

Journée départementale Petits

Mercredi 17 mars 2010
MONTLUÇON GYMNASÉ Bien Assis

➤ **Lieu : Montluçon gymnase Bien Assis**

Plan des lieux et implantation des activités :

GYMNASÉ Bien Assis – Rue des Merles – 03100 MONTLUÇON



➤ **Activités**

Pentathlon

Un temps d'entraînement (une heure) sur chacun des cinq ateliers. Voir contenu en annexe.

Un temps de rencontre (une heure) : voir plan du pentathlon en annexe.

Jeux traditionnels

Voir règles du jeu en annexe. Rappel : les jeux doivent être connus des enfants.

➤ **Horaires**

9 h 30 : Accueil des Associations au gymnase
10 h 00 - 11 h 45 : 1^{er} temps d'activité Groupe 1 : Pentathlon Groupe 2 : Jeux traditionnels
11h45 - 12h15 tir à la corde
12 h 15- 13 h 00 : repas (à l'abri)
13 h 00 - 15 h 00 : 2^{ème} temps d'activité Groupe 1 : Jeux traditionnels Groupe 2 : Pentathlon
15 h 00 - 15 h 30 : Résultats, goûter
15 h 30 : départ des cars

➤ Groupes

Chaque association appartient au groupe 1 ou groupe 2. À l'intérieur de chaque groupe seront constituées des équipes pour participer aux ateliers.

Groupe 1	86	Groupe 2	85
CÉRILLY	17	MONTLUÇON PERGAUD-PRÉVERT	18
COSNE D'ALLIER	15	MONTLUÇON Voltaire	33
DÉSERTINES G. Sand	15	MONTVICQ	13
MONTLUÇON J. FERRY	19	LURCY-LÉVIS	11
MONTLUÇON Patro	20	MONTLUÇON J. Giono	10

➤ Encadrement

Les contenus figurent en annexe. Merci à l'encadrement de les consulter attentivement et de les emporter mercredi 17 mars.

Pentathlon Responsable Daniel Bernard

Faire 5 équipes en mêlant les enfants des différentes associations. Les équiper de maillots permettant de les identifier. Contenu des ateliers : voir fiches en annexe. Changement d'atelier toutes les 10 min. Total : 1 h d'entraînement

Pentathlon : Une heure de course. Chaque enfant fait les 5 épreuves à la suite. Voir schéma du parcours en annexe.

Jeux traditionnels Responsable Philippe Leroi

Les enfants doivent connaître les règles. Faire 3 groupes en mêlant les enfants des différentes associations. Premier groupe 30 min : Thèque 4 équipes. Deux terrains. Matches de 2 x 6 minutes.

Deuxième groupe 30 min : Vide-panier au gymnase. 6 équipes.

Troisième groupe 30 min Gendarmes voleurs sur un quart de terrain de foot (20x40) 2 équipes.

Pentathlon

Trotinettes
Mini-Échasses
Pédales d'équilibre
Ballons sauteurs
Parcours athlétique et d'agilité

Responsable Daniel Bernard

Isabelle Devaux,
Christelle Mirlicourtois,
Karine Boulanger
Bernadette Luent
Brochard Christelle

Jeux traditionnels

Thèque
Vide panier
Gendarmes voleurs

Responsable Philippe Leroi

Stéphanie Ciboulet, Elise Menand,
Alain Texier, Boquillon Armelle
De Bouillé Hélène, Françoise Gaumat

Tir à la corde

Responsable Claude Brasset

Autres parents et animateurs PELM pour donner un coup de main dans les ateliers et pour accompagner les groupes.

Merci de faire remonter les remarques si nécessaires quant à ce tableau.

➤ Repas - Equipement des enfants :

- ◆ Repas tiré du sac.
- ◆ Chaque enfant disposera d'une tenue sportive et de **chaussures de rechange** pour entrer au gymnase.
- ◆ Prévoir des habits chauds car une partie des activités se déroule en extérieur.

Règlement des activités

Pentathlon

Les équipes seront réparties dans 5 ateliers (une couleur par groupe) et tourneront au son de la corne de brume toutes les 10 min. → durée 1h

Voir contenu des ateliers ci-après.

Le pentathlon : Durée 45 min. Mise en place des **5 équipes égales**. Explication du jeu **en relais**

Voir plan ci-après :

Quand le premier a réalisé le circuit, il tape dans la main du 2nd...jusqu'au dernier de l'équipe

Classement final avec place matin et après-midi.

