

Comment fonctionne cette compétition virtuelle ?

Le comité envoie aux clubs participants la liste des épreuves constituant la compétition.

Les clubs doivent alors remplir l'onglet les concernant avec les résultats individuels des enfants.

Une fois tous les résultats reçus, le comité édite alors le classement par équipe qu'il met en ligne sur le site du comité (les résultats individuels seront par ailleurs envoyés au club, pour information).

Qui peut participer ?

Cette compétition est réservée aux clubs Val d'oisiens.

Il faut simplement s'inscrire auprès de Pierre DANIS (cdavo@bbox.fr) à chaque session afin de faciliter le suivi de la compétition (informations, relances...)

Quand aura-t-elle lieu ?

Elle se déroule du 1er février au 31 mars

Durant cette période, chaque club s'organise comme il le souhaite pour que les enfants aient pu effectuer l'ensemble des ateliers proposés (une journée spéciale, un atelier par entraînement...).

Comment sont sélectionnés les ateliers ?

Les ateliers ont été choisis par la commission jeune du Val d'Oise.

Le but est de trouver des épreuves adaptées, simples à juger, ne nécessitant pas de matériel trop spécifique, et pouvant s'organiser à la fois en gymnase et sur stade.

Quels sont les ateliers pour cette première compétition ?

Les ateliers sont décrits dans les onglets du fichier excel :

** Lancer de vortex dans une bande de 2m de large*

** Sprint/haie sur 40m*

** Corde à sauter pendant 30s*

** Aller/retour sur 25m pendant 4mn30*

** Pentabond*

Le montage est décrit très précisément pour que les épreuves soient les mêmes dans tous les clubs (distances entre les plots, hauteur minimale des haies...)

Comment sont notés les résultats ?

Il a été choisi d'enregistrer les résultats de manière individuelle, afin de laisser les clubs s'organiser comme ils le souhaitent (un enfant absent le jour de l'épreuve peut ainsi la faire un peu plus tard).

Les athlètes effectue l'atelier (avec un, deux ou trois essais selon l'épreuve), la meilleure performance est notée, et transformée en points selon une table de cotation fournie.

ATTENTION, pour garantir une équité et se mettre vraiment en mode "compétition", les enfants ne peuvent tenter qu'une seule fois chaque atelier (il ne faut pas qu'il tente d'améliorer sa performance lors d'une autre semaine, seule la première mesure est prise en compte).

Les tables de cotations, de 0 à 10 points, communes aux EA et aux PO, ont été testées pendant les entraînements de clubs.

Comment sont calculés les résultats ?

Pour chaque club, et pour chaque catégorie, on va faire la moyenne des meilleurs résultats, puis on va additionner les 4 moyennes des EAF EAM POF et POM, pour enfin éditer un classement.

Cette méthode permettra d'obtenir des classements par équipes ou individuels, par club, par catégorie ...

Afin d'obtenir une participation la plus large possible des enfants (et pas simplement des meilleurs !), seuls les meilleurs résultats des 40% d'inscrits du club seront utilisés pour le calcul du classement par équipe.

Ainsi, pour un club avec 10 EAF, on prendra le meilleur résultat de 4 athlètes pour chaque épreuve.

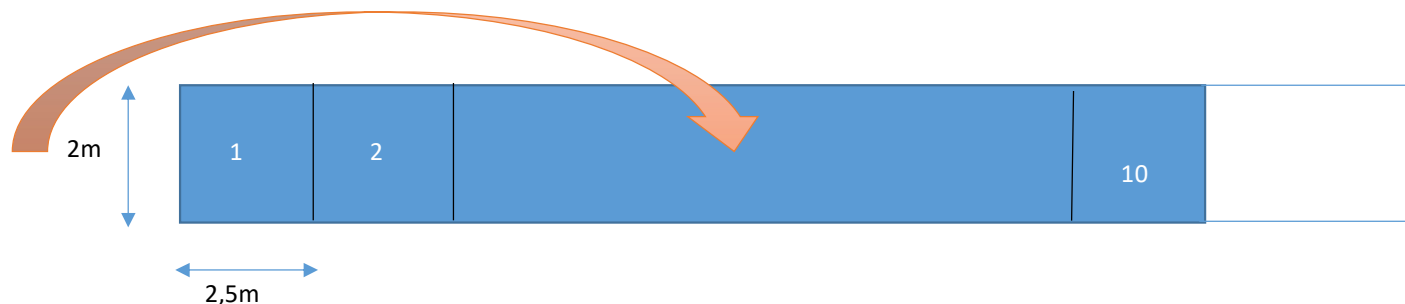
Pour 20 POM, on prendra donc les 8 meilleurs performances.

Qui contacter en cas de question ou de problème ?

Pierre DANIS ... mais il n'y aura pas de problèmes !

