

Programme de la journée du 1^{er} juin 2008 au centre de loisirs de chirens

ARRIVEE/9h20 1-goûter des élèves (madeleines) avec un groupe de parents sur la pelouse
2-Parallèlement mis en place des différents ateliers avec un groupe parents enseignants

COURSE LONGUE départ course longue pour les moyens durée minimum 4 mn
Fin de course longue à 7mn.
Départ course longue des grands durée minimum 6mn fin de course longue 10 mn.

Petite pause pour boire puis répartition des 16 équipes dans chaque ateliers.

En parallèle :

RELAIS 4 équipes de 12 élèves

LANCERS PRECIS 4 équipes de 12 élèves

LANCERS LOIN 4 équipes de 12 élèves

SAUTS EN LONGUEUR 4équipes de 12 élèves

11h45 RECREATION surveillance avec un groupe de parents
mis en place du pique par le groupe 2 des parents et les
enseignants

12h PIQUE NIQUE

12H45 RECREATION

13H RELAIS GEANT Toutes les équipes participent

14h retour en car pour ravat

Programme de la matinée :

- 9h30 – 9h45 : accueil des équipes.
- 9h45 – 11h : jeux athlétiques
- 10h00 – 11h15 : récréation et résultats des jeux olympiques !
- 11h45 PIQUE NIQUE
- 12H45 jeux athlétiques suites et fin
- 14h retour en car

Organisation :

Faire des équipes de x enfants (environ). Veiller à faire des groupes hétérogènes (mélanger moyens et grands, filles et garçons).

Chaque équipe aura un nom ou un signe distinctif (badge ou foulard) → à *définir*.

Prévoir un adulte par équipe qui aura une feuille de route.

Si possible, un adulte par atelier (surtout pour les courses chronométrées).

Respecter l'ordre de passage dans les ateliers et le timing (10 minutes max. par atelier)

Faire le total des points à la fin des 9 ateliers.

9 ateliers d'athlétisme sont prévus : 3 courses, 3 sauts, 3 lancers. (+ des ateliers de délestage en cas d'attente)

Encadrement :

Si 5 classes

Nombre d'adultes nécessaire : **27 adultes** (prévoir un adulte par groupe de 8 + un adulte par atelier).

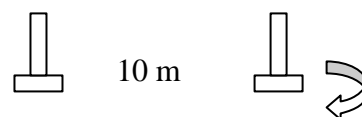
3 groupes de 8 par classe = 15 groupes

9 ateliers avec 1 arbitre.

Chaque classe doit donc ramener 5 adultes (enseignant, ATSEM, parents ...)

COURIR

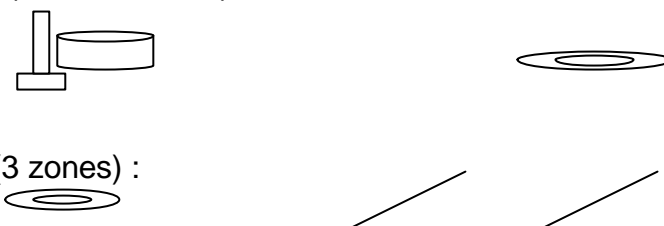
- courir vite (distance 20 m), faire le tour du plot et revenir.
- courir, franchir trois mini-haies d'une hauteur d'un cube ASCO (distance 20 m)



- courir (distance 20 m), prendre un anneau dans le cerceau et le déposer dans la bassine, taper dans la main du copain qui à son tour va chercher un autre anneau (10 objets à transporter). *Pour cet atelier, tous les équipiers auront le même nombre de points (travail collectif).*

LANCER

- lancer loin un sac lesté (3 zones) :



- lancer 3 balles dans une bassine (cible horizontale) :

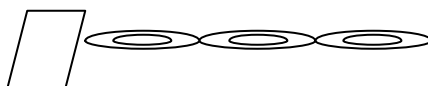


- lancer 3 coussins à travers une cible verticale :



SAUTER

- sauter loin à pieds joints sans élan :



- sauter en contrebas à partir d'un plinthe : 3 zones de réception.

- sauter haut : toucher 3 objets suspendus à différentes hauteurs.

BAREMES

Course (20 m)	< 7 sec. : 3 pts 7 – 8 sec. : 2 pts > 8 sec. : 1 pt
Course d'obstacles	< 8 sec. : 3 pts 8 – 9 sec. : 2 pts > 9 sec. : 1 pt
Relais (10 objets)	< 1 min 20 : 3 pts 1 min 20 – 1 min 40 : 2 pts > 1 min 40 : 1 pt
Lancer de sacs lestés	> 6 m : 3 pts 3 – 6 m : 2 pts < 3 m : 1 pt
Lancer de 3 balles de tennis dans une bassine	1 pt par objet
Lancer de 3 coussins dans une cible verticale	1 pt par objet
Sauter loin à pieds joints (3 cerceaux)	1, 2 ou 3 pts selon la distance
Sauter loin en contrebas (3 zones)	1, 2 ou 3 pts selon la distance
Sauter haut	1 pt par objet touché

Ateliers d'athlétisme 1^{er} juin 2008

(2 passages, au moins pour chaque atelier pour les lancers avec trois éléments à lancer à chaque passage.)

Equipe numero :	zone 1 à 1 point	zone à 2 points	zone à 3 points	TOTAL
Lancer precis				
Lancer loin				
Saut avec élan				
Saut sans élan				
Relais				
Course longue				
Course rapide				
TOTAL				