

# JOURNÉE SPORTIVE D'ATHLÉTISME DANS LES ÉCOLES

## DOCUMENTATION DE BASE



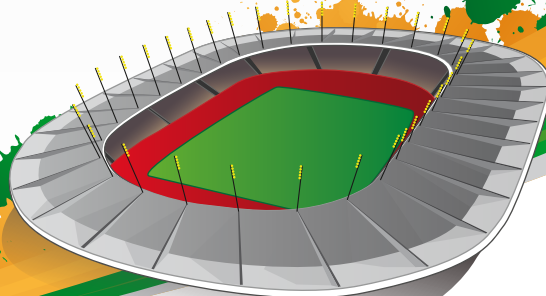
En coopération avec:



**Stadt Zürich**  
Sportamt



**bewegungskultur**



**UBS KIDS CUP**



# Sommaire

<b>Sommaire</b>	<b>2</b>
<b>1 Concept</b>	<b>3</b>
1.1 Courir, sauter, lancer	3
1.2 Exigences de la journée sportive d'athlétisme	3
1.3 Modules pour la journée sportive d'athlétisme	4
1.4 Variantes de réalisation	4
1.5 Documentations détaillées	5
1.6 Exigences et avantages des variantes de réalisation	6
1.7 Adéquation des variantes de réalisation en fonction des cycles	6
<b>2 UBS Kids Cup</b>	<b>7</b>
2.1 Le projet de relève UBS Kids Cup	7
2.2 Conditions pour la réalisation d'un UBS Kids Cup	7
2.3 Avantages de la réalisation d'un UBS Kids Cup	7
2.4 Le système de qualification	8
2.5 La finale suisse dans le stade de Weltklasse Zürich	8
2.6 Le site web	8
2.7 Gadgets et cadeaux	9

# 1 Concept

## 1.1 Courir, sauter, lancer

La journée sportive marque un événement spécial dans le calendrier scolaire. Tous les élèves doivent être conscients de leurs capacités sportives tout en vivant des heures actives et riches en vie sociale. Pour de nombreux d'entre eux, il est également intéressant et motivant de comparer leurs résultats à ceux de l'année précédente et de se mesurer à leurs camarades dans le cadre d'une compétition.

Les disciplines sportives de base courir, sauter et lancer en sont les composantes idéales. Ces trois mouvements sont à l'origine de la mobilité humaine et sont intuitivement exercés par de nombreux jeunes enfants dans le cadre de compétitions ludiques. Presque tous les enfants se mesurent ainsi à l'occasion de courses spontanées, sautent au-dessus de flaques d'eau ou de fossés ou tentent de lancer des boules de neige le plus possible.

Sauter, courir et lancer sont non seulement les mouvements de base de l'athlétisme, mais aussi de nombreuses autres disciplines sportives, comme par exemple le football, le handball, le basketball, l'unihockey, le tennis etc.

C'est pourquoi dans le présent concept, les trois mouvements de base courir, sauter et lancer représentent le noyau de la journée sportive – ceci sous leur forme la plus originelle: un sprint de 60 m, un saut en longueur de la zone ainsi qu'un lancer avec une balle de 200 g.

Il est également possible d'enrichir la journée sportive avec de passionnantes estafettes en équipes ou des activity spaces pour ainsi permettre un événement sur mesure – en fonction des objectifs fixés par l'école – pour tous les participants.

Les estafettes en équipes tout comme les activity spaces sont des possibilités attractives pour pallier à des pauses pouvant survenir entre les différents exercices, et peuvent enrichir la journée sportive avec une bonne dose supplémentaire de divertissement ainsi que d'une expérience de groupe intensive.

## 1.2 Exigences de la journée sportive d'athlétisme

Le présent concept se base sur les conditions suivantes:

- La journée sportive devrait (sans tournoi) être réalisable sur une demi-journée (jusqu'à 250 élèves)
- Les disciplines doivent être faciles à réaliser pour tous les élèves (du premier cycle 7 à 9 ans, en passant par le cycle moyen 10 à 12 ans, jusqu'au second cycle 13 à 15 ans)
- La journée sportive doit avant constituer une expérience positive pour les élèves
- Les résultats sont mesurés et doivent être évaluables tant en classements par groupe qu'en individuel (le classement individuel n'est pas obligatoire)
- En cas de besoin, la journée sportive devrait constituer une base simple pour l'attribution de notes
- Tous les élèves (de 7 à 15 ans) s'exercent dans les mêmes disciplines, afin de faciliter l'organisation et de permettre un suivi des progrès annuels
- Les élèves sportifs devraient avoir la possibilité d'assouvir leurs ambitions – tandis que les élèves plus faibles devraient pouvoir s'intégrer de manière constructive dans un groupe sans devoir s'exposer avec leurs performances sportives
- Par le biais de modules d'activités facultatifs, les pauses possibles entre les exercices devraient être remplies de manière utile et divertissante et favoriser des éléments supplémentaires tels que l'esprit de groupe, les compétences sociales et l'autonomie
- Grâce à des modules individuels au choix, chaque école devrait pouvoir se composer la journée sportive selon ses propres besoins et intérêts
- La journée sportive devrait être réalisable avec le matériel mis à disposition par l'établissement scolaire ou le terrain de sport. Le matériel supplémentaire nécessaire peut être commandé et sera mis à disposition par les organisateurs de l'UBS Kids Cup.