Résumé Lancer de vortex dans une zone réduite

Montage Bande de 2m de large avec des zones au sol, zones toutes les 2,5m



Matériel Vortex, lattes ou rubalise, mètre

Mesure Nombre de point de la zone atteinte (premier impact)
Si en dehors de la zone, on divise par deux le score (distance 7pts mais à coté, $7/2 = 3,5$ points)
Si le vortex touche la ligne, il est considéré comme valide et correspond à la mesure la plus grande

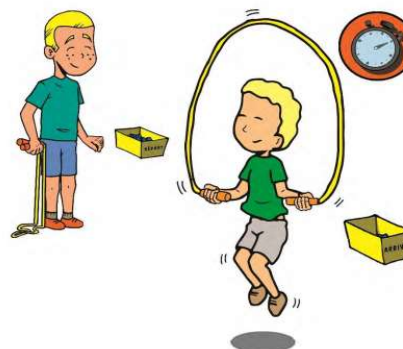
Essai 3 lancers (on garde le meilleur)

Table de cotation

Points	Performance
0	à priori pas possible (lance en arrière !)
1	entre 0 et 2,5m
2	entre 2,5m et 5m
3	entre 5m et 7,5m
4	entre 7,5m et 10m
5	entre 10m et 12,5m
6	entre 12,5m et 15m
7	entre 15m et 17,5m
8	entre 17,5m et 20m
9	entre 20m et 22,5m
10	supérieur à 22,5m (mais toujours dans bande de 2m)

Résumé Faire le plus de tour possible en 30s

Montage -



Matériel Cordes à sauter, chronomètre

Mesure Compter le nombre de tours effectués
Si l'enfant s'arrête puis reprend, on ne revient pas à 0, c'est bien le nombre total de tours qu'il faut noter

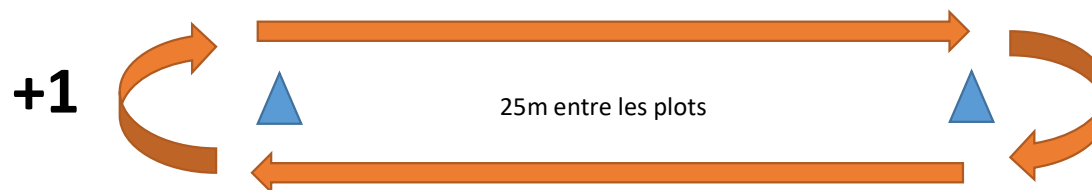
Essai 1 seul passage

Tables de cotation

Points	Performance
0	moins de 5 tours
1	entre 5 et 14 tours
2	entre 15 et 25 tours
3	entre 26 et 29 tours
4	entre 30 et 35 tours
5	entre 36 et 39 tours
6	entre 40 et 49 tours
7	entre 50 et 59 tours
8	entre 60 et 69 tours
9	entre 70 et 79 tours
10	80 tours ou plus

Résumé Courir longtemps (pendant 4mn 30s) en faisant des aller-retour

Montage 2 plots espacés de 25m



Matériel 2 plots, 1 chronomètres

Mesure Nombre de tours complets effectués durant la période
Attention, il faut vraiment contourner les plots (pas simplement les toucher)
Si au top l'enfant est à 2m de l'arrivée, le tour n'est pas comptabilisé (*c'est dur, mais pourquoi ne pas le faire à 3m, puis à 4m...*)

Organisation On peut faire compter les enfants (pendant que l'un passe, l'autre compte, puis on inverse) mais fort risque d'erreur (testé !)
Eventuellement, l'utilisation de bouchons réduit fortement les problèmes (un passage = je dépose un bouchon, on compte à la fin)
On annonce la moitié du temps (2mn15) puis 30s, et enfin les 5 dernières secondes !

Essai 1 seul passage

Table de cotation

Points	Performance
0	moins de 7 tours
1	7 ou 8 tours
2	9 ou 10 tours
3	11 tours
4	12 tours
5	13 tours
6	14 tours
7	15 tours
8	16 tours
9	17 tours
10	18 tours ou plus

Résumé Course de vitesse avec obstacle

Montage Sur 40m, haies de 30cm minimum à 8m, 17m, 26m et 35m



Matériel 4 haies

Mesure Au chronomètre

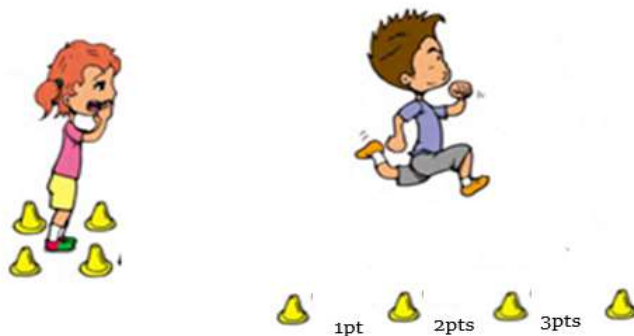
Essai 2 passages (on garde le meilleur temps)

Table de cotation

Points	Performance
0	supérieur à 12s
1	entre 10,6 et 12s
2	entre 9,6 et 10,5s
3	entre 9,1 et 9,5s
4	entre 8,6 et 9s
5	entre 8,1 et 8,5s
6	entre 7,6 et 8s
7	entre 7,1 et 7,5s
8	entre 6,6 et 7s
9	entre 6,1 et 6,5s
10	inférieur ou égal à 6s

Résumé Effectuer 5 bondissements à la suite

Montage Latte au sol, plots ou lattes tous les 1m ou 0,5m sur la fin



Matériel plots ou lattes ou mètre

Mesure Pied de la dernière foulée
Départ pied joints obligatoirement, arrivée si possible pieds joints (sauf si cela glisse trop, par exemple sur piste mouillée !)

Essai 3 passages (on garde la meilleur performance)

Table de cotation

Points	Performance
0	
1	entre 3m et 4,9m
2	entre 5m et 5,9m
3	entre 6m et 6,9m
4	entre 7m et 7,4m
5	entre 7,5m et 7,9m
6	entre 8m et 8,4m
7	entre 8,5m et 8,9m
8	entre 9m et 9,4m
9	entre 9,5m et 10m
10	supérieur ou égal à 10m