***JOURNÉE DÉPARTEMENTALE PETITS
MERCREDI 17 MARS 2010
GYMNASE Bien Assis – Rue des Merles – 03100 MONTLUÇON***

Atelier : Trotinettes



Objectif : être capable de maîtriser l'usage de la trottinette et de se déplacer vite sur un parcours à obstacles.

Situations :

- Prise de contact avec les engins
- Faire des déplacements dans toute la zone
- Mini courses
- Passage sous un obstacle bas
- Passage en slalom
- Passage sur une planche en bascule.

***JOURNÉE DÉPARTEMENTALE PETITS
MERCREDI 17 MARS 2010
GYMNASE Bien Assis – Rue des Merles – 03100 MONTLUÇON***

Atelier : Mini-échasses



Objectif :

Être capable :

- De tenir en équilibre sur les échasses et de se déplacer de plus en plus vite.
- Être capable de passer par-dessus des obstacles bas avec les échasses
- Être capable d'avancer avec les échasses en mettant chaque jambe de part et d'autre d'une ligne matérialisée par des lattes

Situations :

- Prise de contact avec les engins
- Faire des déplacements dans toute la zone
- Mini courses
- Passage par-dessus divers obstacles

***JOURNÉE DÉPARTEMENTALE PETITS
MERCREDI 17 MARS 2010
GYMNASE Bien Assis – Rue des Merles – 03100 MONTLUÇON***

Atelier : Pédales d'équilibre



Objectif : être capable de maîtriser l'usage des pédales d'équilibre et de se déplacer sur quelques mètres.

Situations :

- Prise de contact avec les engins (seul ou avec l'aide d'un camarade)
- Faire des déplacements dans toute la zone (seul ou avec l'aide d'un camarade).
- Faire un parcours sans mettre pied à terre.

***JOURNÉE DÉPARTEMENTALE PETITS
MERCREDI 17 MARS 2010
GYMNASE Bien Assis – Rue des Merles – 03100 MONTLUÇON***

Atelier : Ballons sauteurs



Objectif : être capable de maîtriser l'usage du ballon-sauteur et de se déplacer vite sur plusieurs mètres.

Situations :

- Prise de contact avec les engins
- Faire des déplacements dans toute la zone
- Mini courses
- Sauter le plus loin possible sans tomber

