RENCONTRE

Athlétisme en maternelle



USEP 74
Union Sportive de l'Enseignement du 1er degré de Haute-Savoie

ORGANISATION GENERALE

Effectif : « n » équipes de 6, groupées par 2
Exemple : 120 enfants en 20 équipes de 6 (4 classes de 30 ou 5 classes de 24)

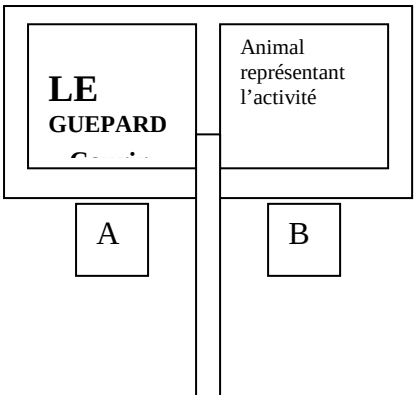
Lieu : Stade d'Athlétisme avec une piste, une aire de saut, une aire de lancer. Organisation des ateliers autour du terrain centrale

Matériel général: *une sono

***une trousse de secours**

*10 panneaux d'ateliers indiquant le nom de l'atelier, les compétences et l'animal représentant l'atelier.

* 20 cartes représentant les équipes (A ; B) réparties sur les ateliers.(moyen de transport) à accrocher sur les panneaux



panneau atelier

*10 feuilles bilans récapitulatives des rencontres (où ? quand ?)

*des feuillets de gommettes autocollantes (vertes, bleues, rouges, jaunes, blanches)
*« n » feuilles de routes (ex : 120)
*« n » badges individuels (dessin de l'équipe)
*« n » badges nominatifs

(prénom, nom, association)

*médailles en chocolat et brevet d'athlétisme USEP

Encadrement : 12 adultes soit 4 enseignants et 2 accompagnateurs par classe. (pour 4 classes)
Un adulte par atelier, deux adultes gestion du quotidien, un adulte à la gestion générale de la rencontre.

Temps sur l'atelier : 5 fois 20 minutes, repas, 5 fois 20 minutes soit 5 heures environ

Nos quatre objectifs généraux

Premier contact avec la vie associative

Découverte d'activités athlétiques adaptées à son âge
Découverte des différents rôles que les enfants peuvent tenir (athlète, juge)
Rencontre et échange avec d'autres enfants.

Déroulement :

1. Donner les consignes aux gestionnaires d'ateliers(voir Ateliers)
2. Installation des groupes sur la première série d'ateliers
3. Au bout de 20 minutes, rotation des groupes
4. Au bout de 5 rotations, repas commun
   -un groupe dans le sens des aiguilles d'une montre
   -l'autre groupe dans le sens inverse.
5. Mise en place des groupes et faire les cinq dernières rotations
6. Remise des diplômes ou des brevets

Evaluation :

Feuille de route individuelle résultant d'un défi à soi-même.
Ambiance dans les ateliers au cours de la rencontre

« le lama » lancer de javelot

Objectif : lancer loin.

Effectif : une équipe de 6 athlètes
une équipe de 6 juges-commissaires

Matériel : javelots mousse
sucettes de couleurs différentes (V, B , R , J) ou cônes, bandes de chantier et lattes pour délimiter les zones.
une craie.
gommettes des 4 couleurs.

