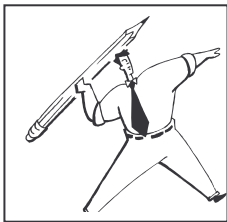
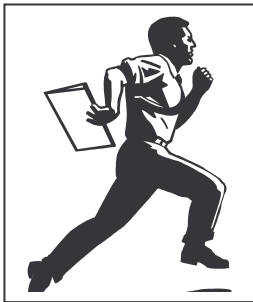



EPREUVES RENCONTRE ATHLETISME CM1

USEP 2007

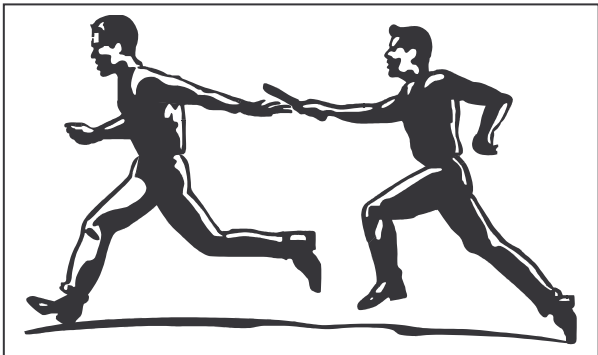
Chaque enfant participe au cours de la journée à 5 épreuves différentes (4 ateliers le matin et relais l'après midi).

MATIN

EPREUVES	MODALITES			
<p>LANCER</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Avec ou sans élan, lancer le plus loin possible une balle lestée de 200 g ➤ 3 essais mesurés pour chaque enfant ➤ Attribution des points en fonction du barème et de l'âge. 			
<p>COURSE DE VITESSE 40 M PLAT</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 2 " athlètes " par course. ➤ Respecter le signal du départ. ➤ Chaque coureur doit rester dans son couloir. ➤ Tous les enfants sont chronométrés. ➤ Attribution des points en fonction des barèmes et de l'âge 			
<p>COURSE DE HAIES 40 M</p> 	<p>➤ Répartition des haies :</p> <div style="text-align: center;"> <table style="border-collapse: collapse; margin: auto;"> <tr> <td style="text-align: left; padding-right: 10px;"><u>Départ</u></td> <td style="text-align: right; padding-right: 10px;"><u>Arrivée</u></td> </tr> <tr> <td style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;"> 11 m 7 m 7m 7 m 8 m </div> </td> </tr> </table> </div> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Hauteur des haies : 40 cm CM1 ➤ Respecter le signal du départ et le couloir. ➤ Enfants chronométrés. ➤ Attribution des points en fonction du barème et de l'âge. 	<u>Départ</u>	<u>Arrivée</u>	<div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;"> 11 m 7 m 7m 7 m 8 m </div>
<u>Départ</u>	<u>Arrivée</u>			
<div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;"> 11 m 7 m 7m 7 m 8 m </div>				
<p>SAUT EN LONGUEUR</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Avec élan, sauter le plus loin possible. ➤ Réception dans le sable. ➤ Limite d'appel : saut " mordu " non mesuré. ➤ 3 essais par élève. 			

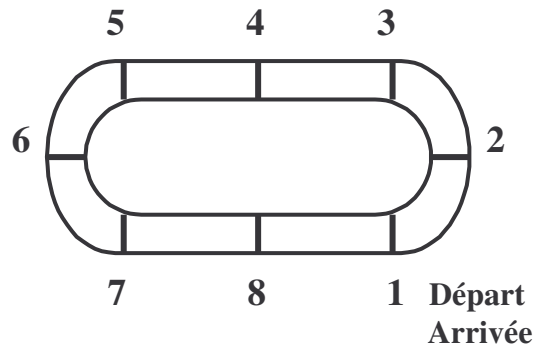
APRES-MIDI

RELAIS 8 x 50 m



Objectif : Transmission du témoin en courant avant le plot.

- Chaque classe constitue autant d'équipes de 8 enfants qu'elle le peut (en faisant éventuellement recourir certains élèves)
 - Le témoin est matérialisé par 1 anneau.
 - La chute de l'anneau est éliminatoire.
- Postes occupés par les 8 relayeurs sur une piste de 400 m.



- Courses : séries et finales.

BAREME DE REFERENCE (Enfants âgés de 9 ans)

POINTS	LANCER	40 M PLAT	40 M HAIES	SAUT en LONGUEUR	POINTS
1	- 5 m	+ de 9''5	+ de 10''6	- de 1 m	1
2	de 5 m à 6 m	9''2.....9''5	10''4.....10''6	de 1m à 1m20	2
3	de 6 m à 9 m	9''.....9''2	10''.....10''4	de 1m20 à 1m50	3
4	de 9 m à 12 m	8''7.....8''99	9''5.....9''99	de 1m50 à 1m80	4
5	de 12 m à 15 m	8''4.....8''69	9''.....9''49	de 1m80 à 2m10	5
6	de 15 m à 18 m	8''.....8''39	8''5.....8''99	de 2m10 à 2m40	6
7	de 18 m à 21 m	7''6.....7''99	8''1.....8''49	de 2m40 à 2m70	7
8	de 21 m à 24 m	7''2.....7''59	7''7.....8''09	de 2m70 à 3m	8
9	de 24 m à 27 m	6''8.....7''19	7''3.....7''69	de 3m à 3m30	9
10	de 27 m à 30 m	6''5.....6''79	7''.....7''29	de 3m30 à 3m60	10

REMARQUE : 10 ans = barème - 1 point