

ASSOCIATION INTERNATIONALE DES FÉDÉRATIONS D'ATHLÉTISME



# Championnats d'athlétisme par équipes

- UNE ÉPREUVE POUR LES 13-15 ANS -



## Sommaire

<b>La proposition IAAF</b>	<b>page 3</b>
<b>1. Le championnat</b>	<b>page 3</b>
<b>2. La formule de compétition</b>	<b>page 4</b>
<b>2.1. Epreuves sur stade</b>	<b>page 4</b>
<b>2.1.1. Principes de participation</b>	<b>page 4</b>
<b>2.1.2. Calcul des résultats</b>	<b>page 5</b>
<b>2.2. Tests Physiques</b>	<b>page 6</b>
<b>2.3. Cross-country</b>	<b>page 7</b>
<b>3. Organisation de la compétition</b>	<b>page 7</b>
<b>3.1. Organisation et mise en place</b>	<b>page 7</b>
<b>3.2. Jury type</b>	<b>page 8</b>
<b>3.3. Installation et matériel</b>	<b>page 8</b>
<b>3.4. Horaire type</b>	<b>page 9</b>
<b>3.5. Piste de 200m</b>	<b>page 9</b>
<b>4. Fiches de résultats</b>	<b>page 10</b>
<b>Organisation journée de tests</b>	<b>page 13</b>
<b>5. Barèmes</b>	<b>page 14</b>
<b>Sauts</b>	<b>page 14</b>
<b>Lancers</b>	<b>page 15</b>
<b>Course</b>	<b>page 16</b>
<b>Vitesse Haies</b>	<b>page 17</b>
<b>Tests</b>	<b>page 17</b>

# **Championnats d'athlétisme pour les jeunes de 13/15 ans pratiquant dans des clubs fédéraux et dans le monde scolaire**

L'IAAF propose une formule de compétitions à réaliser sous forme de championnat pour les jeunes athlètes de 13/15 ans, garçons et filles.

Cette formule de rencontre est :

- le prolongement du Kids' Athletics proposé aux enfants de 7 à 12 ans.
- un outil mis à la disposition du monde scolaire et du monde fédéral pour développer la pratique de l'athlétisme chez les jeunes de 13 à 15 ans.
- une phase de préparation des jeunes athlètes pour leurs futurs championnats régionaux, nationaux voire mondiaux de leur catégorie dans le monde scolaire et le monde fédéral.

La proposition s'organise de la façon suivante :

- la formule de championnat
- la formule de compétition, le classement collectif
- les épreuves techniques et tests physiques
- les exigences matérielles et d'installation

## **1. Le championnat**

Pour maintenir la motivation des jeunes athlètes sur la saison sportive, un championnat par équipes sera proposé.

Les équipes seront des équipes de clubs, d'associations sportives scolaires ou de classes d'EPS se composant de 6 équipiers de la même catégorie d'âge (Équipes garçons ou filles dans une compétition mixte).

Ce championnat se composera de 8 journées de rencontres sur une saison sportive. Chaque journée comptera pour le classement final du championnat.

Le championnat se compose de :

- Deux journées seront organisées non consécutivement (espacées au minimum de 4 semaines) sur une batterie de tests de condition physique générale.
- Deux journées seront consacrées à une épreuve de cross
- Quatre autres journées seront consacrées aux épreuves de course, sauts et lancers.

Sur chaque journée les équipes marqueront des points (en fonction du nombre d'équipes engagées (10 équipes = 10 points à la première, 9 points à la seconde etc.) qui seront totalisés sur la durée du championnat pour pouvoir classer les équipes à la fin de la dernière journée de rencontre.

Une équipe absente marquera 0 point pour la compétition où elle est absente.

## **2. La formule de compétition**

### **2.1. Les épreuves sur stade**

#### **2.1.1. Principes de participation aux épreuves**

En plus du relais, chaque athlète choisira deux ou trois épreuves proposées sur la compétition dans deux ou trois des familles de spécialités suivantes en respectant le principe de ne jamais doubler une course, un saut et un lancer :

- vitesse
- haies
- lancers
- sauts
- endurance (course ou marche)

Chaque équipe s'organisera sur les différentes familles de spécialités en fonction des options de ses équipiers, de telle façon que chaque famille soit représentée par 3 performances maximum.

