

# -EPREUVES COMBINEES-

## Organisation pédagogique



### 1) Présentation :

Dans l'esprit proche du biathlon et non du triathlon.

Alternance d'une **épreuve physique** demandant un engagement et d'une **épreuve d'habileté ou d'adresse** demandant maîtrise et concentration, épreuve d' « éducation à la santé ».

Format de la rencontre : rencontre à 3 classes : 10h-12h/ pique nique et retour en classe vers 14h.

### 2) Organisation :

– Equipes de 5 à 6 élèves homogènes

– Principe : alternance d'un 400m et d'ateliers (épreuves de concentration)

→ le temps d'atelier et d'attente permet la récupération nécessaire.

▫ **Déroulement des 400mètres** : l'équipe reste toujours ensemble et dans la course c'est le plus lent qui est en tête. Les équipes incomplètes à l'arrivée du 400mètres seront pénalisées (zone de pénalité)

→ 6 COURSES DE 400M en moyenne (variable à voir selon les groupes)

▫ **6 ateliers de concentration :**

1-2) Tir à l'arc (x2) cible verticale

3) Chamboule tout frisbee

4) Tir au pied (cage de football mini hockey)

5) Tir avec crosse de hockey

6) Lancer d'anneaux

*Certains ateliers de concentration sont susceptibles d'être modifiés d'une année sur l'autre.*

Dans chaque atelier (à l'arrivée des courses)

– **1 zone d'attente** en cas d'embouteillage

– **1 zone de pénalité** pour les équipes qui ne respectent pas la course d'équipe ou le « bon esprit »

→ pénalité esprit sportif : zone avec 4 plots, distinguée de la zone d'attente. PENALITE DE 1 MINUTE

Dans l'atelier d'adresse, l'équipe ne repart que lorsque tous les membres ont atteint l'objectif . Chaque élève a un jocker matérialisé par un bracelet qui peut être passé à un autre enfant pour faire « sauter » le blocage valable pour l'ensemble des ateliers y compris le 400mètres.

*Les bracelets élastiques sont à fournir par les enseignants des classes.*

- Fonctionnement des rotations : une feuille de route par groupe est à présenter à l'adulte responsable de

chaque atelier. Ce dernier valide le passage de toute l'équipe en entourant le numéro de l'atelier ( s'il s'agit du premier 400 mètres correspondant au numéro 1 : entourer ce n°1). Si un atelier n'arrive pas à être validé car un enfant ne réussit pas à atteindre l'objectif et les jockers ont tous utilisés, l'adulte responsable met une croix sur la feuille de route sur le numéro de l'atelier non validé et l'équipe continue sa rotation.

1 atelier validé y compris un 400mètres = 1 point pour l'équipe

## Déroulement des ateliers de tir :

Chaque enfant doit réussir **2 fois** chaque atelier et ne peut en repartir qu'en ayant atteint l'objectif ou utilisé un jocker.



Tir à l'arc : atteindre la cible à points (10m)



Chamboule-tout frisbee : renverser 3 plots (5m)



Tir football : atteindre la cage (10m)



Tir hockey : crosse+balle → atteindre une zone matérialisée au sol (mini 8-max10)



Lancer d'anneaux : mettre un anneau autour d'un taquet (environ 2 mètres)