Encadrement : un adulte

Temps sur l'atelier : 2 fois 10 minutes (pour chaque équipe)

Déroulement :

*Consignes pour les athlètes :

« Tu prends un élan dans la zone de course et sans en sortir, tu dois lancer ton javelot le plus loin possible devant toi. »

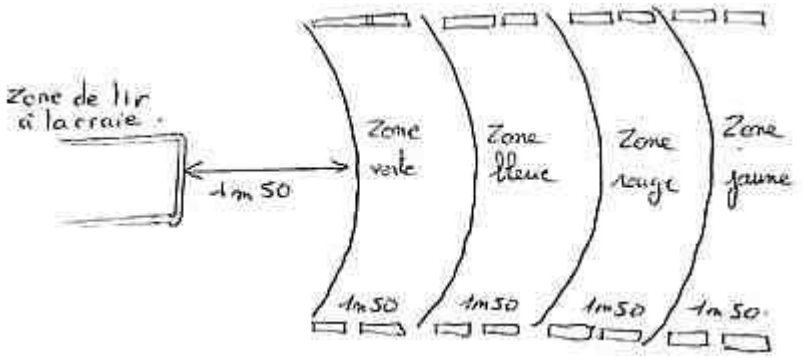
*Consignes pour les juges- commissaires :

-4 arbitres de zone

« Tu dois signaler aux athlètes dans quelle zone est tombé leur javelot.
A la fin de l'atelier, tu devras coller une gommette sur la feuille de route de l'athlète qui viendra valider ainsi sa meilleure performance-couleur »

-1 arbitre sécurité de tir : *« Tu dois donner le top du lancer après avoir vérifié que personne ne soit sur le terrain au moment du tir»*

-1 arbitre sécurité de tir et lancer : *« Tu dois vérifier que l'athlète ne sorte pas de la zone d'élan. »*



Evaluation : Coller une gommette de couleur sur la feuille de route correspondant à la meilleure performance.

« La gazelle »- Le saut en longueur

Objectif : ***Enchaîner une course et un saut le plus long possible***

Effectif : une équipe de 6 athlètes
une équipe de 6 juges-commissaires

Matériel : deux cônes verts, 2 bleus, 2 rouges, 2 jaunes
des lattes de 30 cm de couleurs vertes, bleues, rouges, jaunes pour matérialiser les zones .

Encadrement : un adulte

Temps sur l'atelier : 2 fois 10 minutes (pour chaque équipe)

Déroulement :

*Consignes pour les athlètes :

« Tu dois courir jusqu'à la planche et sauter le plus loin possible dans le sable. Tu as le droit à autant d'essais que possible sur le temps donné. Seule, ta meilleure performance-couleur sera retenue. A chaque nouvel essai, tu devras annoncer ta meilleure performance-couleur avant de courir»

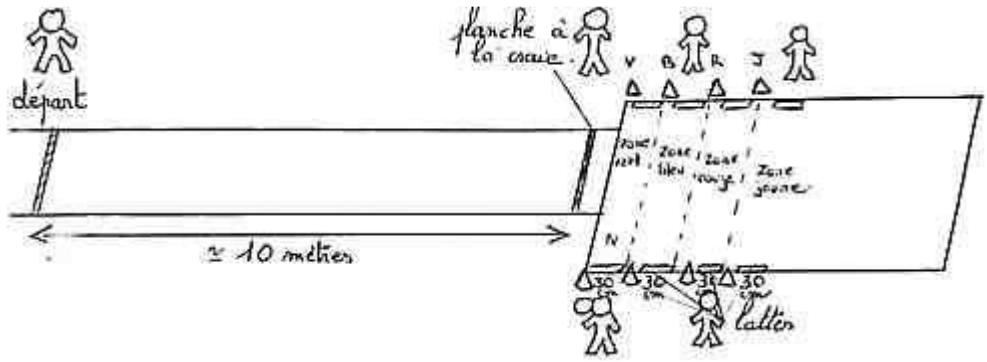
*Consignes pour les juges- commissaires :

-4 arbitres de zone

« Tu dois signaler à l'athlète qu'il est tombé dans ta zone en levant le bras.
A la fin de l'atelier, tu devras coller une gommette sur la feuille de route de l'athlète qui viendra valider ainsi sa meilleure performance-couleur »

-1 arbitre de planche *« Tu dois signaler aux athlètes si le saut est bon. (L'athlète ne doit pas mettre un pied entre la planche et le sable) »*

-1 arbitre de départ *« Tu dois placer les athlètes sur la ligne de départ et donner le signal de départ quand le bac à sable est libre. »*



Evaluation : Coller une gommette de couleur sur la feuille de route correspondant à la meilleure performance.

