



FÉDÉRATION FRANÇAISE  
ATHLÉTISME

[www.athle.fr](http://www.athle.fr)



# ANIM'ATHLÉ

## LIVRET D'ORGANISATION

# UN ATHLÉTISME AU SERVICE DE L'ÉDUCATION DES ÉLÈVES

La Fédération Française d'Athlétisme a engagé, avec l'Union Sportive de l'Enseignement du Premier degré, une réflexion sur les pratiques athlétiques des enfants de moins de dix ans. Cette collaboration a permis d'élaborer un concept ludique et collectif de rencontre intitulé « Anim'Athlé ». Animer c'est donner de la vie, pousser à agir. L'athlétisme est un sport basé sur la motricité usuelle, celle que nous utilisons tous les jours dans notre quotidien : marcher, courir, sauter et lancer. C'est donc tout naturellement que l'athlétisme trouve sa place en tant que support éducatif des enfants de nos écoles primaires. C'est avec beaucoup de plaisir et d'enthousiasme que nous vous proposons cet outil pédagogique. Il doit permettre aux animateurs USEP, aux intervenants sportifs de nos clubs, aux agents territoriaux de pouvoir proposer aux enfants des activités athlétiques porteuses de valeurs éducatives notamment dans la connaissance de soi et la relation aux autres.

**Ghani Yalouz, Directeur technique national de la FFA.**

Les liens entre l'athlétisme, l'EPS et le sport scolaire sont historiquement forts. Longtemps qualifiées de sport de base, les activités athlétiques sont bien implantées dans les pratiques enseignantes. Demandant peu de matériel, inscrites dans la culture populaire, il est peu de programmations annuelles qui ne proposent aux élèves de courir, lancer ou sauter dans un milieu stable. Il n'en demeure pas moins que les pratiques scolaires de l'athlétisme sont à réinterroger et repenser pour évoluer vers les exigences d'une école de la République toujours plus ambitieuse. La co-construction d'Anim'Athlé par l'USEP et la FFA entre dans ce cadre et, nous l'espérons, contribuera à l'actualisation des pratiques scolaires de l'athlétisme.

**Benoît Lasnier, Directeur national de l'USEP.**

# ANIM'ATHLÉ

## POUR UN ATHLÉTISME ACCESSIBLE, MOTIVANT ET FORMATEUR

### ANIM'ATHLÉ : POUR QUOI FAIRE ?

Anim'Athlé s'inscrit dans un projet de rénovation des pratiques athlétiques des plus jeunes.

#### CONSTRUIRE UN RÉPERTOIRE MOTEUR ATHLÉTIQUE

Les situations-jeux d'Anim'Athlé permettent à l'enfant de construire un répertoire moteur athlétique de base en sollicitant la motricité globale :

- ◆ en agissant sur les synchronisations motrices et musculaires peu développées par la motricité usuelle afin que le corps apprenne à structurer des coordinations athlétiques spécifiques ;
- ◆ en améliorant les régulations posturo-toniques inhabituelles afin que le corps apprenne à jouer avec les déséquilibres athlétiques ;
- ◆ en construisant un ensemble de gammes rythmiques afin que le corps apprenne à anticiper les actions.



#### DÉVELOPPER LES CAPACITÉS PHYSIQUES

La préparation Anim'Athlé, effectuée notamment lors des séances d'EPS ou d'activités périscolaires, permettra, en plus de la construction de ce répertoire moteur athlétique, le développement des capacités physiques. Cette éducation vise un renforcement du corps en développant le gainage, la tonicité, la force, la souplesse et les capacités physiologiques et fonctionnelles. Il conviendra, lors de la préparation, d'accorder à la répétition toute la place qu'elle mérite. C'est cette répétition, non pas à l'identique mais mise en œuvre dans des situations variées, qui permettra le développement concomitant des habiletés motrices et des capacités physiques.