Les programmes des différentes journées se compléteront pour présenter la totalité des épreuves de la famille de spécialités.

Sur chaque journée les équipes participeront à un relais qui sera pris en compte pour le classement général de l'équipe.

Les épreuves :

<b>FAMILLES</b>	<b>Epreuves FILLES</b>	<b>Epreuves GARCONS</b>
<b>VITESSE</b>	50m-100m	50m-100m
<b>HAIES</b>	50mH (0,76/10m50/7m50/5 haies)  Haies non dangereuses	50mH (0,76/10m50/7m50/5 haies)  100mH (0,84/13m/8m50/10 haies)  Haies non dangereuses
<b>1/2 FOND</b>	1000m	1000m-2000m
<b>MARCHE</b>	2000m	3000m
<b>SAUTS</b>	Longueur Triple saut Hauteur Perche (Elan réduit)	Longueur Triple saut Hauteur Perche (Elan réduit)
<b>LANCERS</b>	Poids (3kg) Javelot (500 ou 600g) Disque (800g) Marteau (3kg) Poids maximum recommandés	Poids (4kg) Javelot (600g) Disque (1kg) Marteau (4kg) Poids maximum recommandés
<b>RELAIS</b>	4X50m	4X50m

\* Les organisateurs doivent proposer au minimum dans le championnat deux des quatre spécialités de la famille des sauts et de celle des lancers. Il est fortement souhaité d'élargir au maximum la gamme des lancers et des sauts.

### 2.1.2. Le calcul des résultats

Les résultats par équipe seront établis de la façon suivante :

- Mise sur barème et prise en considération pour le classement de l'équipe des deux meilleures performances sur chaque famille de spécialités.

Le total des 10 performances (2x5groupes) affecté du coefficient 4, donnera une première partie du résultat de l'équipe.

- Prise en compte du résultat des relais par comparaison des résultats de toutes les équipes et distribution des points avec le système habituel (10 équipes = 1<sup>o</sup> marque 10 points, 2<sup>ème</sup> marque 9 points, etc.).

**Le résultat de l'équipe =**

**a) Classement des équipes sur le total des 10 performances dans les 5 familles sur la base habituelle (10 équipes = 1<sup>o</sup> 10 points, etc.).**

**Ce score est affecté d'un coefficient 4.**

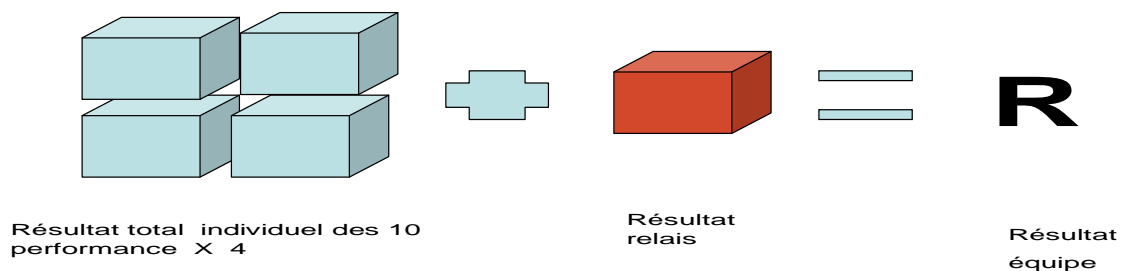
**b) Les performances des relais sont classées et les équipes se voient attribuer un nombre de points avec la méthode habituelle (10 équipes = 1<sup>o</sup> 10 points, etc.).**

**Le résultat général de la compétition est le classement des équipes sur les scores composés de l'addition du total de points sur les épreuves individuelles multiplié par 4 et du score du relais.**

**Les points pour le championnat sont là aussi attribués de façon habituelle (10 équipes = 1<sup>o</sup> 10 points, etc.).**

**En cas d'égalité de points entre deux équipes, la performance en relais sera déterminante.**

**Des fiches de résultats préétablies sont présentées dans ce document.**



## **2.2. Les journées consacrées aux tests physiques**

Elles se dérouleront sous forme de compétition. Tous les membres de l'équipe participeront à tous les tests proposés.

