

PV Commission des jeunes Châteaulin le jeudi 19 janvier 2006

Présents : Jo Saliou (CAB), Léniaïg Stéphan (QA), Philippe Gourdon (CPL), Pierre L'Haridon (ALCP), Eric Kerjean (SB), Stéphane Le Quellec (PBA), Daniel Le Dru et Bruno Jourdain (IA), André Kerveillant (CAB), Alain Dequin (ULAQC) et Yves Robert (Douarnenez).

Excusés : Gérard Marrec (ULAQC), Christelle Monoyez (ALC) et Alain Orlac'h (LTA)

Absents : Sylvain Nadan (USB).

A – Retour sur la saison 2004/2005.

Il n'y a pas eu de gros soucis dans l'organisation des diverses compétitions des jeunes. La finale des écoles d'athlétisme qui s'est déroulée à Carhaix a été un succès. Grâce au nombre de jury largement suffisant, l'horaire a été tenu. Vous trouverez ci-après un tableau récapitulatif des participations à cette finale.

		EA	EA	PF	PG	TOTAL
Nombre de participants	Saison	25	17	82	90	214
Nombre de performances	2004	75	51	246	270	642

		EA	EA	PF	PG	TOTAL
Nombre de participants	Saison	35	42	101	80	258
Nombre de performances	2005	105	126	303	240	774

C – Compétitions benjamins.

A la demande de plusieurs clubs le championnat du Finistère aura lieu à Carhaix le samedi 3 juin (et non le 6 mai). Ce changement est motivé par le fait que la première date retenue est en période de vacances scolaires. Ce championnat se déroulera sous forme de triathlon. Des titres individuels seront également décernés mais il faudra avoir participé à une autre épreuve pour pouvoir prétendre au titre individuel. De plus les benjamins ont la possibilité de participer aux championnats départementaux d'épreuves combinées.

Des dirigeants avaient demandé qu'une ou plusieurs compétitions soient rajoutées pour les benjamins. Malgré toute la bonne volonté des représentants de la commission des jeunes aucune date n'a pu être trouvée.

D - Points particuliers concernant les compétitions :

- Chaque club devra fournir 1 juge pour 7 engagés.
- La liste des juges devra parvenir au club organisateur dans la semaine précédant la compétition et ce avant le jeudi.
- Le secrétariat sera géré par le club organisateur.
- Le système de fiches est reconduit. (1 feuille A4 pour 4 fiches) Rappel des couleurs PF : Vert PG : Jaune EAF : Rose EAG : Bleu. (Indiquer obligatoirement le club et le numéro de licence).
- Début des épreuves 14 h.

- Chaque club organisateur devra établir les horaires des épreuves et les transmettre le plus rapidement possible aux clubs concernés par la compétition, à Pierre L'Haridon pour établissement du bulletin estival ainsi qu'à Jean-Claude Herry.
- Une médaille sera attribuée aux 3 premiers athlètes de chaque épreuve et aux 3 premiers du triathlon. Pierre L'Haridon se charge d'acheter les médailles pour les athlètes du sud et Roger Quentel pour ceux du nord.
- Le classement par équipe se fera sur les 4 meilleurs triathlons de chaque catégorie. (En cas d'ex-aequo c'est le 5^e qui compte).
- Les récompenses pour la finale sont à la charge du CD.
- Point particulier concernant les épreuves de haies : Après une théorie très convaincante d'Yves Robert (qui fait désormais partie de la commission des jeunes), il est proposé que ces épreuves se dérouleront selon la fiche jointe en annexe. (§)

D – Calendrier.