Atelier « le caméléon » relais

Objectif : *Courir vite pour passer un relais*

Effectif : deux équipes de 6 athlètes, (5 coureurs et un clown)

Matériel : 2 caisses pour les vêtements,
2 foulards, 2 shorts, 2 dossards, 2 casquettes, 2 nez rouges.
12 cônes pour matérialiser les passages de relais, départ et arrivée.
une planche de gommettes

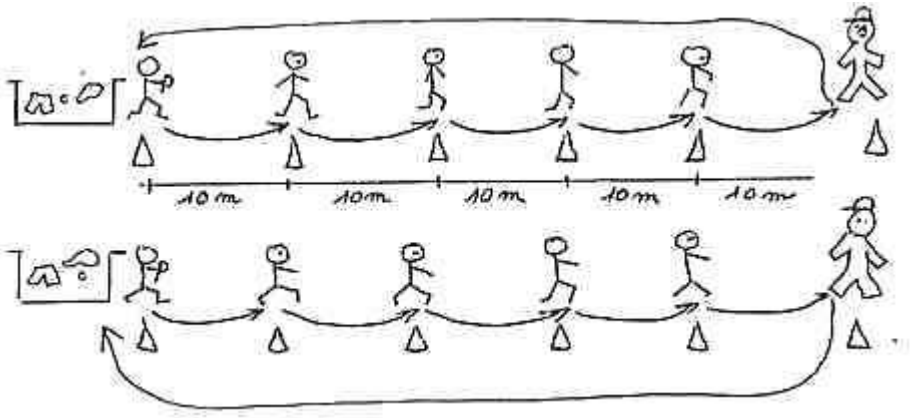
Encadrement : un adulte

Temps sur l'atelier : 20 minutes (On peut faire le relais plusieurs fois en changeant de clown)

Déroulement :

*Consignes pour les coureurs :

« Le but du jeu est d'habiller le clown. Au signal du départ, le premier de l'équipe prend un vêtement dans la caisse et part en courant le plus vite possible le porter à son camarade qui l'attend au cône . Il le lui donne, et prend sa place, et ainsi de suite. Le dernier donne le vêtement au clown, revient au départ prendre un 2ème vêtement et le jeu continue. L'équipe gagnante est celle qui a habillé son clown la première. »



Feuille de route : Coller une gommette de participation

Atelier « le cheval »- course d'obstacles

Objectif : *Courir vite et franchir*

Effectif : une équipe de 6 athlètes
une équipe de 6 juges-commissaires

Matériel : 12 haies ou plots coniques à trou et barres (3 MS et GS, 4 CP, 5 CE1) basses.
Hauteurs de 10 à 20 cm.
Deux cônes verts, 2 bleus, 2 rouges, 2 jaunes
Deux lattes de 2 mètres de couleurs vertes, 2 bleues, 2 rouges, 2 jaunes pour matérialiser les zones et des rivières.
Un sablier de 10 secondes.
Un sifflet pour l'arrivée. Gommettes de 4 couleurs (niveaux)

Encadrement : un adulte

Temps sur l'atelier : 2 fois 10 minutes (pour chaque équipe)

Déroulement :

*Consignes pour les athlètes :

« Tu dois courir le plus vite possible en franchissant les haies ou les rivières sans les faire tomber. Tu t'arrêtes au coup de sifflet. Tu as le droit à autant d'essais que possible sur le temps donné. Seule, ta meilleure performance-couleur sera retenue. A chaque nouvel essai, tu devras annoncer ta meilleure performance-couleur avant de courir»

