
LANCER VORTEX ZONES À POINTS			
VITESSE RELAIS 50M			
MARCHE ATHLÉ			
COURSE LONGUE BOUCHONS			

LES POINTS SERONT DONNÉS À LA FIN.