#### CONFRONTER L'ENFANT À DES SENSATIONS ET DES ÉMOTIONS ATHLÉTIQUES

Les situations mises en place lors d'Anim'Athlé donneront lieu à la confrontation de l'enfant à des sensations et à des émotions athlétiques. Elles viseront également à :

- ◆ permettre à l'enfant de s'autoévaluer ;
- ◆ lui offrir la possibilité d'exprimer ses émotions ;
- ◆ favoriser la confrontation de ses réflexions avec celles des autres ;
- ◆ lui donner accès à d'autres informations (tactiles et kinesthésiques) que les informations visuelles.

#### ÉDUIQUER L'ENFANT À LA SANTÉ

L'objet d'Anim'Athlé est de faire vivre aux enfants des situations diverses, de les inciter à s'exprimer à propos des émotions et des sensations qu'ils ressentent, de leur permettre ainsi de réfléchir et d'échanger avec les autres sur leurs pratiques et leurs ressentis afin d'accéder à une meilleure connaissance de soi.

Les réglottes USEP du plaisir, de l'effort et du progrès ainsi que le DVD USEP « Remue-méninges » proposent des situations concrètes. Les adultes encadrant permettront aux enfants, à partir de l'utilisation de ces outils, de réguler leur activité dans le souci de développer leur goût de l'activité sportive.

## ANIM'ATHLÉ : UN PARTI PRIS PÉDAGOGIQUE

### DES SITUATIONS ENTONNOIRS

Anim'Athlé propose des situations contraignantes au niveau du dispositif matériel et/ou des consignes afin d'induire des réponses motrices orientées.

### DES SITUATIONS RICHES, VARIÉES ET ORIGINALES

Les défis contre soi-même et contre les autres que propose Anim'Athlé permettent à l'enfant de vivre une motricité différente de son activité physique usuelle. Ainsi, la classification retenue ne reprend pas le triptyque : courir, sauter, lancer mais envisage ces mêmes verbes d'action au travers d'une intentionnalité de plus en plus athlétique : projeter, se projeter, se déplacer.

PROJETER	GS / CP	CE1 / CE2	CM1 / CM2
	Passer de jeter à lancer puis projeter		
Prendre en compte les trajectoires des projectiles	Passer de lancer des objets à lancer des projectiles, autrement dit, s'intéresser aux caractéristiques balistiques de ce qu'on lance		
Varié les lancers	D'une seule manière (à bras cassé) à plusieurs (à une main, à deux mains, à bras allongé, en poussée, en fronde)		
Former un couple lanceur / projectile	Passer de deux actions (s'élaner puis lancer) à une seule		
Apprendre la sécurité	Lancer de plus en plus précis et suivre du regard les projectiles		

SE PROJETER	GS / CP	CE1 / CE2	CM1 / CM2
	Passer de franchir ou se jeter à sauter puis se projeter		
Orienter son corps	Passer de sauts verticaux à des sauts orientés vers l'avant ou vers le haut		
Piloter son corps	Passer d'une impulsion par flexion / extension des jambes à une projection du corps		
S'élaner	Passer de deux actions (s'élaner puis sauter) à une seule		
Apprendre la sécurité	Passer d'atterrir à se réceptionner		

SE DEPLACER	GS / CP	CE1 / CE2	CM1 / CM2
	Passer de poursuivre / échapper à courir puis se déplacer		
Orienter sa trajectoire de course	Passer de poursuivre / échapper à démarrer, courir et arriver		
Varié les courses	Passer d'une seule manière de courir (vite) à plusieurs (avec des haies, en équipes, longtemps)		
Apprendre la sécurité	Respecter les sens et les directions de circulation		

### DES SITUATIONS À ÉVALUATION DIRECTE ET IMMÉDIATE

Toutes les situations précisent le but à atteindre (« *Ce que je dois faire ?* ») et définissent des critères de réalisation et de validation qui renseignent respectivement l'enfant sur les processus mis en jeu pour réussir (« *Est-ce que j'ai fait comme on me le demandait ?* ») et sur le rapport à la règle (« *Est-ce que ma performance me rapporte des points ?* »). Ces indicateurs permettent à l'enfant d'accéder par lui-même et de façon immédiate à la connaissance du résultat de son action.