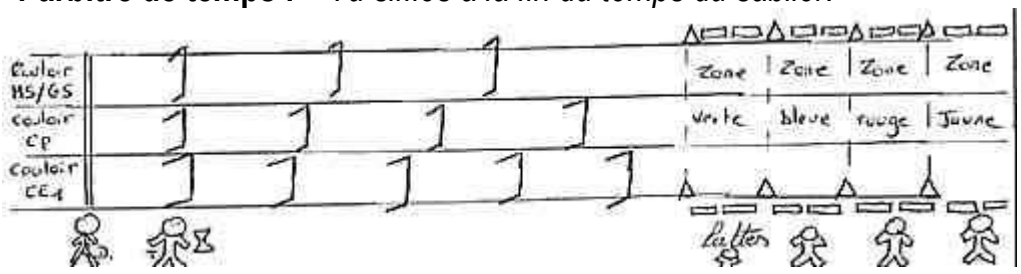
*Consignes pour les juges- commissaires :

-4 arbitres de zone

« Tu dois signaler aux athlètes s' ils sont arrivés dans ta zone. Tu devras relever les haies tombées. A la fin de l'atelier, tu devras coller une gommette sur la feuille de route de l'athlète qui viendra valider ainsi sa meilleure performance-couleur »

-1 arbitre de départ *« Tu dois placer les athlètes sur la ligne de départ et donner le signal de départ quand la piste est libre. »*

-1 arbitre de temps : *« Tu siffles à la fin du temps du sablier. »*



Evaluation : Coller une gommette de couleur sur la feuille de route correspondant à la meilleure performance.

Variante : Installer les zones de couleurs au départ et faire une course sur 6 secondes.

USEP 74
Union Sportive de l'Enseignement du 1er degré de Haute-Savoie

Atelier « le kangourou » - saut en hauteur
Objectif : *Sauter haut*

Effectif : une équipe de 6 athlètes
une équipe de 6 juges-commissaires

Matériel : plusieurs matelas empilables.
4 cerceaux (un pour chaque couleur d'évaluation) pour matérialiser le départ et le niveau.

Encadrement : un adulte

Temps sur l'atelier : 2 fois 10 minutes (pour chaque équipe)

Déroulement :

*Consignes pour les athlètes :

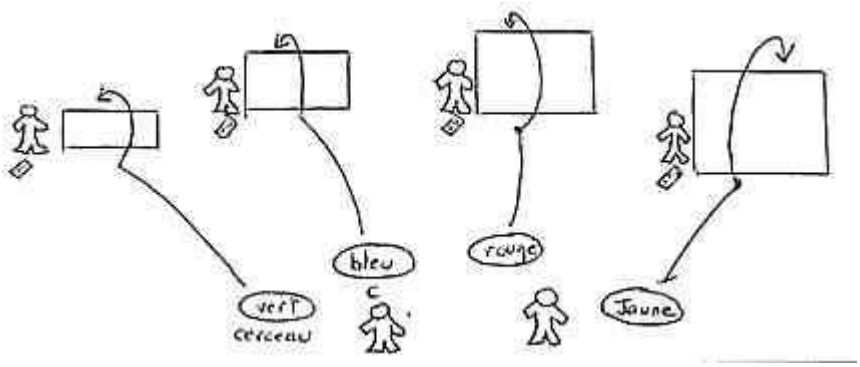
*«Tu dois sauter le plus haut possible pour monter sur les matelas **sans grimper** »*

*Consignes pour les juges- commissaires *:*

-4 arbitres de zone

« Tu dois signaler aux athlètes s' ils ont réussi à SAUTER sur ta série de matelas ».
A la fin de l'atelier, tu devras coller une gommette sur la feuille de route de l'athlète qui viendra valider ainsi sa meilleure performance-couleur »

-2 arbitres de départ *« Tu dois placer l' athlète dans un de tes deux cerceaux de départ quand le matelas correspondant est libre. »*



Evaluation : Coller une gommette de couleur sur la feuille de route correspondant à la meilleure performance.