## 1.3 Modules pour la journée sportive d'athlétisme

Le présent concept est organisé en modules. Ceux-ci peuvent être combinés et taillés sur mesure lors de la journée sportive selon les objectifs fixés par l'école, les dimensions du terrain, les cycles scolaires ainsi que les assistants disponibles.

Aperçu des modules		
UBS Kids Cup = Module de base	Modules d'activités	Modules optionnels
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sprint de 60m</li> <li>• Saut en longueur (zone)</li> <li>• Lancer de balle (200g)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estafettes en équipes               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Estafette course-saut</li> <li>• Estafette risque-obstacle</li> <li>• Estafette puzzle-biathlon</li> </ul> </li> <li>• Activity Spaces               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Jonglage</li> <li>• Saut à la corde</li> <li>• Figures acrobatiques en groupe</li> <li>• Footbag</li> <li>• etc.</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jeux               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tournoi ludique</li> <li>• Jeux d'équipe</li> </ul> </li> <li>• Approvisionnement</li> </ul>

## 1.4 Variantes de réalisation

Les modules disponibles vous offrent les possibilités suivantes pour la réalisation de votre journée sportive d'athlétisme. Ils peuvent être complétés par des modules optionnels (ex: tournoi) pour passer d'une demi-journée à une journée complète. Les trois disciplines d'athlétisme de l'UBS Kids Cup constituent toujours la base pour toutes les variantes de réalisation:

Variantes de réalisation	
<b>1 a) UBS Kids Cup</b>	dans la documentation détaillée UBS Kids Cup
<b>1 b) UBS Kids Cup dans le cadre des cours</b>	dans la documentation détaillée UBS Kids Cup ( <b>chapitre 8</b> )
<b>2 UBS Kids Cup avec estafettes en équipes</b>	dans la documentation détaillée UBS Kids Cup avec estafettes en équipe
<b>3 UBS Kids Cup avec activity spaces</b>	dans la documentation détaillée UBS Kids Cup avec activity spaces

Selon les possibilités de l'école donnée, quatre variantes sont ainsi possibles pour réaliser une journée sportive d'athlétisme sous la forme d'un UBS Kids Cup.

En raison des activités supplémentaires et des expériences sportives faites en équipe, les variantes deux et trois sont vivement recommandées. En plus d'une plus forte intensité et de nouveaux inputs sportifs, les temps d'attente raccourcis ainsi que l'absence d'une situation d'inactivité lors de l'exercice des disciplines athlétiques contribuent à l'attractivité des variantes «estafettes en équipe» et avec «activity spaces».

La première variante (UBS Kids Cup) revient à la réalisation d'une journée sportive d'athlétisme traditionnelle se concentrant sur les trois disciplines essentielles que sont le sprint, le saut en longueur et le lancer de balle, sans offrir d'autres activités. Ce genre d'événement nécessite moins d'assistants, mais peut être synonyme de temps d'attente prolongés et d'un peu moins de sport pour les élèves. Les organisateurs peuvent enrichir cette variante avec des idées adaptées et des activités d'encadrement, et ainsi les rapprocher des variantes de réalisation plus actives.

Enfin, la quatrième variante (UBS Kids Cup dans le cadre des cours) rappelle aux écoles et aux différentes classes que la participation à l'UBS Kids Cup est également garantie dans les cas où les trois disciplines de base sont exercées dans le cadre d'un cours de sport normal réparti en plusieurs séances. Par conséquent, il ne s'agit pas d'un événement sportif supplémentaire, mais la variante permet aux enseignants intéressés et aux élèves d'écoles ne réalisant pas de journée sportive la chance de profiter des avantages et du caractère divertissant d'un UBS Kids Cup.

## 1.5 Documentations détaillées

Des documentations détaillées pour toutes les variantes de réalisation évoquées ont été élaborées. Celles-ci sont non seulement complètes et précises, mais contiennent aussi de nombreux conseils d'utilisation pratiques afin de permettre une préparation et une réalisation simplifiées de la journée sportive.