### DES SITUATIONS OÙ L'ON MESURE UNE PERFORMANCE

Pour chacune de ses actions, l'enfant est invité :

- ◆ à identifier le score qu'il a obtenu (rubrique « Performance ») ;
- ◆ à quantifier et à lire son propre score (rubrique « Mesure de la performance ») ;
- ◆ à comprendre comment son score est intégré au résultat collectif (rubrique « Résultat »).

### DES SITUATIONS À ADAPTER

Toutes les fiches comportent une case vide pour prévoir, si besoin, des adaptations afin que chaque enfant présent, quelle que soit sa singularité, puisse trouver un enjeu dans l'activité.

## L'ORGANISATION D'UNE RENCONTRE ANIM'ATHLÉ

Il conviendra de replacer la rencontre Anim'Athlé dans une unité plus large correspondant au concept défini par l'USEP. Pour celle-ci, la « Rencontre » s'entend comme regroupant le « avant » (la préparation), le « pendant » (le moment sur le terrain) et le « après » (l'exploitation de ce qui a été vécu sur le terrain).

### ORGANISATION GÉNÉRALE

La rencontre est organisée sous forme d'ateliers<sup>1</sup>. Les enfants de chaque équipe passent un maximum de fois sur tous les ateliers de la rencontre. L'équilibre entre les thèmes « projeter », « se projeter », « se déplacer », doit être respecté à chaque rencontre. Le nombre d'ateliers doit être supérieur ou égal au nombre d'équipes. Il est recommandé de doubler les ateliers, ce qui permet à deux équipes de se défier et donne tout son sens à la rencontre. À raison d'une dizaine de minutes par atelier, la rencontre doit durer moins de deux heures tout compris.

Il est préférable de constituer des équipes de 6 à 8 enfants. Les équipes sont définies en amont en mêlant au maximum des enfants de différentes classes et de différentes écoles afin de donner tout son sens au terme « rencontre ». Il est conseillé de proposer des rencontres par niveaux d'âges (GS-CP, CE, CM). Sur le terrain, les ateliers seront répartis autour du tableau d'affichage qui servira à noter les performances. Les équipes pourront ainsi le compléter elles-mêmes à chaque changement d'atelier.

*Un exemple d'organisation : pour 3 classes de 28 enfants, composer 12 équipes de 7 enfants. Choisir 6 ateliers différents (2 pour chacun des thèmes projeter, se projeter, se déplacer). Doubler ces ateliers, en les installant côte à côte, pour permettre à deux équipes de se défier.*

Il est intéressant d'établir un partenariat avec le club d'athlétisme local, le comité départemental ou la ligue d'athlétisme et de solliciter, si besoin, une aide matérielle et/ou une aide à l'encadrement. Penser à respecter les règles inhérentes à l'organisation d'une telle rencontre (autorisations, réservations ...).

### Mise en place des ateliers<sup>2</sup>

Prévoir :

- ◆ une fiche récapitulative du matériel nécessaire,
- ◆ un plan du dispositif,
- ◆ des fiches descriptives pour chaque atelier,
- ◆ un grand panneau central pour afficher, au fur et à mesure des épreuves, les performances établies.

### Encadrement

Désigner un responsable adulte par atelier. Lui communiquer, grâce à la fiche descriptive mais aussi de vive voix (au cours d'une réunion préalable, si possible), les consignes, les critères de réalisation, de validation et la mesure de la performance propres à l'atelier dont il a la responsabilité.



1. On entend par atelier le dispositif tel qu'il est décrit dans chacune des fiches.

2. Les surfaces synthétiques, stabilisées ou herbeuses sont préférables aux surfaces goudronnées ou bétonnées pour la sécurité et le confort des participants.

