



À l'USEP, l'athlé ça se vie!



USEP 10

TEL: 03 25 82 68 61

Email: usep@laligue10.org



RENCONTRE DÉPARTEMENTALE

9 AVRIL 2020



ANIM' CROSS





À l'USEP, l'athlé ça se vie !



Rencontre USEP

Anim' Cross

Cycle 3

Objectif général

Participer à une rencontre USEP

Quand ?

Une demi-journée : le 9 Avril 2020

Où ?

Complexe La Noue Lutel Sainte Savine

Pour qui ?

Pour les élèves licenciés USEP de Cycle 3 ayant suivi un cycle d'apprentissage en course longue.

Les modalités

Inscription en ligne

Vers les compétences à acquérir

Réaliser une performance mesurée

Les défis contre soi-même et contre les autres qu'offrent les jeux d'Anim' Cross, proposent à l'enfant d'explorer en sécurité une motricité différente de son activité physique usuelle.

Objectif « USEP »

Les situations – jeux Anim' Cross permettent à l'enfant de construire un répertoire moteur athlétique de base en sollicitant la motricité globale.



À l'USEP, l'athlé ça se vie !



DEROULEMENT DE LA RENCONTRE

Il s'agit d'une rencontre par équipes. Deux équipes issues de 2 écoles différentes vont s'affronter pendant toute la durée de la rencontre. Les équipes seront constituées en classe. Dans les divers ateliers, les élèves vivront les situations suivantes : l'équilibre, le lancer, la course, la concentration.

9h30	Accueil des classes	13h
10h 10h45	Epreuves	13h30 14h15
10h45 11h30	Pause Récupération	14h15 14h45
11h30 12h25	Epreuves	14h45 15h40
	Rangement des ateliers et départ	15h40 15h50

Les équipes vont d'un atelier à l'autre **en respectant l'ordre et les horaires** des rotations.

Chaque équipe doit rester groupée, même lorsque l'épreuve a débuté.

Pour le bon déroulement de la rencontre, chaque classe est accompagnée de 2 à 3 parents responsables d'ateliers et informés à l'avance du fonctionnement de la rencontre. Les enseignants coordonneront et accompagneront les adultes accompagnateurs de leur classe.

Les parents accompagnateurs et enseignants pourront venir aider à l'installation des ateliers à partir de 9h.



À l'USEP, l'athlé ça se vie !



ORGANISATION DE LA RENCONTRE

Le terrain est organisé en 2 grandes jeux : le Manège et le Cross' Athlon.

AVANT LA RENCONTRE

Les enseignants organiseront des équipes de 6 à 7 joueurs maximum (cf. tableau d'effectifs). Chaque équipe devra disposer :

- un seau pour collecter des bouchons
- le tableau de marche (ordre de passage des ateliers)

Pour la bonne organisation de cette rencontre, nous demandons aux écoles de collecter au minimum 15 bouchons par enfant qui seront ramenés le jour de la rencontre.

De plus, il est important que chaque enfant ait une responsabilité même minime pour l'ensemble de la rencontre (guider l'équipe, marquer les points, ranger le matériel, approvisionner en eau, assurer la propreté du terrain à la fin de la rencontre ...). Cela permet d'entrer dans l'activité avec une responsabilité.

PENDANT LA RENCONTRE

Le Manège

Ce jeu durera 40 minutes, il sera tenu par des adultes et les équipes au repos participeront à l'arbitrage.

Cross' Athlon

Ce jeu durera 40 minutes. Il est constitué de 5 ateliers tenus par les adultes, les enfants tourneront sur ces ateliers.

Nous rappelons que chaque enfant obtient un score pour son équipe.

Trois coups de sifflet signaleront la fin des jeux. Les enfants feront une pause boisson puis ils permuteront.

Sur chaque atelier, les enfants disposent de réglette d'émotion. Ils pourront donc exprimer leur ressenti de la journée sur différents sujets tels que le plaisir et l'effort.

APRES LA RENCONTRE

Après la rencontre, les élèves aideront au rangement du matériel avec l'aide des accompagnateurs et nettoieront le site.



ORGANISATION DE LA RENCONTRE

Les enfants vont participer à deux jeux : le Manège et le Cross' Athlon.

LE MANÈGE

KIDS CROSS

EDUCATEUR

Objectif Produire un effort continu par un déplacement continu.

SITUATION

Nombre d'enfants par équipe

Répartir les enfants de façon à obtenir des équipes à effectifs homogènes en se fixant un nombre de 8 enfants maximum par équipe. En cas d'effectif hétérogène, les équipes en surnombre :

- feront des doublettes,
- ou désigneront des remplaçants,

Afin que le nombre de porteurs de bouchons de chaque équipe soit identique.

Par exemple, pour 2 classes ayant un effectif total de 44 enfants, il y aura 4 équipes de 7 et 2 équipes de 8. Le nombre de coureurs comptabilisés à chaque tour ne peut être que de 7. Ainsi, 2 équipes auront une doublette¹ ou un remplaçant².

Caractéristiques du parcours

Le but est de créer un flux continu de coureurs. Il n'y a plus de premier ou de dernier, les enfants sont dans un effort collectif. Autant que possible, il faut utiliser les caractéristiques naturelles (relief, végétation, surface) pour varier les difficultés du parcours réalisé par les enfants.