Les documentations détaillées contiennent:

- Des descriptions détaillées de toutes les disciplines, y compris des fiches d'atelier pour les chefs d'atelier sur le terrain
- Des schémas et plans pour les différents ateliers et pour tout le terrain
- Une checklist de préparation pour le responsable de la journée sportive
- Des listes de matériel pour la préparation
- Une description détaillée du déroulement de la journée sportive
- Horaires types pour différents nombres d'élèves (classes ou groupes)
- Besoins en assistants détaillés pour les différents domaines d'organisation avec un fichier spécial à télécharger pour le planning des assistants
- etc.

De plus, le site [www.ubs-kidscup.ch](http://www.ubs-kidscup.ch) permet différents téléchargements utiles lors de la préparation et de l'organisation de la journée sportive:

- Fiches d'atelier pour les différentes disciplines
- Fichier MS Excel pour le planning des assistants
- Suggestions d'horaires pour un très grand nombre d'élèves
- Suggestions de leçons de sports visant à préparer les élèves à la journée sportive
- etc.

## 1.6 Exigences et avantages des variantes de réalisation

Les variantes de réalisation comprennent différents avantages et exigences. Certains contenus (estafettes en équipes & activity spaces) exigent plus de préparation ainsi que des efforts plus importants de la part des assistants, mais offrent aux élèves un programme plus varié et des pauses plus courtes ainsi qu'une expérience de groupe supplémentaire. La décision correspondante dépendra bien évidemment des salles ou terrains de sport disponibles.

Le bon choix de la variante de réalisation dépendra des critères suivants:

Exigences & avantages des variantes de réalisation			
	UBS Kids Cup	UBS Kids Cup avec estafettes en équipes	UBS Kids Cup avec activity spaces
<b>Besoin en assistants</b>	+	+++	++
<b>Efforts de préparation</b>	+	+++	++
<b>Matériel / terrain</b>	+	+++	++
<b>Activité des élèves</b>	+	+++	++
<b>Groupe / esprit d'équipe</b>	+	+++	++
<b>Polyvalence</b>	+	+++	+++

+ relativement faible; ++ relativement moyen; +++ relativement important

## 1.7 Adéquation des variantes de réalisation en fonction des cycles

Le choix des variantes de réalisation dépend aussi des différents cycles scolaires. Pour le premier cycle, les variantes avec les modules d'activités (estafettes en équipes ou activity spaces) sont plutôt difficiles à réaliser, surtout en raison de l'autonomie exigée de la part des élèves et à cause des exercices de coordination contenus dans les modules d'activités.

Adéquation des variantes de réalisation en fonction des cycles			
	UBS Kids Cup	UBS Kids Cup avec estafettes en équipe	UBS Kids Cup avec activity spaces
Premier cycle (7 à 9 ans)	+++	+	+
Cycle moyen (10 à 12 ans)	+++	+++	+++
Second cycle (13 à 15 ans)	+++	+++	+++

+ ne convient pas; +++ convient très bien

## 2 UBS Kids Cup

### 2.1 Le projet de relève UBS Kids Cup

Dès 2011, l'UBS Kids Cup remplace l'ancien Erdgas Athletic Cup. L'UBS Kids Cup est un grand projet de relève de Swiss Athletics et de Weltklasse Zürich bénéficiant du soutien de l'OFSP. Par ce projet, plus de 50'000 enfants de toute la Suisse seront incités à l'activité physique.

Les enfants et jeunes âgés de 7 à 15 ans se mesureront tous dans le même triathlon composé des disciplines du sprint de 60 m, du saut en longueur (zone) et du lancer de balle.

Nous vous conseillons d'organiser votre journée sportive sous la forme d'un UBS Kids Cup, puisque seulement trois conditions sont à respecter et que vous pouvez en profiter à de nombreux niveaux.

### 2.2 Conditions pour la réalisation d'un UBS Kids Cup

Seulement trois conditions doivent être remplies pour que la journée sportive soit réalisée sous la forme d'un UBS Kids Cup:

1. Enregistrer la journée sportive sur le site web [www.ubs-kidscup.ch](http://www.ubs-kidscup.ch)
2. Faire porter les dossards (livrés gratuitement) aux participants
3. Communiquer les résultats (disciplines UBS Kids Cup) au moyen du logiciel d'évaluation mis à disposition gratuitement (MS Excel)

### 2.3 Avantages de la réalisation d'un UBS Kids Cup

Si les conditions précédemment citées sont remplies, vous pouvez profiter des avantages suivants:

- Pour chaque résultat communiqué, vous recevez une «pièce de participation» (CHF 2.- par participant)
- Vous recevez un concept de journée sportive prêt à l'emploi (y compris différentes variantes de réalisation)
- Vous pouvez télécharger un logiciel d'évaluation simple et gratuit sur [www.ubs-kidscup.ch](http://www.ubs-kidscup.ch), qui vous permettra de saisir et d'évaluer les résultats sous la forme de classements. Si vous le souhaitez, un aperçu peut être intégré dans le logiciel afin de vous permettre l'attribution de notes
- Vous recevez gratuitement des feuilles de résultat afin de permettre un déroulement et une organisation simplifiés
- Vous pouvez (si vous le souhaitez) commander gratuitement un cadeau de participation de haute qualité pour chaque participant
- Vous pouvez commander gratuitement du matériel organisationnel (voir chapitre 6.2.1) pour la réalisation de la journée sportive
- Les 5 meilleurs jeunes de toutes les journées sportives de chaque canton se qualifient pour la finale cantonale
- Parmi toutes les écoles suisses participant à l'UBS Kids Cup, 80 équipes scolaires sont tirées au sort pour participer à la finale suisse (pour le Cup Estafettes)
- La protection des données est garantie. Les résultats sont rendus anonymes lors de leur communication

## 2.4 Le système de qualification

Dans toute la Suisse ont lieu de nombreuses éliminatoires (événements organisés par les associations, journées de jeunesse, journées sportives scolaires etc.). Les 10, respectivement 20 meilleurs de chaque catégorie d'âge des événements d'associations et de jeunesse se qualifient pour les finales cantonales. Les 5 meilleur(e)s filles et garçons de chaque catégorie d'âge ayant participé aux différents événements scolaires se qualifient également pour la finale cantonale. Le jour de référence pour une qualification lors d'une compétition scolaire a lieu deux semaines avant la finale cantonale correspondante ou au plus tard deux semaines avant le début des vacances d'été.

Les meilleurs des finales cantonales se qualifient quant à eux pour la grande finale suisse ayant lieu en automne, deux jours après le meeting d'athlétisme international «Weltklasse Zürich». Pour la finale suisse se qualifient non seulement les meilleurs des meilleurs, mais aussi les plus chanceux des élèves, puisque parmi toutes les écoles ayant participé à l'UBS Kids Cup, 80 équipes d'élèves (de 6 participants chacune) sont tirées au sort et auront la possibilité de participer au Cup Estafettes.

## 2.5 La finale suisse dans le stade de Weltklasse Zürich

Les garçons et filles qualifiés ou tirés au sort auront l'occasion de vivre une expérience inoubliable. Les jeunes s'élanceront sur les mêmes pistes que les plus grandes stars de l'athlétisme deux jours auparavant, et l'équipement technique du stade sera celui du meeting international. Ainsi, les équipes de tournage de la télévision transmettront leurs images à l'écran géant, Swiss Timing se chargera du chronométrage et transmettra les temps aux panneaux d'affichage, les stars mondiales s'échaufferont avec les jeunes, leur donneront de précieux conseils et des autographes, se chargeront de la remise des prix etc.

## 2.6 Le site web

Toutes les informations relatives à l'UBS Kids Cup sont disponibles sur le site [www.ubs-kidscup.ch](http://www.ubs-kidscup.ch):

**L'enregistrement des organisateurs** Ici sont enregistrés les journées sportives ainsi que le matériel nécessaire à leur réalisation (ex: dossards, feuilles de résultat, ruban de sécurité, matériel spécial etc.)

**Informations** Vous trouverez ici tout ce qui est relatif aux règlements, au déroulement etc.

**Événements** Ici sont listés tous les lieux d'exécution des UBS Kids Cups publics avec des informations détaillées.

**Classements & listes des meilleurs** Pour tous les événements publics (associatifs etc.), les classements et les listes des meilleurs actualisées peuvent être consultés. Ainsi, chacun peut savoir en un clic s'il/elle est qualifié(é) pour la finale cantonale. Pour des raisons de protection des données, les adresses et noms provenant des journées sportives ne sont pas enregistrés par le système, c'est pourquoi une liste des meilleurs individuelle et anonyme est établie pour les écoles. Celles-ci sont ensuite informées des participants qualifiés lors de leurs journées sportives.

**Téléchargements** Ici, en plus de tous les concepts et guides, le logiciel d'évaluation (Excel) peut être téléchargé.

## 2.7 Gadgets et cadeaux

Pour chaque participant, chaque organisateur reçoit une pièce de participation de CHF 2.- à condition d'avoir enregistré sa journée sportive, d'utiliser les dossards et de communiquer les résultats. De plus, tous les participants reçoivent un cadeau de participation, si celui est commandé (sans obligation). En 2011, ce cadeau de participation est une jolie casquette.



De même, tous les participants qualifiés reçoivent un cadeau à l'occasion des finales cantonales et de la finale suisse. Les trois meilleurs de chaque catégorie reçoivent bien évidemment les médailles convoitées.