Atelier « le loup » - parcours

Objectif : *Sauter, courir, franchir, s'amuser*

Effectif : une équipe de 6 athlètes
une équipe de 6 juges-commissaires

Matériel : 4 tiges sur socles → slalom
4 lattes (2 par couleur) → rivière aux crocodiles
5 cerceaux d'une couleur → pieds joints
6 cerceaux d'une autre couleur →d'un pied sur l'autre
2 caisses en plastique, 6 anneaux → lancer d'anneaux
1 cône pour signaliser le sens
3 bancs → dessus-dessous
2 clochettes → saut
1 panneau départ avec un feu vert
un panneau arrivée avec un feu rouge

Encadrement : un adulte

Temps sur l'atelier : 2 fois 10 minutes (pour chaque équipe)

Déroulement :

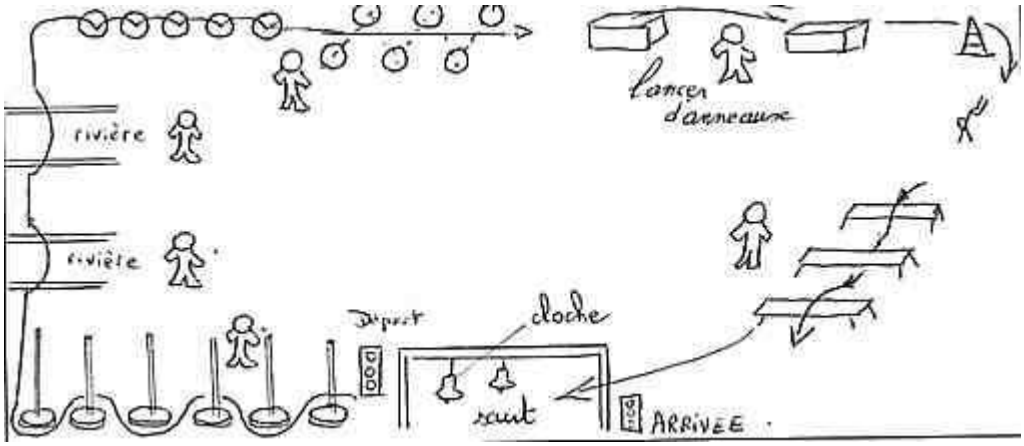
*Consignes pour les athlètes :

«Tu dois suivre le parcours »

*Consignes pour les juges- commissaires *:*

-6 arbitres de terrain athlétique

« Vous devez remettre le matériel en place en vous répartissant sur le circuit »



Evaluation : Pas d'évaluation, chaque athlète colle sa gommette *participation*

Atelier « l'aigle »- lancer d'objets divers

Objectif : ***Ajuster la direction, lancer loin, lancer fort.***

Effectif : une équipe de 6 athlètes
une équipe de 6 juges-commissaires

Matériel : 5 objets différents : sacs de graines, anneaux, cerceaux, …
sucettes de couleurs différentes (V, B , R , J) , bandes de chantier et lattes pour délimiter les zones.
un cerceau pour le départ.
gommettes des 4 couleurs.

Encadrement : un adulte

Temps sur l'atelier : 2 fois 10 minutes (pour chaque équipe)

Déroulement :

*Consignes pour les athlètes :

« Tu dois lancer les objets le plus loin possible devant toi.

*Consignes pour les juges- commissaires :

-4 arbitres de zone

« Tu dois signaler aux athlètes dans quelle zone sont tombés leurs objets.
A la fin de l'atelier, tu devras coller une gommette sur la feuille de route de l'athlète qui viendra valider ainsi sa meilleure performance-couleur »

-2 arbitres sécurité de tir : *«Tu dois donner le top du lancer après avoir vérifié que personne ne soit sur le terrain au moment du tir»*

Evaluation : Coller une gommette de couleur sur la feuille de route correspondant à la meilleure performance.