### Tests physiques :

- Vitesse : 30 m départ debout
- Lancer : médecine-ball arrière : 2 kg (garçons), 1 kg (filles)
- Saut : double cloche-pied droit, puis gauche : addition des 2 performances
- Test d'endurance : test de Cooper 12'.

Les résultats de ces compétitions se feront par addition des points des 6 équipiers sur la totalité des tests (mis sur les barèmes joints). Le total sera comparé aux totaux des autres équipes avec distribution des points par la méthode habituelle (10 équipes = 1<sup>o</sup> équipe 10 points, etc.).

Nb : Ces journées déboucheront sur la distribution d'un Brevet Individuel de Condition Physique Athlétique.

## **2.3. Les journées consacrées au cross country**

Deux journées du championnat seront consacrées à une course de cross. Cette épreuve devra mesurer de 2000m à 2500m pour les filles et de 3000m à 3500m maximum pour les garçons. Le parcours sera dans la mesure du possible en nature et sans grande difficulté.

Le classement par équipe sera organisé par l'addition des points des équipiers (1° = 1 point, 2° = 2 points, etc.). Ces équipiers pourront être les 6 premiers arrivants d'une équipe beaucoup plus nombreuse au départ. Les équipes seront classées et un nombre de points sera attribué selon le procédé habituel (10 équipes = 1° équipe marque 10 points, etc.).

## **3. Organisation de la compétition sur stade**

Après un échauffement en commun si possible, les épreuves commencent.

### **3.1. Organisation et mise en place des groupes de spécialités**

Le programme des épreuves sera composé de 4 courses (dans les 3 familles), 2 sauts, 2 lancers choisis dans le catalogue proposé. Chaque épreuve a une durée maximum de 30 minutes.

Le programme sera organisé de la façon suivante :

- haies : 15'
- 1° mise en place des ateliers de lancers et de sauts : 30'
- course de vitesse 15'
- 2° mise en place des ateliers de lancers et de sauts : 30'
- relais 4x50m : 15'
- course et marche de ½ fond : 15'

Puis les résultats collectifs sont annoncés (+ 5 minutes).

Durée de la rencontre : 2 heures maximum.

#### Règlement particulier :

Pour les CONCOURS, durant la compétition, chaque athlète aura droit à TROIS essais pour la longueur, le triple saut, les lancers et SIX essais en hauteur et perche. Pour les sauts verticaux, des groupes de niveaux peuvent être mis en place.

Si le nombre d'équipes est très important, il faudra doubler voir tripler les concours. Si cela est impossible, il faudra proposer d'autres concours de lancers et sauts pour avoir des groupes de compétiteurs inférieurs à 12.

### **3.2. Jury nécessaire pour organiser la compétition IAAF 13/15**

#### Organisation générale

- Un juge arbitre responsable de la compétition et du respect de l'horaire
- Un secrétaire de la compétition par équipe
- Un adjoint chargé des barèmes

#### Pour les épreuves :

- course :
  - 1 starter
  - 3 chronométreurs
  - 3 juges d'arrivée
- sauts : 3 juges par atelier
- lancers : 3 juges par atelier

#### Pour les relais :

- le jury de course dans sa totalité
- 6 juges de passages (ex : juges concours)

### **3.3. L'installation et les matériels nécessaires**

La réalisation de cette compétition nécessite une installation d'athlétisme avec au minimum :

- une ligne droite de sprint et une piste en anneau pour le ½ fond et la marche (en terre, gazon ou autre).
- une fosse de sable pour les sauts.
- un plateau de lancer en dur (béton) de 2m50 de diamètre.

Pour les matériels indispensables à la réalisation de cette compétition :

- des haies/obstacles (10 minimum)
- des engins de lancers (poids 3 et 2 kg, disques, javelots)
- 1 ou plusieurs chronomètres
- 1 ou plusieurs engins de mesure
- quelques marques de balisage pour les secteurs de lancers