Sam 18 février	Plonéour-Lanvern	50m, 50m haies, 1000m, Longueur, Hauteur, perche, Poids. (EA et poussins)
Sam 18 mars	1 ^e journée EA Fouesnant	Hauteur G, Disque G, Poids F, 50 m, Longueur F et 4x60m
Sam 18 mars	1 ^e journée EA Landivisiau	50m, Hauteur F, Longueur G, Poids G, Disque F et 4x60 m.
Sam 15 avril	2 ^e journée EA Quimper	Hauteur F, Disque F, Longueur G, 50 m haies et 4x60m.
Sam 15 avril	2 ^e journée EA Brest	Longueur F, Hauteur G, Lancer de balle G, Poids F, 50 m haies et 4x60 m.
Sam 20 mai	3 ^e journée EA Carhaix	1000 m et 1000 m marche, Lancer de balles G et F, Hauteur G et F, Longueur G et F et 4X60m
Sam 20 mai	3 ^e journée EA Saint-Renan	1000 m G et F, Marche G et F, Hauteur G et F, Longueur G et F, Disque G et lancer de balle F
Sam 3 juin	Champ Finistère benjamins Carhaix.	Programme complet.
Dim 04 juin	Finale école athlétisme Brest.	50 m, 50m haies, 1000 m, marche, 4x60m, longueur, hauteur, poids, disque, lancer de balles.

*Pour
la
com
missi
on
des
jeune
s*

*PIER
RE
L'HA
RIDO
N.*

(§) L'école d'athlétisme, ou comment adapter et aborder les disciplines sans les dénaturer

1. Préalable : la motricité de l'athlétisme n'est pas la motricité habituelle.

L'athlétisme est un jeu de mises en tension et de renvois musculaires, de création et de restitution d'énergie, dont l'objet est la réalisation d'une performance motrice se traduisant en performance métrique ou chronométrique.

Et cette volonté d'exécuter une tâche motrice dans un souci de performance change la nature même de la tâche motrice qui semblait lui correspondre dans la vie courante. Ainsi les actions motrices qu'il faut mettre en place pour franchir une haie au stade sont très différentes de celles qui permettent de franchir un obstacle dans la vie courante.

Il s'agit donc bien d'apprendre en athlétisme, et non pas d'optimiser des exécutions motrices de la vie courante.

Et les apprentissages en athlétisme sont d'autant plus difficiles à réaliser qu'ils semblent proches d'apprentissages déjà réalisés dans le cadre du développement de la motricité habituelle.

Dès lors, il paraît cohérent d'aborder les disciplines de l'athlétisme par l'enseignement de techniques, de gestuelles propres aux représentations mentales, aux logiques internes de ces disciplines.

2. l'exemple des haies : une entrée et une démarche possibles...

Les courses de haies doivent être abordées comme des courses de vitesse. Cela implique souvent de commencer en plaçant seulement une haie sur le parcours afin de permettre son franchissement à pleine vitesse. Ensuite, pour maintenir la vitesse comme intention principale, quand on rajoute d'autres haies, paraît opportun de prévoir des intervalles conditionnant un nombre d'appuis assez grand, 6 ou 8 par exemple, entre les haies.

**Repères de base
pour l'entraîneur**

Hauteur des haies :
environ la hauteur du
genou du pratiquant.

Jouer sur les
intervalles et la
hauteur des haies

La fiche activité qui suit est une démarche possible d'entrée dans l'activité ; elle ne représente en aucun cas une « vérité absolue », elle est l'expression d'une conviction et de la volonté de prendre en compte dans l'entraînement autant l'activité que le pratiquant en tant que sujet livré à ses émotions.

FICHE ACTIVITE: les courses de haies

1. Logique de l'activité

- Aborder les courses de haies comme une course de vitesse.
- Au départ, ne pas donner la priorité à la qualité technique du franchissement.
- « Sprinter » les haies, et non les sauter.

Il s'agit de permettre au pratiquant de passer d'une succession de courses où les haies représentent des obstacles verticaux délimitant, séparant des espaces différents

juxtaposés... (« je cours, je ralentis car je dois sauter et me réceptionner sans me faire mal puis repartir »)

... à une course où les haies sont franchies grâce à la vitesse de déplacement et où l'énergie est conservée (« je cours sur un rythme régulier très élevé pour mieux franchir l'obstacle »).

2. s'adapter aux pratiquants

Situation de départ n°1 : entrée dans l'activité.

Objectif : favoriser la vitesse de course.

But pour le pratiquant : conserver sa vitesse et son rythme de course malgré l'obstacle.