## AU DÉBUT DE LA RENCONTRE

### UN TEMPS D'APPROPRIATION DU NOM DE L'ÉQUIPE

En tout début de rencontre, un moment de socialisation est prévu. À partir du nom prévu à l'avance pour l'équipe, les enfants doivent trouver et préparer un « haka » représentant symboliquement ce nom (courte suite de gestes qui sera réalisée au moment de la présentation des équipes).

### UN TEMPS DE DISTRIBUTION DES RÔLES

Le deuxième temps de cette petite préparation consiste en l'attribution des rôles par tirage au sort (petits cartons) ou attribution négociée (celle-ci prend plus de temps). L'important est que chaque enfant ait une responsabilité même minime pour l'ensemble de la rencontre (guider l'équipe, marquer les points, ranger le matériel, approvisionner en eau, assurer la propreté du terrain à la fin de la rencontre...). Cela permet d'entrer dans l'activité avec une responsabilité.

Distribuer aux équipes :

- ◆ le seau de bouchons (GS-CP), le collier d'étiquettes (CE) ou la feuille de performance (CM) sur lesquels sont indiqués le nom de l'équipe, le nom des enfants et un emplacement prévu pour noter les différentes performances obtenues sur chaque atelier,
- ◆ le plan du dispositif (faire repérer l'implantation des ateliers)<sup>3</sup>,
- ◆ le tableau de marche (l'ordre des ateliers par lequel l'équipe passe).

### UN TEMPS DE MOBILISATION DU CORPS

Ce troisième temps est celui de la mobilisation du corps par le jeu (activités de respiration et de mobilisation). Pas de musique (celle-ci peut, en revanche, être présente lors des deux premiers temps) car c'est un moment de concentration et de recentrage sur soi.

### ADAPTER LES ATELIERS D'ANIM'ATHLÉ AUX ENFANTS EN SITUATION DE HANDICAP

Il y a nécessité d'identifier préalablement à la rencontre, les adaptations qui seront nécessaires pour permettre la participation de **tous** les enfants. La fiche d'engagement doit questionner les besoins particuliers des enfants, notamment ceux en situation de handicap. Ces besoins sont recensés par les adultes qui réalisent les inscriptions. Chaque adaptation proposée sera singulière et construite avec les personnes concernées dans un travail d'équipe : *a minima*, l'enseignant de l'enfant, l'enfant, ses parents. D'autres personnes connaissant bien l'enfant peuvent s'adjoindre à cette réflexion.

Les adaptations apportées doivent être anticipées, réfléchies et construites aussi bien au regard des niveaux des situations motrices et sportives (en gardant alors l'enjeu de l'activité) qu'au niveau des rôles sociaux proposés aux enfants. Chacun doit pouvoir participer en fonction de ses possibilités.

Il n'y a pas de réponse unique : l'aménagement trouvé devra éviter toute stigmatisation et permettre à l'enfant de participer avec son équipe en apportant des points comme les autres lors de défis collectifs.

[www.u-s-e-p.org/usap\\_outils/Handicap/html/1\\_6.html](http://www.u-s-e-p.org/usap_outils/Handicap/html/1_6.html)

3. Pour les plus jeunes, la reconnaissance des ateliers et le repérage des lieux peuvent se faire avec les adultes en marchant.

# DIMASPORT

1 bis, rue Louis Armand - B.P. 91  
77834 OZOIR-LA-FERRIÈRE CEDEX - FRANCE  
Tél. : +33 (0)1 64 40 05 70 - Fax : +33 (0)1 64 40 00 37  
E-mail : [info@dimasport.fr](mailto:info@dimasport.fr) - Web : [www.dimasport.fr](http://www.dimasport.fr)

## PENDANT LA RENCONTRE

### GESTION DE L'ATELIER

Chaque atelier dure une dizaine de minutes (y compris le temps nécessaire pour le calcul des points). Cette durée peut être adaptée en fonction du nombre d'enfants par équipe et/ou de leur âge et/ou du moment de déroulement de la rencontre (laisser un peu plus de temps sur les premières rotations et un peu moins sur les dernières en raison de la fatigue).