### 3.4. Horaire théorique de la compétition type

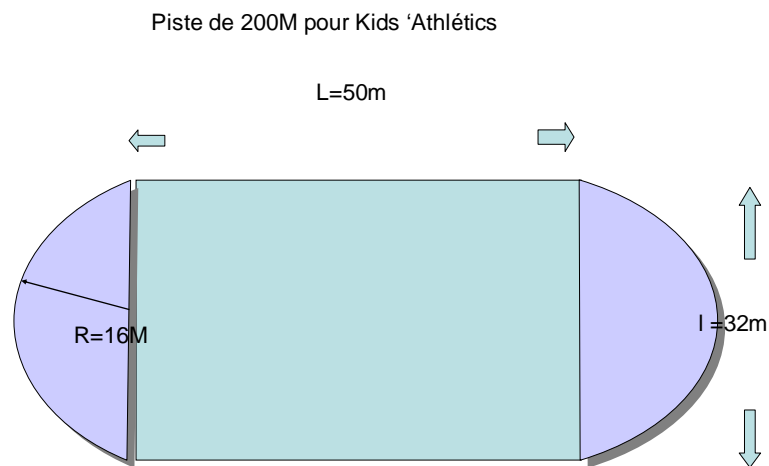
0h	: Mise en place des épreuves de haies
0h15	: Mise en place du lancer 1 et du saut 1
0h45	: Mise en place des épreuves de sprint
1h00	: Mise en place du lancer 2 et du saut 2
1h30	: Mise en place des épreuves de relais
1h45	: Mise en place des épreuves de ½ fond et de marche
2h00	: Annonce des résultats par équipe

#### Astuces

- Installer les haies avant la compétition.
- Sur les ateliers de lancers et sauts, mettre en premier sur les listes de concours les athlètes qui ont choisi les épreuves de sprint.

### 3.5. Piste de 200m

On peut éventuellement organiser une piste de 200M de façon précise en suivant les indications du schéma suivant :



Autre solution : L=60m R et Largeur = 13 m

## 4. Les fiches de résultat

Tableau de résultats des compétitions sur piste : formule 13-15

Equipe	vitesse		haies		½ f m		lancers		sauts		total	place	score
A	perf1	points	perf1	points	perf1	points	perf1	points	perf1	points			
	perf2	points	perf2	points	perf2	points	perf2	points	perf2	points			
B	perf1	points	perf1	points	perf1	points	perf1	points	perf1	points			
	perf2	points	perf2	points	perf2	points	perf2	points	perf2	points			
C	perf1	points	perf1	points	perf1	points	perf1	points	perf1	points			
	perf2	points	perf2	points	perf2	points	perf2	points	perf2	points			

Equipe	RELAIS	PLACE	SCORE	points Ep Ind	X 4	total	Classement points	
A								
B								
C								
D								
E								
F								
G								
H								
I								
J								
K								



### Pour chaque course de relais

Fiche résultat relais

résultats course :

équipe	résultats	observation
1		
2		
3		
4		

### Fiche compétition par équipe tests physiques

Fiche test :

Fiche d'Equipe :

athlète	30m 1	30m 2	MP 30m	Saut 1	Saut 2	MP Saut	Lr1	Lr2	MP Lancer	endurance
1										
2										
3										
4										
5										
6										
total	xxx	xxx		xxx	xxx		xxx	xxx		

### Fiche tests physiques

-----

### Performance sur les épreuves de spécialités

par équipe : compétition famille / équipe

Fiche équipe :

Epreuves option :

athlètes	Epreuve1	Barème	Epreuve2	Barème	Epreuve3	Barème	Total
1							
2							
3							
4							
5							
6							
total							

### Organisation d'une journée de tests (pour 50 athlètes environ)

- 0 Echauffement collectif (bien mené par un entraîneur qualifié = formation des autres entraîneurs présents)
- 30' Tests de 30 mètres pour tous les athlètes :faire des séries de 2 (ou 3) avec les mêmes bons chronométreurs
  - 2 essais pour tous
- 60' mise en place des tests lancers et sauts
  - En 2 demi-groupes (tirage au sort pour qui commence S et L)
  - 3 essais sur chaque atelier
- 75' Changement d'ateliers Lancers et Sauts
- 90' Mise en place de l'endurance
- 2 h Présentation des résultats par équipe et distribution des diplômes individuels

### Fiche de suivi de l'épreuve d'endurance (1 juge pour 10 concurrents)

Chaque colonne représente 1 tour de piste.

Le tour est divisé avec des marques en 8 portions de 25 m pour affiner la performance finale.