***JOURNÉE DÉPARTEMENTALE PETITS
MERCREDI 17 MARS 2010
GYMNASE Bien Assis – Rue des Merles – 03100 MONTLUÇON***

Atelier : Parcours athlétique et d'agilité



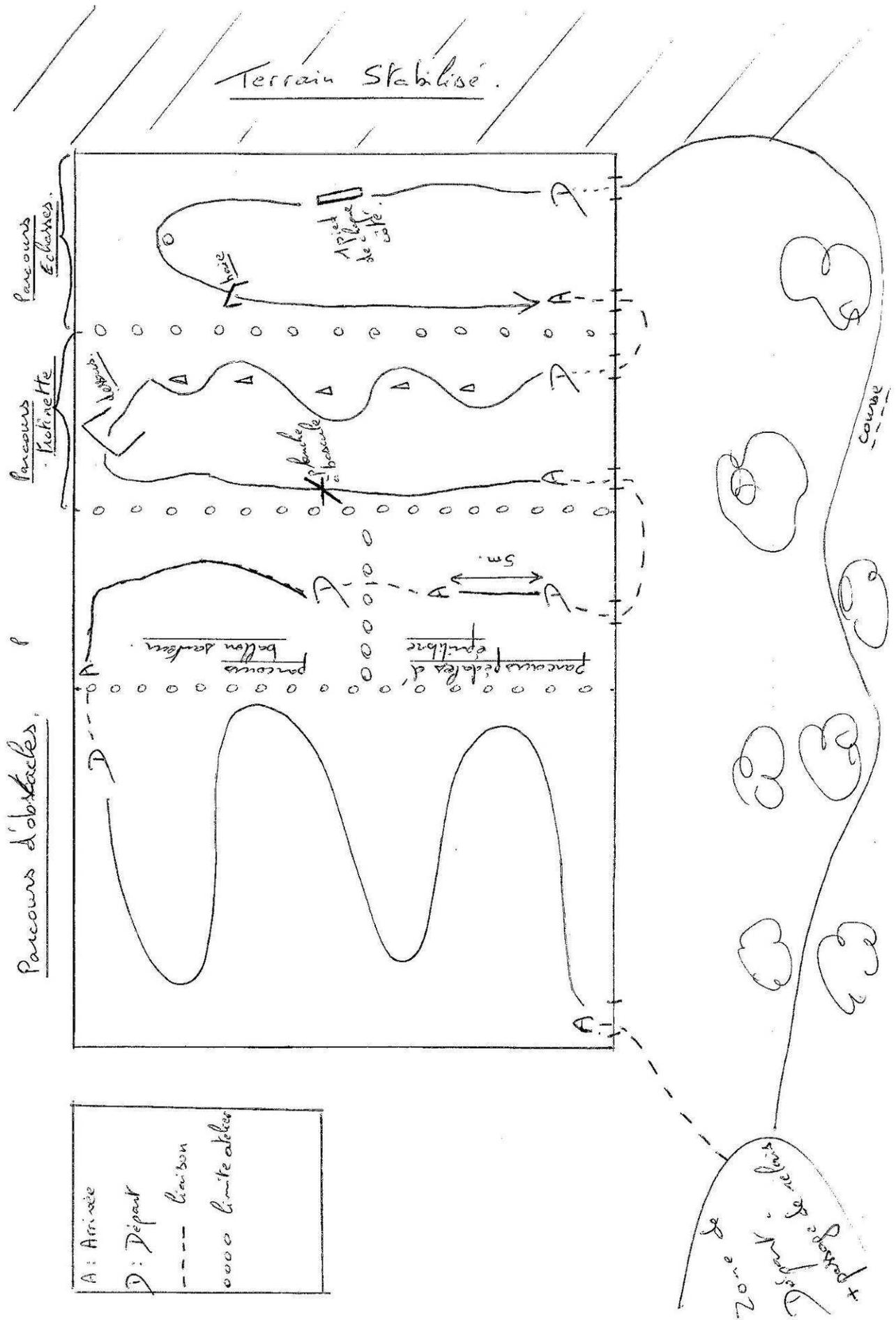
Objectif : être capable de se déplacer de plus en plus vite dans un parcours semé d'embûches

Types d'obstacles : pas japonais, dessus-dessous, bancs sur lequel on rampe, slalom...

Situations :

- Prise de contact avec le parcours et ses différents obstacles
- Entraînement au franchissement des différents obstacles
- Mini courses

Plan du parcours du Pentathlon



THÈQUE PETITS

I TERRAIN - MATERIEL

1) LIGNES

La thèque petits se joue sur un terrain rectangulaire d'an moins 10 m x 20 m. Un demi terrain de football est tout à fait approprié.

Dans un angle de ce terrain, matérialiser un carré de 5 mètres de côté avec 4 plots.

2) MATÉRIEL

a) CERCEAU DU LANCEUR

A l'extérieur du carré et du terrain, disposer un cerceau qui sera celui du lanceur (L sur le schéma)

b) CERCEAU DU CAPITAINE

A l'autre extrémité de la diagonale, disposer un cerceau à 1 mètre à l'intérieur du carré : ce sera le cerceau du capitaine (C sur le schéma).

c) BALLE

En principe, une seule de balle de tennis suffit mais il peut être bon d'en prévoir une ou deux de rechange.

II ÉQUIPES

La thèque petits se joue avec deux équipes qui ont des rôles différents : une équipe des attaquants qui marque des points et une équipe des défenseurs.

Chaque équipe comporte de 5 joueurs.

III PLAN D U TERRAIN ET POSITION DES JOUEURS AU DÉPART

ATTAQUANTS :

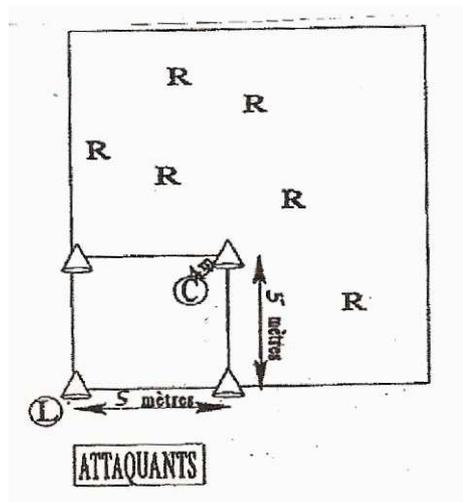
L : Lanceur

Les autres membres de l'équipe attendent dans la zone de repos des ATTAQUANTS.