À chaque atelier, veiller à ce que les enfants respectent les sens de circulation (grâce au tableau de marche), les espaces de sécurité (espace de lancer, espace de chute des projectiles, etc.) ainsi que les rituels d'organisation (attendre son tour).

### NOMBRE D'ESSAIS

À chaque atelier, il s'agit de faire la meilleure performance possible. Pour cela, chacun dispose d'un maximum d'essais dans le temps imparti (cf. les consignes sur les fiches d'atelier).

### CHANGEMENT D'ATELIER

Respecter impérativement le signal sonore du responsable. Chaque équipe passe par le panneau d'affichage central afin d'enregistrer sa performance et se rend à l'atelier suivant : soit toutes les équipes évoluent dans le même sens de rotation, soit la moitié des équipes tourne dans un sens et l'autre moitié dans l'autre sens. Cela permet à chaque équipe de rencontrer des équipes différentes à chaque rotation (prévoir un nombre pair d'équipes).

La course de durée peut, soit s'effectuer comme épreuve finale permettant la confrontation simultanée de toutes les équipes, soit être intégrée comme un atelier parmi d'autres.

### LA QUANTIFICATION DE SA PRATIQUE

La performance : aucun enfant ne peut avoir zéro. Tous les barèmes débutent à 1. Par ailleurs, même si l'enfant ne valide pas son essai au premier coup, il dispose d'un maximum de tentatives dans le temps imparti pour réaliser sa performance. L'enfant doit être rendu responsable de l'appréciation de sa performance : validation de la réalisation, comptage des points, conversion d'étiquettes unités en étiquettes dizaine, etc. (cf. les fiches d'ateliers). Le système de mesure de la performance est adapté à l'âge des enfants :

	Quantification de la performance <sup>4</sup>	Description de l'outil de collecte	Nom de l'outil
GS / CP	Bouchons	Petit seau en plastique pour transporter les bouchons	Le chrono-bouchons
CE1 / CE2	Étiquettes	Bracelet en fil rigide pour collectionner les étiquettes de couleurs (une couleur unité, le jaune par exemple et une couleur dizaine, le rouge par exemple)	Le chrono-étiquettes
CM1 / CM2	Points	Fiche sur laquelle les enfants notent leurs performances en indiquant le nombre de points obtenus.	Le chrono-fiche

### DES ATELIERS DE « RESENTI »

Choisir, au préalable<sup>5</sup>, quelques ateliers sur lesquels porteront l'expression du ressenti des enfants. Les contenus de ces ateliers seront différents suivant les niveaux :

- ◆ GS-CP : expression des émotions primaires avec les vignettes Pio et Pia de l'USEP.
- ◆ CE1-CE2 : expression du plaisir ressenti à l'aide de la réglette des émotions de l'USEP.
- ◆ CM1-CM2 : expression de l'effort ressenti à l'aide de la réglette du ressenti d'effort de l'USEP.

Chaque atelier dispose d'un tableau (représentant Pio et Pia et/ou les réglettes USEP<sup>6</sup>) sur lequel les enfants collent une gommette à l'issue du temps d'activité. Celle-ci exprime une émotion qui va permettre à l'adulte d'identifier les blocages éventuels et d'apporter les réorientations ou le dialogue nécessaire. Les résultats collectifs obtenus peuvent donner lieu à des débats entre enfants à la suite de la rencontre à l'occasion d'un retour sur les activités vécues.

#### UNE ATTENTION PERMANENTE ET DE TOUS

- Attention au soleil : veillez à ce que tous les élèves conservent pendant toute la rencontre une casquette, des vêtements couvrants, de la crème solaire, des lunettes de soleil, etc.
- Leur tenue doit être adaptée à l'activité physique.
- Il faut toujours penser à s'hydrater régulièrement : avoir soif, c'est déjà trop tard ! L'eau est la seule boisson indispensable à consommer à volonté.