Equipier	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
1																		
2																		
3																		
4																		
5																		
6																		
7																		
8																		
9																		
10																		

## 5. Barèmes

### Barèmes SAUTS Filles

Points	Hauteur	Longueur	Triple S	Perche	Points
20	+	+	+	+	20
19	151	500	1000	260	19
18	149	490	990	255	18
17	147	480	980	250	17
16	145	470	970	245	16
15	143	460	960	240	15
14	141	450	950	230	14
13	139	440	940	220	13
12	136	430	930	210	12
11	133	415	920	200	11
10	130	400	900	190	10
9	127	385	880	180	9
8	124	370	860	170	8
7	120	355	840	160	7
6	115	340	810	150	6
5	110	320	780	140	5
4	105	300	740	130	4
3	95	280	7	120	3
2	85	250	6	1	2
1	-	-	-	-	1

### Barèmes SAUTS Garçons

Points	Hauteur	Longueur	Triple S	Perche	Points
20	+	+	+	+	20
19	180	635	1300	340	19
18	176	620	1270	330	18
17	172	605	1240	320	17
16	168	590	1210	310	16
15	164	575	1180	300	15
14	160	560	1150	290	14
13	156	545	1120	280	13
12	152	530	1090	270	12
11	148	515	1060	260	11
10	144	500	1030	250	19
9	140	485	1000	240	9
8	136	470	960	230	8
7	132	450	920	220	7
6	126	430	880	200	6
5	118	410	840	180	5
4	110	380	800	160	4
3	102	350	750	140	3
2	94	300	700	120	2

## Barèmes LANCERS Filles

Points	Javelot	Disque	Marteau	Poids	Points
20	+	+	+	+	20
19	33	33	33	10.7	19
18	32	32	32	10.5	18
17	31	31	31	10.3	17
16	30	30	30	10.1	16
15	29	29	29	9.8	15
14	28	28	28	9.5	14
13	27	27	27	9.2	13
12	25.5	25.5	25.5	8.8	12
11	24	24	24	8.4	11
10	22.5	22.5	22.5	8	10
9	21	21	21	7.5	9
8	19	19	19	7	8
7	17	17	17	6.5	7
6	15	15	15	6	6
5	13	13	13	5.5	5
4	11	11	11	5	4
3	9	9	9	4.5	3
2	6	6	6	4	2
1	-	-	-	-	1

## Barèmes LANCERS Garçons

Points	Javelot	Marteau	Poids	Disque	Points
20	+	+	+	+	20
19	48	39	14	41	19
18	46	38	13,5	40	18
17	44	37	13	39	17
16	42	36	12,5	38	16
15	40	34,5	12	36,5	15
14	38	33	11,50	35	14
13	36	31,5	11	33,5	13
12	34	30	10,50	32	12
11	32	28,5	10	30,5	11
10	30	27	9,50	29	10
9	28	25,5	9	27,5	9
8	26	24	8,50	26	8
7	24	22	8	24	7
6	22	20	7,40	22	6
5	20	18	6,80	20	5
4	17	15	6,20	17	4
3	14	12	5,60	14	3
2	12	8	5	10	2
1	-	-	-	-	1

## Barèmes COURSE Garçons

Points	1000m	3000m M	2000m	Points
20	-	-	-	20
19	2.45	16.20	6.04	19
18	2.48	16.30	6.08	18
17	2.51	16.45	6.12	17
16	2.55	17	6.16	16
15	2.59	17.15	6.20	15
14	3.03	17.30	6.24	14
13	3.08	17.45	6.30	13
12	3.13	18	6.38	12
11	3.18	18.15	6.46	11
10	3.23	18.30	6.56	10
9	3.28	18.45	7.06	9
8	3.33	19	7.15	8
7	3.38	19.15	7.25	7
6	3.43	19.30	7.35	6
5	3.48	20	7.45	5
4	3.55	20.40	7.55	4
3	4.	21.20	8.05	3
2	4.10	22	8.15	2
1	+	+	+	1