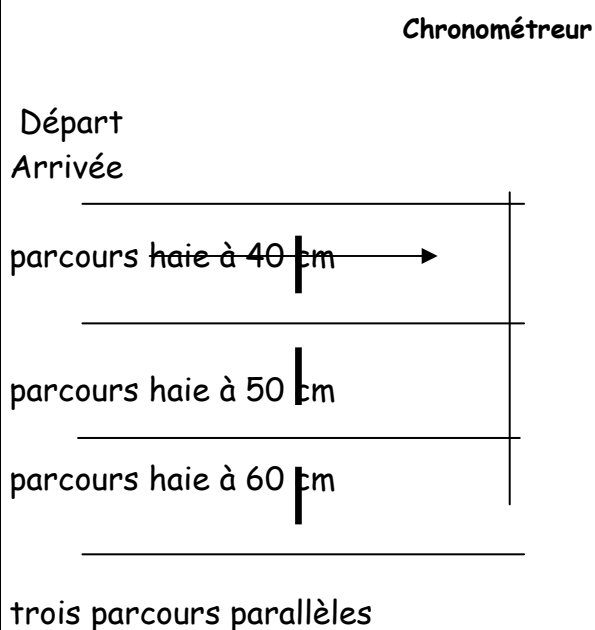
Organisation :

- Placer une seule haie sur le parcours de 20 m à 30 m.
- Plusieurs hauteurs de haies sont proposées (repère = la hauteur du genou de l'élève).
- Les élèves courent contre le chronomètre ou contre des adversaires.

Consignes :

- J'essaie les différents parcours et je compare les temps (chronomètre) ou les victoires.
- Je choisis le parcours qui me convient le mieux.

Dispositif :



Critères de réussite :

- Je ne ralentis pas ma course devant la haie.
- Je me réceptionne sans heurt après le passage de la haie.

Variables :

- Course contre le chronomètre ou contre les adversaires.
- L'emplacement des haies.

Evolutions possibles, Situation n°2 :

Objectifs : maintenir la vitesse de course quand on ajoute des haies.

But pour l'élève : trouver le couloir qui permet d'aller le plus vite et de gagner

Organisation

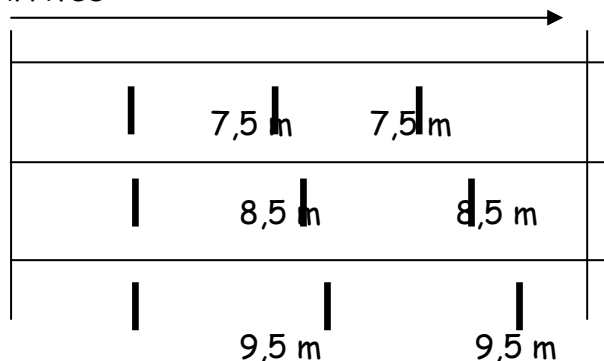
- Mettre en place un parcours de 30 m à 40 m.
- Placer 2 puis 3 haies par couloir.
- Mettre en place 3 couloirs parallèles avec des distances différentes entre les haies (7,5 m, 8,5m et 9,5m).

Consignes :

- Je dois poser au sol 6 ou 8 appuis entre chaque haie.
- Je pose toujours le même pied devant la haie.
- J'essaie les différents parcours et je compare les temps (chronomètre) ou les victoires.
- Je choisis le parcours qui me convient le mieux..

Départ

Arrivée



Observateurs ou entraîneur

Regarder quel pied est posé devant chaque haie.

Compter les appuis entre les haies (6 ou 8).

Regarder si le coureur ne ralentit pas.

Critères de réussite :

- Je conserve le même nombre d'appuis entre les haies.
- Je conserve le même pied d'appel devant chaque haie.

Variable :

- La hauteur des haies (hauteur « moyenne » du genou dans un groupe homogène ou parcours différents si gros écarts de tailles dans le groupe).
- L'intervalle entre les haies.