[www.mangerbouger.fr](http://www.mangerbouger.fr)

## APRÈS LA RENCONTRE

### LES RÉSULTATS ET CLASSEMENTS<sup>7</sup>

Le classement se fait de la manière suivante :

- ◆ pour les GS- CP : compter le nombre total de bouchons ;
- ◆ pour les CE : compter le nombre total d'étiquettes en tenant compte de leur valeur (unité et dizaine) ;
- ◆ pour les CM : additionner le nombre total de points.

Organiser un temps convivial pour la remise des diplômes de participation ou des médailles avec éventuellement une collation. Annoncer officiellement les résultats en expliquant, qu'au-delà des performances, il y a un intérêt lié à la pratique de l'athlétisme: le plaisir ressenti et l'effort consenti. Il est possible d'instaurer un débat sur le plaisir et les efforts suite à ce temps de rencontre sportive, en particulier en s'attendant à ce que des enfants manifestent le droit de ne pas avoir ressenti de plaisir.

Puis, ranger le matériel avec les enfants et nettoyer le site. Le goûter n'est absolument pas impératif mais peut apporter un temps convivial. Il doit être mis en place seulement si l'organisation de la journée le permet. Il ne doit pas être placé trop tôt. Son contenu doit être en cohérence avec les principes nutritionnels (fruit, eau ...). Il doit prendre en compte les recommandations du Plan National Nutrition Santé et privilégier l'eau qui est la seule boisson indispensable à consommer à volonté, et les fruits. Une information est faite aux parents sur le goûter proposé.

Un temps de communication auprès des parents et de la presse peut être l'occasion, en fin de rencontre, d'explicitier les choix pédagogiques qui ont conduit à son organisation.

### PROPOSITIONS INDICATIVES DE MATÉRIEL

		GS/CP	CE	CM
Prise de performance		Bouchons et petits seaux	Tickets et colliers	Crayons et fiches
Mesure de distance	Mètre ruban	+	+	+
Mesure de durée	Récipients	+	+	+
	Sablier (4 ou 5')	6		
	Chronomètres à gros chiffres		4	2
Transmission	Anneaux de transmission	6	6	
	Témoins			4
Projectiles	Vortex	12		12
	Sacs de graines (maximum de 150 g)	30		
	Anneaux lestés	12	12	
	Medecine-ball de 1kg		8	8
	Fusées en mousse	12	12	
	Marteaux d'initiation de 1,5 kg			6
Obstacles	Mini-tapis 1 x 0,50 m	8	8	10
	Dalles de 0,30 x 0,30 m	25	25	
	Lattes, coupelles, etc.	20	20	30
	Mini-haies basculantes	2	6	8
	Hales masquantes	2		
Supports de saut	Banc stable	2	1	
	Mini-trampoline	1		
	Perche en bois ou en fibre			
Supports de réception	Grand tapis de réception épais (2 x 3 x 0,30 m)		1	1
	Tapis (2 x 1 x 0,04 m)	+	+	+
Repères	Mini-tapis (1 x 0,50 m)	+	+	+
	Lattes, plots, jalons	+	+	+
	Poteaux – Élastique	2 - 1	2 - 1	2 - 1
	Manchons en mousse		+	+

4. Il s'agit de permettre à l'enfant de passer d'une quantification significative et concrète à une mesure de plus en plus conventionnelle et abstraite.

5. Ces ateliers nécessitent, en amont, un travail sur les émotions et sur l'expression de celles-ci.

6. Ce matériel et la démarche de mise en œuvre sont présentés dans les productions « Attitude Santé » de l'USEP.

7. Lorsque le nombre de participants des équipes n'est pas identique, ne retenir que le nombre de performances correspondant à l'effectif de l'équipe la moins nombreuse.