

## **Finale hivernale EA/PO 24 mars 2018**

Lieu : Val de Landrouet à Merdrignac

### **Programme de la journée :**

10h00 : accueil des équipes

10h30 – 12h00 : cross biathlon par équipe (3 rotations)

12h00 : remise des prix cross biathlon

12h30-13h30 : casse-croute

13h30 : échauffement collectif

13h45-15h45 : jeux de l'oie géant par équipe

16h00-16h30 : goûter

Fin de la rencontre

### **Déroulement :**

Chaque équipe est composée de 10 à 14 enfants. Les équipes seront identiques sur toute la journée.

3 catégories : EA, PO ou mixte (au moins 5 EA dans l'équipe)

Chaque équipe doit être encadrée par un adulte du club au minimum.

### **Cross biathlon :**

Equipe de 10 à 14 enfants (EA, PO ou mixte)

Parcours de 400m environ sur lequel sont disposées « 10 maisons » (comme la course des chouchous).

Une maison est attribuée pour chaque équipe.

Chaque maison est équipée d'un pas de tir.

10 équipes partent en même temps sur le cross biathlon. Les enfants tournent pendant 15' sur le parcours. A chaque tour, l'enfant s'arrête dans sa maison, et effectue un lancer avant de repartir sur le parcours.

Au départ, les enfants effectuent deux tours avant d'effectuer leur premier lancer (pour étaler les enfants et éviter qu'ils arrivent tous en même temps sur le pas de tir).

Chaque tour effectué par les enfants rapporte 3 pts, et chaque lancer rapporte entre 1 et 3 pts selon la zone atteinte.

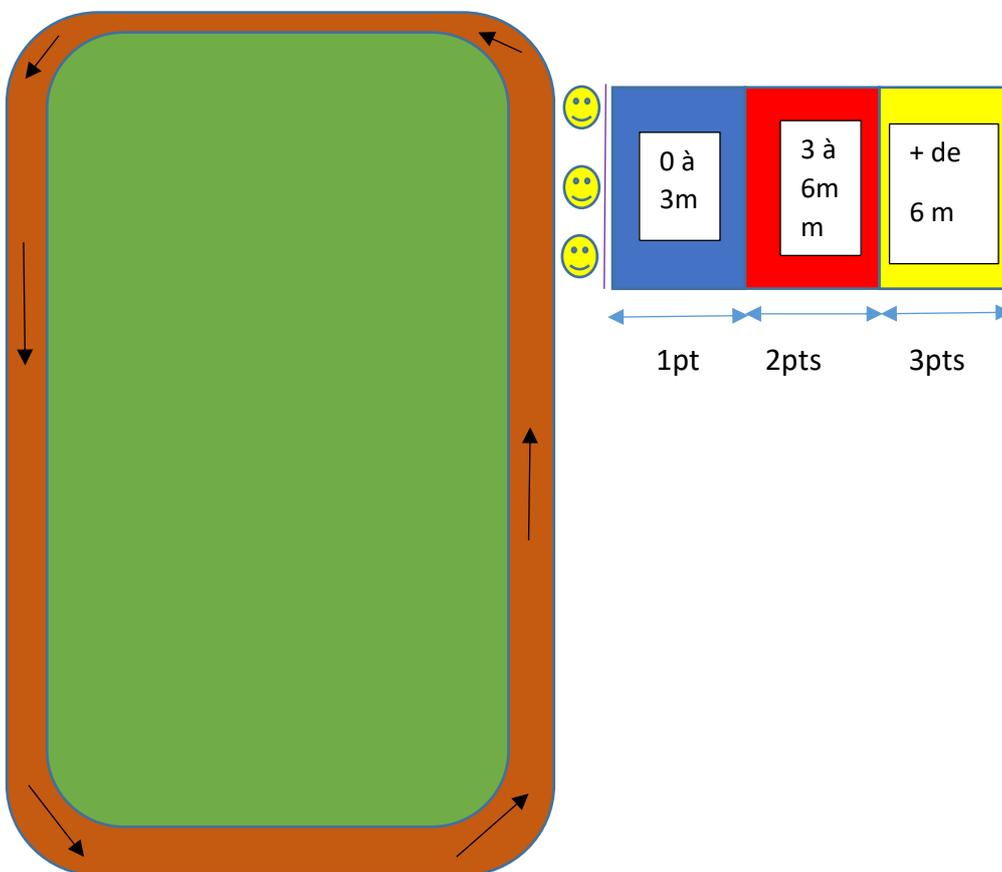
Les enfants lancent des médecines ball 1kg de face ballon à la poitrine sur des zones de points. Les enfants se placent derrière la ligne et visent les différentes zones.

Au bout des 15', les enfants s'arrêtent. Les points de toute l'équipe sont additionnés.

Le total est divisé par le nombre d'enfants de l'équipe. Nous obtenons donc une moyenne par enfant

Le classement des équipes s'effectuent de la meilleure moyenne à la moins bonne pour une même catégorie.

Chaque club doit amener 5 médecines ball de 1kg (marqué au nom du club)



## Jeux de l'oie Géant :

3 jeux différents seront disposés au sol.

Les équipes seront réparties sur ces 3 jeux.

Chaque équipe a un pion (anneaux ou plot de couleurs différentes).

Chaque équipe lance le dès et avance son pion sur les cases correspondantes.

L'équipe effectue ensuite la mission de la case avant de retourner lancer le dès.

Composition des cases :

- Case orientation : chaque équipe se verra remettre une carte au début du jeu avec noté dessus 15 balises. Les équipes devront poinçonner leur carte correspondant à la balise demandée sur la case.
- Case défi course : Effectuer un relais sprint ou sprint/haie (avec un contrat temps)
- Case défi force : des défis liés à la force (rester en suspension bras tendu à une barre)
- Case défi Lancer : Lancer de balle tennis sur cible avec trou, chamboule tout...
- Case défi fun : relais fun, slackline...
- Case défi neurone : quizz, jeux de mémoire, Tangramme...

Les différents jeux sont intuitifs. Un entraînement d'école d'athlétisme classique permettra de les réaliser sans problème.

L'idéal est de laisser la surprise aux enfants sur les défis rencontrés.

Les enfants jouent pendant 2 heures. S'ils finissent le jeu, ils recommencent le jeu du début autant de fois que possibles sur l'espace de ces 2 heures. S'ils tombent sur une « case balise » déjà trouvé, ils avancent d'une case.

Il n'y a pas de classement à l'issue du jeu. Tous les enfants sont ensuite invités à partager le goûter.

Fin de la rencontre à 16h30.