Distance

2 M par enfant. *Notre parcours exemple fera environ 90 mètres.*

Organisation

Le circuit est jalonné par une bande de rubalise. A une distance d'environ 3 mètres de cette lice et sur l'extérieur, sont disposées, de façon régulière, des bases équipes (« des maisons » pour les plus jeunes). *Pour notre exemple, les 6 bases sont distantes les unes des autres d'une quinzaine de mètres.*

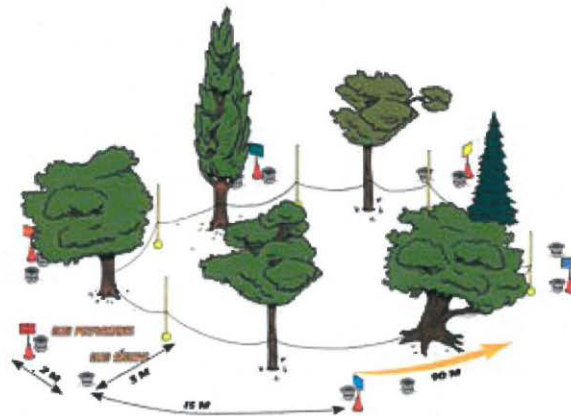
Les bases équipes sont constituées de 2 plots distants d'environ 2 mètres. Ces bases sont utiles au départ et à l'arrivée des équipes. Elles seront plus facilement reconnues par les enfants si elles sont identifiées par un numéro, une couleur (coupelles posées sur un des plots par exemple), un nom d'équipe ...

Pour la mesure de la performance, un « seau-performance » dans lequel seront déposés les bouchons gagnés et un « seau-réserve » dans lequel les enfants prennent les bouchons seront disposés par les enfants au pied des plots.

Les enfants courent dans le sens contraire des aiguilles d'une montre (sens conventionnel sur les pistes d'athlétisme).

Le responsable de la base (adulte ou enfant) :

- s'assure de la dépose et de la prise des bouchons ;
- aide à la régulation des changements de doublettes ou de remplaçants.



1. Attention, la doublette ne compte que pour un coureur. Les doublettes peuvent être changées durant le jeu. Dans le cas d'une doublette avec déficient visuel, l'enfant en situation de handicap est aidé pour prendre et poser les bouchons. 2. L'enfant est remplacé à chaque tour. Tous les équipiers sont remplaçants.



À l'USEP, l'athlé ça se vie !



Suite Manège.

KIDS CROSS

Temps de course

GS/CP	Baby	De 4' à 6'
CE	EA	De 6' à 10'
CM	PO	De 8' à 12'

Avant la fin du jeu, le « maître du temps », un adulte ou un enfant, annonce aux coureurs la dernière minute, les trente puis quinze dernières secondes. Tout tour commencé avant le signal sonore de fin de course sera terminé. Le bouchon sera déposé dans le seau prévu et comptabilisé.

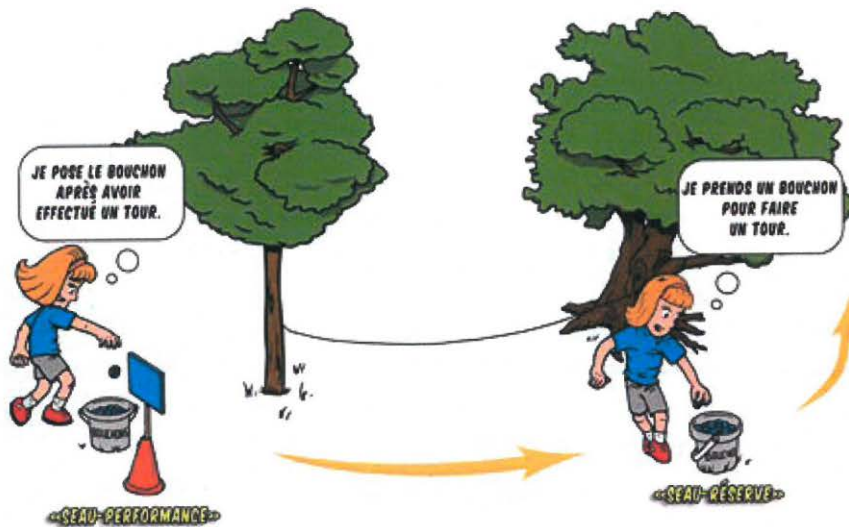
Nombre de bouchons nécessaires

Environ 85 pour une équipe de 8 enfants soit pour nos 2 classes 500 bouchons environ.

Règles du jeu

Les équipes se positionnent sur leur base de départ et posent le « seau-réserve » rempli de bouchons près du plot le plus en aval du sens de course.

Avant le départ, chaque coureur de l'équipe (ou la doublette s'il y en a une) prend un bouchon. Au signal sonore de départ, tous les enfants de toutes les équipes partent dans le même sens. A chaque passage par la base de départ, le bouchon transporté est déposé dans le « seau-performance » à l'entrée de base (amont) puis un nouveau bouchon est pris dans le « seau-réserve » situé à la sortie de la base (aval) et ainsi de suite.



ENFANT

But	Je dois faire le plus de tours possibles pour rapporter un maximum de bouchons.
Critère de réalisation	Je me déplace constamment en courant ou en marchant.
Critère de validation	Je prends un seul bouchon à la fois.
Apprentissage de la sécurité	Je ne reviens jamais en arrière.

CONSTRUCTION DE LA NOTION DE PERFORMANCE

A la fin du jeu, les enfants sont invités à compter eux-mêmes leurs bouchons, par exemple en confectionnant des paquets de 10 bouchons.

Mesure de la performance Le nombre de bouchons que mon équipe a déposés. Ce total correspond au nombre de tours faits par mon équipe.

Connaissance du résultat Le nombre total de bouchons de mon équipe comparé aux résultats des autres équipes.