Atelier « le castor » - construction

Objectif : ***assembler des éléments différents***

Effectif : une équipe de 12 athlètes

Matériel : matériel Asco des écoles maternelles
Objets divers de récupération
Une planche de gommettes

Encadrement : un adulte

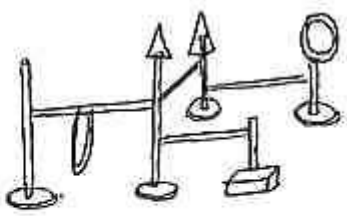
Temps sur l'atelier : 20 minutes

Déroulement :

*Consignes pour les athlètes :

«Tu dois découvrir ce matériel et réaliser une construction. »





Evaluation : Pas d'évaluation, chaque athlète colle sa gommette *participation*

Atelier « le guépard »- course de vitesse

Objectif : *Courir vite*

Effectif : une équipe de 6 athlètes/une équipe de 6 juges-commissaires

Matériel : 30 mètres entre le départ des moyens et la zone verte
4 sucettes (MS, GS, CP, CE1)
deux cônes verts, 2 bleus, 2 rouges, 2 jaunes
Des lattes de 2 mètres de couleurs vertes, bleues, rouges, jaunes pour matérialiser les zones.
Un sablier de 7 secondes / Un sifflet pour l'arrivée.

Encadrement : un adulte

Temps sur l'atelier : 2 fois 10 minutes (pour chaque équipe)

Déroulement :

*Consignes pour les athlètes :

« Tu dois courir jusqu'à la planche et sauter le plus loin possible dans le sable. Tu as le droit à autant d'essais que possible sur le temps donné. Seule, ta meilleure performance-couleur sera retenue. A chaque nouvel essai, tu devras annoncer ta meilleure performance-couleur avant de courir»

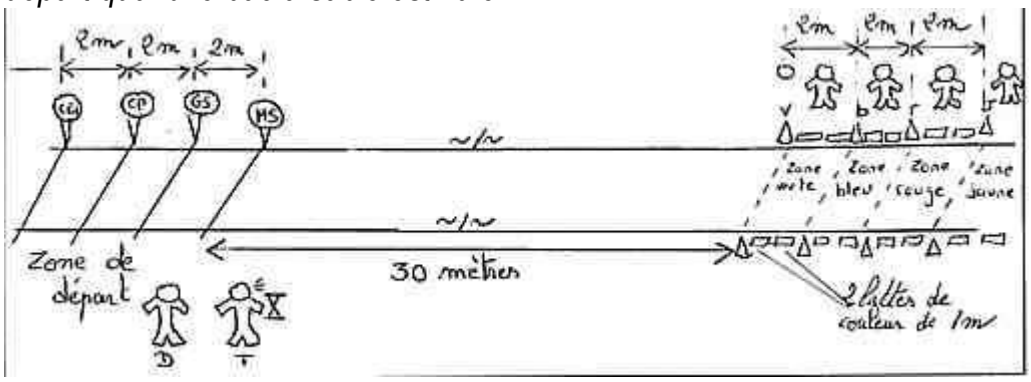
*Consignes pour les juges- commissaires :

-4 arbitres de zone

« Tu dois signaler aux athlètes si ils sont tombés dans ta zone.
A la fin de l'atelier, tu devras coller une gommette sur la feuille de route de l'athlète qui viendra valider ainsi sa meilleure performance-couleur »

-1 arbitre de planche *« Tu dois signaler aux athlètes si le saut est bon. (L'athlète ne doit pas mettre un pied entre la planche et le sable) »*

-1 arbitre de départ *« Tu dois placer les athlètes sur la ligne de départ et donner le signal de départ quand le bac à sable est libre. »*



Evaluation : Coller une gommette de couleur sur la feuille de route correspondant à la meilleure performance.