## Barèmes COURSE Filles

Points	50 m	100m	50m H	1000m	2000m M	Points
20	-	-	-	-	-	20
19	7.1	13.2	8.3	3.12	11.40	19
18	7.2	13.3	8.4	3.14	11.50	18
17	7.3	13.4	8.5	3.18	12	17
16	7.4	13.5	8.6	3.22	12.10	16
15	7.5	13.6	8.7	3.26	12.20	15
14	7.6	13.8	8.8	3.30	12.30	14
13	7.7	14	9	3.34	12.40	13
12	7.8	14.2	9.2	3.38	12.50	12
11	7.9	14.5	9.4	3.42	13	11
10	8	14.8	9.6	3.48	13.15	10
9	8.2	15.1	9.8	3.54	13.30	9
8	8.4	15.4	10	4.02	14	8
7	8.6	15.8	10.3	4.10	14.30	7
6	8.8	16.2	10.6	4.18	15	6
5	9.1	16.6	10.9	4.26	15.30	5
4	9.4	17	11.2	4.34	16	4
3	9.7	17.5	11.5	4.42	16.30	3
2	10	18	12	5	17	2
1	+	+	+	+	+	1

## Barèmes VIT H Garçons

Points	50m	100m	50m H	100mH	Points
20	-	-	-	-	20
19	6.3	11.6	7.3	14.6	19
18	6.4	11.7	7.4	14.7	18
17	6.5	11.9	7.5	14.8	17
16	6.6	12.1	7.6	14.9	16
15	6.7	12.3	7.8	15	15
14	6.8	12.5	8	15.2	14
13	6.9	12.7	8.2	15.4	13
12	7	13	8.5	15.6	12
11	7.1	13.3	8.8	15.8	11
10	7.2	13.6	9.1	16	10
9	7.4	14	9.5	16.2	9
8	7.6	14	10	16.5	8
7	7.8	14.5	10.5	17	7
6	8.1	15	11	17.5	6
5	8.4	15.5	11.5	18	5
4	8.7	16	12	18.5	4
3	9	16.5	12.5	19	3
2	9.3	17	13	20	2
1	+	+	+	+	1

## Barèmes pour les Tests IAAF

MB	FILLES	GARCONS
1	1perf	1 perf
2	460	420
3	500	460
4	550	520
5	600	570
6	640	630
7	690	690
8	740	750
9	790	810
10	840	870
11	890	950
12	940	1020
13	990	1090
14	1040	1170
15	1090	1250
16	1140	1330
17	1200	1420
18	1260	1510
19	1310	1610
20	+ 1310	+1610

CP	FILLES	GARCONS
1	1perf	1perf
2	400	420
3	410	440
4	425	460
5	440	480
6	455	500
7	470	520
8	485	540
9	505	560
10	525	580
11	540	600
12	560	630
13	580	660
14	600	690
15	620	715
16	640	740
17	660	770
18	690	800
19	715	835
20	+715	+835

30m	FILLES	GARCONS
1	1perf	1perf
2	5''9	5''7
3	5''8	5''6
4	5''7	5''5
5	5''6	5''4
6	5''5	5''3
7	5''4	5''2
8	5''3	5''1
9	5''2	5''0
10	5''1	4''9
11	5''0	4''8
12	4''9	4''7
13	4''8	4''6
14	4''7	4''5
15	4''6	4''4
16	4''5	4''3
17	4''4	4''2
18	4''3	4''1
19	4''2	4''
20	- 4''2	-de 4'

Cooper	MASCULIN	FEMININ
20	+3400	+2800
19	3400	2800
18	3350	2750
17	3300	2700
16	3250	2650
15	3200	2600
14	3150	2550
13	3100	2500
12	3000	2450
11	2900	2400
10	2800	2350
9	2700	2300
8	2600	2250
7	2500	2200
6	2400	2150
5	2300	2100
4	2200	2000
3	2100	1900
2	2000	1800
1	- 2000	-1800

© Association Internationale des Fédérations d'Athlétisme 2007

Toute partie de ce livre peut être photocopiée à des fins d'enseignement à but non lucratif au sein d'institutions éducatives ou dans des structures d'éducation pour l'entraînement. A l'exception de ces autorisations spécifiques, aucune partie de ce livre ne peut être incluse dans aucune publication, revue, lettre d'informations, journal ou stockée dans un système de récupération de l'information ou transmise de toute autre façon, par des moyens électroniques, mécaniques, photocopies, enregistrement ou autre sans l'autorisation écrite préalable de l'Association Internationale des Fédérations d'Athlétisme.