3. Vers l'organisation des rencontres...

Cette approche différenciée des haies à l'entraînement doit logiquement faire naître la nécessité de proposer des parcours différenciés également en compétition. S'il paraît difficile de jouer sur la hauteur des haies au sein d'une même catégorie, il semble beaucoup plus aisé de mettre en place des intervalles différents pour une même course, tous les pratiquants courant un 50m haies avec 4 haies ; sur une piste à 6 couloirs, on peut par exemple prévoir l'organisation suivante, identique pour les catégories éveil et poussin :

Départ	50 mètres				Arrivée
Du départ à la 1 ^{ère} : 11m50	I	8m50	I	8m50	I de la 4 ^{ème} à l'arrivée : 13m
Du départ à la 1 ^{ère} : 11m50	I	8m50	I	8m50	I de la 4 ^{ème} à l'arrivée : 13m
Du départ à la 1 ^{ère} : 11m50	I	8m50	I	8m50	I de la 4 ^{ème} à l'arrivée : 13m
Du départ à la 1 ^{ère} : 11m50	I	9m50	I	9m50	I de la 4 ^{ème} à l'arrivée : 10m
Du départ à la 1 ^{ère} : 11m50	I	9m50	I	9m50	I de la 4 ^{ème} à l'arrivée : 10m
Du départ à la 1 ^{ère} : 11m50	I	9m50	I	9m50	I de la 4 ^{ème} à l'arrivée : 10m

Quelques remarques complémentaires :

Les pratiquants, qui ont travaillé dans leur club ces intervalles, savent sur lequel ils sont le plus à l'aise pour courir vite en 6 ou 8 appuis, et sont donc en situation d'opérer un choix au moment de l'inscription, ce qui doit permettre au jury et au secrétariat d'établir les séries.

Il convient ensuite de choisir la hauteur des haies pour chaque catégorie : par exemple 45 ou 50 cm en éveil et 55 ou 60 cm en poussin.

Ces aménagements doivent s'inscrire dans la continuité des pratiques des clubs, ce qui rend nécessaire l'échange régulier d'informations entre les entraîneurs de clubs et les organisateurs de rencontres.

4. Conclusion et point de vue général : L'athlétisme doit permettre de prendre en compte l'hétérogénéité d'un groupe d'enfants

4 - a : hétérogénéité des performances métrées et chronométrées

L'utilisation de contrats personnels adaptés permet de placer tous les apprenants en situation de réussir puis de progresser, pour peu que les conditions matérielles, la mise en place des ateliers soient conformes aux niveaux des enfants. Par exemple, il convient, pour travailler la course d'endurance, de prévoir un nombre suffisant de « balises-repères » qui prendront en compte les possibilités d'allures des moins comme des plus rapides. De la même manière, les zones de chutes en lancers ou les zones de réceptions en sauts seront prévues de telle sorte que tous les enfants se trouvent en situation de percevoir « l'escalier » qu'il leur est proposé de gravir, le niveau initial de chacun déterminant seulement la marche sur laquelle il se place au départ.

4 - b : hétérogénéité des performances motrices

Afin que tous les enfants soient confrontés à un « escalier » de progression dont la taille des marches leur soit adaptée (adaptée à leurs capacités comme à leurs émotions), il convient sans doute de leur proposer, lors des situations d'apprentissage, des ateliers différenciés. Cette différenciation pourra porter sur le poids des engins à lancer, sur l'intervalle entre les haies (par exemple, si on met en place un parcours de 40m avec 2 haies, et que l'on souhaite que les enfants fassent 6 appuis de course entre chaque haie, on pourra prévoir 3 couloirs différents : un couloir où la distance entre les 2 haies sera de 8m, un autre où cette distance sera de 9m, et un dernier à 10m ; chaque enfant devra ensuite choisir le couloir où il se sent le plus à l'aise pour exécuter le parcours à pleine vitesse en respectant la consigne des 6 appuis.), sur la distance qui sépare la planche d'appel de la fosse de sable au triple saut (on peut par exemple utiliser une fosse de réception dans le sens de la largeur et proposer 3 planches d'appel différentes), ...etc.....