Atelier « otarie » - parcours

Objectif : *être adroit, s'entraîner, jouer.*

Effectif : une équipe de 12 athlètes

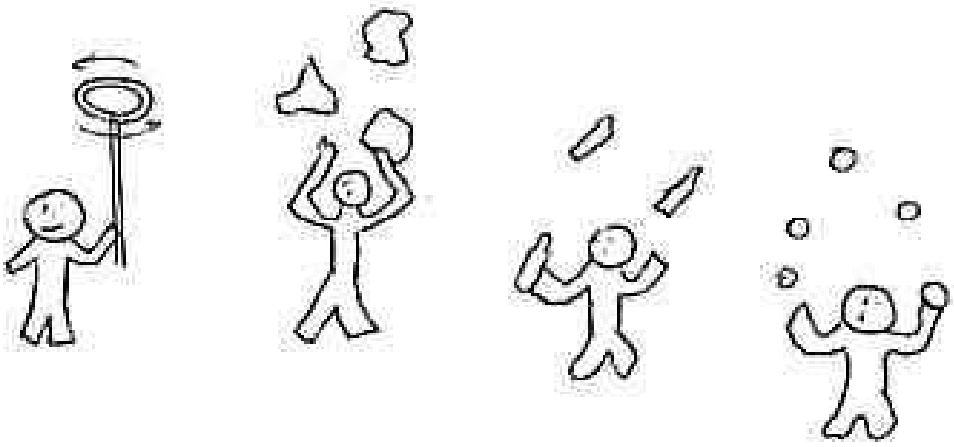
Matériel : assiettes de cirque
balles de jonglage
foulards
bouteilles vides

Encadrement : un adulte

Temps sur l'atelier : 20 minutes

Déroulement :

*Consignes pour les athlètes : *«Tu dois découvrir ce matériel »*



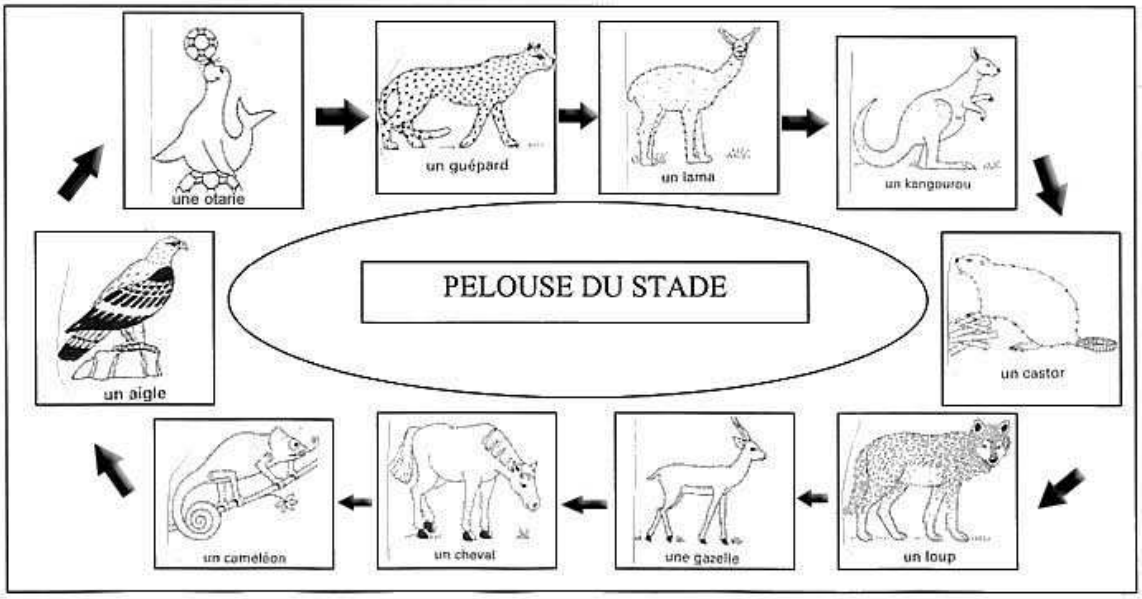
Evaluation : Pas d'évaluation, chaque athlète colle sa gommette *participation*

FEUILLE DE ROUTE ATHLETISME

EQUIPE

NOM:.....