DEFENSEURS :

C Capitaine

R : Ramasseur



IV ÉQUIPE DES ATTAQUANTS

L'équipe des attaquants est l'équipe qui marque des points.

1) DEBUT DU JEU

L'équipe des attaquants désigne un lanceur. Celui-ci se munit de la balle de tennis et rejoint son cerceau

2) LANCER LA BALLE

Le lanceur lance la balle où il veut. Il doit l'envoyer de manière à ce qu'elle tape dans les limites du terrain (y compris dans le petit carré). Si la balle ne tape dans les limites du terrain, c'est le lanceur lui-même qui va la récupérer.

3) MARQUER DES POINTS

Lorsque le lancer est réussi, le lanceur part en courant autour du PETIT carré dans le sens inverse des aiguilles d'une montre. Toutes les fois qu'il fait un tour complet, il marque 1 point pour son équipe. Il ne s'arrête que lorsque le capitaine ou un défenseur de l'équipe adverse a crié "STOP".

4) ROTATION DES JOUEURS

Dès que le capitaine ou un défenseur de l'équipe adverse a crié "STOP", un autre attaquant prend la place de celui qui vient de lancer et attend que la balle lui revienne. Il peut alors lancer sans attendre et courir à son tour. Tous les membres de l'équipe doivent se succéder au niveau des lanceurs. Un joueur ne peut donc lancer une deuxième fois que lorsque tous ses camarades sont passés.

V ÉQUIPE DES DÉFENSEURS

1) DÉBUT DU JEU

Les défenseurs désignent un capitaine pour toute la partie. Celui-ci rejoint son cerceau et ne doit plus le quitter. Les autres joueurs se répartissent sur le terrain où bon leur semble (même à l'intérieur du petit carré).

Attention les défenseurs ne doivent pas gêner la course du lanceur sous peine d'un point de pénalité.

2) RÔLE DES DÉFENSEURS

Dès que la balle est lancée, les défenseurs ont pour mission de la ramener le plus rapidement possible à leur capitaine. Pour ce faire, ils n'ont droit qu'à la passe. TOUT DEPLACEMENT BALLE EN MAIN EST INTERDIT. L'arbitre fera repartir de l'endroit où il était tout joueur qui se sera déplacé balle en main. Dès que le capitaine a la balle en main, il lève la balle et crie "STOP" très fort.

3) BLOCAGE DE VOLÉE

Les défenseurs peuvent bloquer la balle de volée avant qu'elle ait effectué tout contact avec le sol. Le joueur lève alors la balle et crie "STOP" remplaçant ainsi son capitaine.

4) RETOUR DE LA BALLE

Le capitaine ou le joueur qui a bloqué une balle de volée sont tenus de faire revenir la balle le plus rapidement possible en la faisant rouler au nouveau lanceur qui est en place. En cas d'anti-jeu, un point de pénalité est accordé à l'équipe des lanceurs.

VI FIN DE LA PARTIE

Chaque équipe est à tour de rôle attaquant et défenseur pendant un temps de 4 minutes. Le chronomètre est déclenché au début de chaque temps de jeu. Il n'est plus arrêté, c'est alors aux deux équipes de s'organiser de leur mieux. Lorsque les deux équipes ont attaqué, le décompte des points est établi et l'équipe qui a marqué le plus grand nombre de points a gagné (il peut y avoir égalité).

GENDARMES ET VOLEURS

But du jeu

Gendarmes : Faire prisonniers tous les voleurs.

Voleurs : récupérer un maximum de trésors.

Organisation de l'espace de jeu

Terrain rectangulaire nettement délimité. ¼ terrain de foot (20x40)

Zone refuge de départ et de repos pour les voleurs.

Zone prison pour que les gendarmes puissent mettre les voleurs en prison

Une chasuble pour chacun des voleurs.

Une série de plots représentant les trésors que les gendarmes doivent défendre. (Un plot par voleur)

Règle du jeu

Partager les joueurs en deux équipes égales si possible.

