



## Cahier des charges

### Rencontre « Biathlon » version 2018

#### **Objectif :**

#### **Enchaîner deux activités :**

- la course qui visera à développer l'endurance et la gestion de l'effort ;
- le lancer de balles axé sur la précision et la concentration.

Le biathlon USEP 21 se définit comme étant une course longue au cours de laquelle s'insèrent des défis de lancer de précision. Ces défis, lorsqu'ils sont réussis, permettent à l'équipe de reprendre la course plus rapidement et donc de gagner du temps.

Le biathlon USEP 21 est une épreuve de compétition.

**Programme d'EPS** (Produire une performance optimale, mesurable à une échéance donnée) :

*Attendu de fin de cycle 2 : Accepter de viser une performance mesurée et de se confronter aux autres.*

*Attendu de fin de cycle 3 : Combiner une course et un lancer pour faire la meilleure performance cumulée.*

Les changements de la nouvelle version.

#### **Principes :**

1. La rencontre se déroulera sur le stade d'athlétisme Colette Besson, sur le campus universitaire de Dijon.
2. Le biathlon se court en équipes, si possible mixtes, de 4 enfants. Les équipes doivent être constituées d'enfants ayant un niveau de course comparable. Cette course d'équipe doit mettre en avant les valeurs de solidarité, tolérance et soutien mutuel.
3. La distance de course varie en fonction du niveau des élèves.

4. Chaque équipe se présentera 4 fois sur la zone de lancer. A chaque fois, seul un enfant lancera. Il lancera successivement 4 balles.
5. C'est au passage du dernier coureur que le temps de l'équipe est retenu et c'est à l'arrivée du dernier coureur dans la zone de lancer que ce-dernier est autorisé (la solidarité et l'entraide sont des facteurs importants).
6. Dans le cadre de la rencontre, il est prévu que les élèves de CE2, CM1 et CM2 jugent sur une ou plusieurs courses. Ils devront être préparés à ce rôle de « jeune officiel ».
7. Les équipes de 4 coureurs (et leurs officiels) seront repérables par une chasuble de couleur.

### Épreuve de course longue :

Les courses s'organisent en fonction du niveau des élèves :

Classe d'âge	Distance de l'épreuve de course longue
CP	900 m
CE1	1 000 m
CE2	1 200 m
CM1	1 400 m
CM2	1 800 m

### Épreuve de lancer :

Il s'agit d'un lancer d'une balle de tennis dans une cible à une distance donnée (voir tableau des distances ci-dessous) :

- 2 épreuves de lancer dans une poubelle (100 L) ;
- 2 épreuves de lancer dans une cible verticale (anneau de 37 cm de diamètre, placé à une hauteur de 1 m).

Les 4 coureurs se répartiront sur les 4 épreuves de lancer.

Un tour de pénalité (20 m) sera imposé à toute l'équipe par lancer non réussi. 16 balles seront lancées au total, ce qui peut condamner une équipe à 320 m de pénalité en plus.

Il est donc indispensable de travailler l'APS « Lancer de précision » autant que la course longue. Les équipes ayant travaillé les lancers seront bien évidemment avantagées.

Classe d'âge	Lancer à
CP	2 m
CE1	2,50 m
CE2	3 m
CM1	3,50 m
CM2	4 m

**Déroulement de l'épreuve :**

Pour chaque niveau, le biathlon se décomposera de la manière suivante :

CP	100 m	Lancer 1 Cible	200 m	Lancer 2 Poubelle	200 m	Lancer 3 Cible	200 m	Lancer 4 Poubelle	200 m
CE1	200 m	Lancer 1 Cible	200 m	Lancer 2 Poubelle	200 m	Lancer 3 Cible	200 m	Lancer 4 Poubelle	200 m
CE2	400 m	Lancer 1 Cible	200 m	Lancer 2 Poubelle	200 m	Lancer 3 Cible	200 m	Lancer 4 Poubelle	200 m
CM1	200 m	Lancer 1 Cible	400 m	Lancer 2 Poubelle	400 m	Lancer 3 Cible	400 m	Lancer 4 Poubelle	Arrivée
CM2	200 m	Lancer 1 Cible	400 m	Lancer 2 Poubelle	400 m	Lancer 3 Cible	400 m	Lancer 4 Poubelle	400 m

**Arbitrage :**

Les élèves de CE2, CM1 et CM2 devront occuper le rôle de juge de course sur une ou plusieurs courses. Ils devront suivre une équipe au niveau :

- du chronométrage ;
- du contrôle de la distance de course ;
- de la validation des lancers et des tours de pénalités.

Il est important que les élèves soient préparés à ce rôle de « jeune officiel ».

Le délégué départemental