PRENOM:..... ASSOCIATION.....

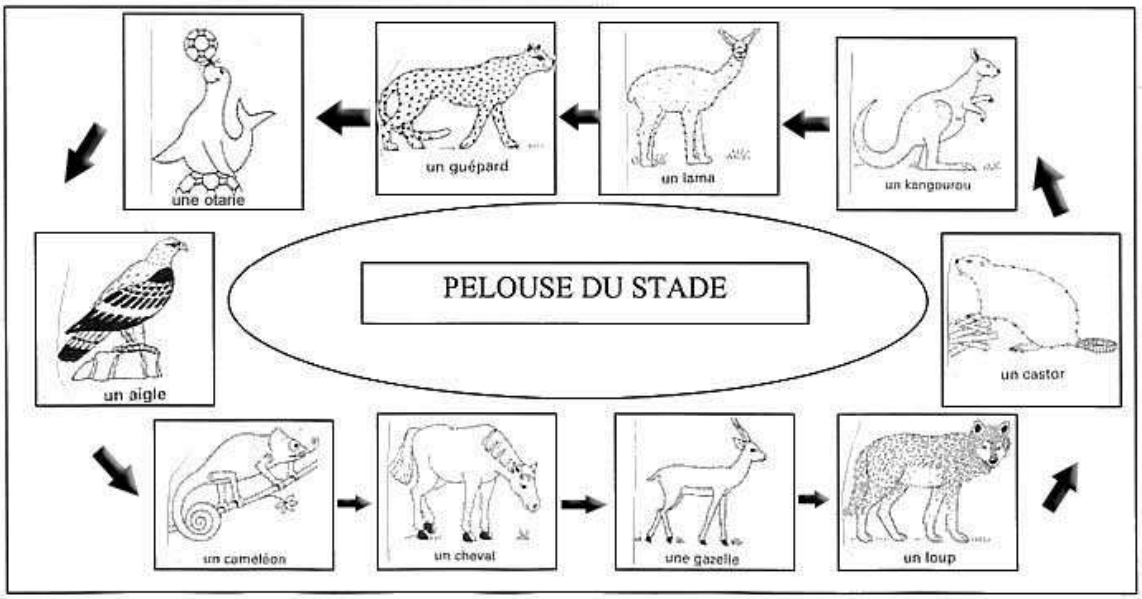


FEUILLE DE ROUTE ATHLETISME

EQUIPE

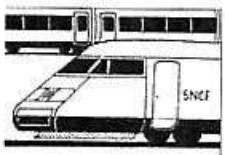
NOM:.....

PRENOM:..... ASSOCIATION.....



USEP 74
Union Sportive de l'Enseignement du Premier degré de Haute-Savoie

Vignette pour les équipes



un train


une voiture

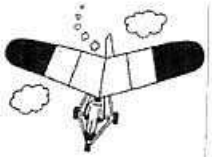

une planche à roulettes


des patins à roulettes


un voilier


une bicyclette

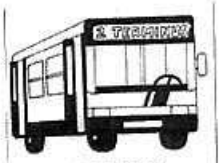

une moto

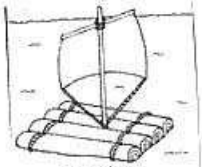

l'ULM

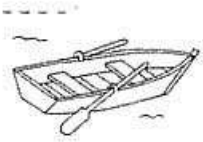

le surf


un avion


une calèche


un autobus


un radeau


une barque


la planche à voile



un camion


un camping-car


un hélicoptère


une fusée


un micro-tracteur

USEP 74
Union Sportive de l'Enseignement du 1er degré de Haute-Savoie