Les gendarmes doivent faire prisonnier les voleurs en leur prenant leur trésor (un plot doré jaune)

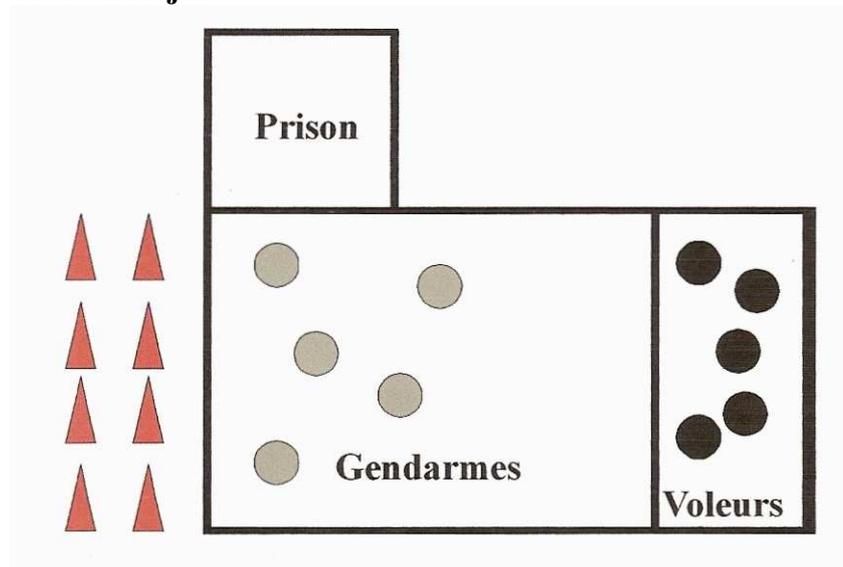
Les voleurs doivent ramener le maximum de trésors dans leur camp (un trésor par voyage)

Lorsqu' un gendarme fait prisonnier un voleur, le voleur pose le plot jaune et le gendarme le conduit par la main jusqu'à la prison. Le voleur reste en prison jusqu'à la fin du jeu sauf s'il est délivré. Pour libérer un voleur, un autre voleur doit lui taper dans la main. Les voleurs peuvent se reposer à l'intérieur de leur maison (au maximum 5 secondes)

A la fin du temps de jeu, compter le nombre de voleurs dans la prison et le nombre de trésors qui ont été volés. L'équipe qui a gagné est celle qui a le plus grand nombre. Puis inverser les rôles et jouer durant un temps égal.

Temps de jeu 4minutes.

Schéma du jeu



VIDE-PANIER

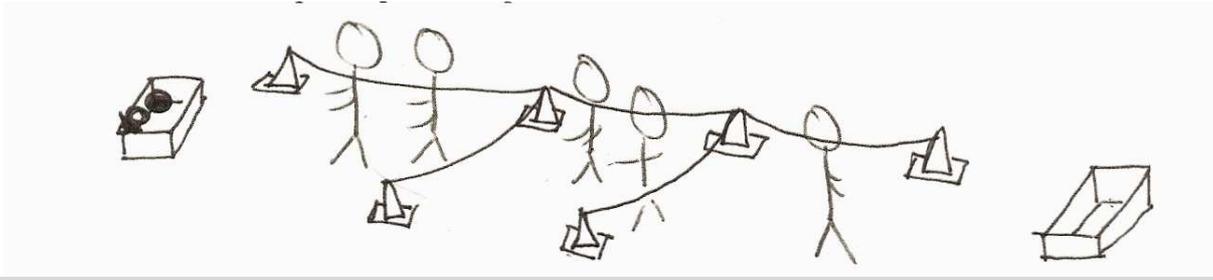
Deux équipes de 5 enfants sont au départ.

Il s'agit de transporter 15 objets depuis la caisse de départ jusqu'à la caisse d'arrivée sans les faire tomber au sol, le plus rapidement possible. Il y aura un aller obstacles (passer sous la rubalise, sauter la haie, passer sur un banc) et retour course.

Les objets tombés au sol sont remis dans la caisse de départ par l'adulte.

Un enfant ne peut prendre qu'UN seul objet à la fois.

Les objets doivent être transportés à la main. Les lancers sont interdits.



Tir à la corde

Matériel :

- ▶ 1 corde de 15 m environ,
- ▶ Lignes tracées au sol,
- ▶ Des équipes de même poids global (environ).

DEROULEMENT :

Au signal, tirer ensemble en reculant les pieds par des petits pas. Les mains ne font que tenir la corde. L'équipe qui perd est celle dont le témoin passe la ligne centrale

Schéma du jeu :

