



ENDURO DEPARTEMENTAL USEP 2011/2012

Cher(e)s collègues,

Cette année, 64 classes sont inscrites au projet départemental enduro de l'USEP qui se déroulera sur 3 journées à Canohès, au Soler et à Perpignan.

L'objectif de cette rencontre USEP est de faire vivre aux élèves un moment fort où ils vivront l'expérience d'une course longue de masse dans le respect des règles de l'organisation et des autres élèves. Il ne s'agit pas d'une compétition mais plutôt d'une rencontre sportive. La différence est importante.

Le projet aura amené l'enfant à sentir qu'il pouvait faire évoluer ses capacités physiques et qu'il pouvait atteindre un objectif qui lui paraissait au début trop difficile. Sa performance, le jour de la rencontre sera au service de sa classe mais aussi, au service d'un objectif plus large : dépasser la distance cumulée parcourue en 2009 par l'ensemble des Usépiens en 2009 : 5500km.

Vous trouverez ci-dessous le dossier d'organisation de l'Enduro USEP auquel vous vous êtes inscrits et qui se déroulera pour vous le :

Lundi 21 novembre 2011 au parc des sports de Perpignan

Notez bien que la rencontre se déroulera sur la **demi-journée matin**.

La rencontre se terminera vers 11h30 avec le départ des bus.

Un parcours santé (échauffement) et/ou relais navette marche sportive vous seront proposés en plus de la participation à l'Enduro (avant ou après votre course).

Ce dossier comprend :

- Les modalités et consignes relatives au déroulement de la rencontre
- Une grille de résultats pour noter la performance de votre classe.
- La répartition des classes par journées et par courses.
- Une information sur la marche sportive.

Le plan de transport vous parviendra plus tard.

Pour tout éclaircissement, contactez votre CPC ou le Comité départemental

Cordialement,

Le Délégué Départemental USEP 66

Jérôme TARBOURIECH



RENCONTRE USEP ENDURO
Lundi 21 novembre 2011
Parc des sports Moulin à Vent- PERPIGNAN

Ludovic Massé	BOUQUET Josiane	CE1	25
Ludovic Massé	MANEZ Valérie	CE1, CE2	22
Ludovic Massé	VIGUIER Agnès	CM1	22
Ludovic Massé	BERTIN Laurence	CM1, CM2	22
Ludovic Massé	NICOL Sylvie	CP	19
Ludovic Massé	MORILLAS Caroline	CP	20
d'Alembert 1	BERNADI Christelle	CE1	20
d'Alembert I	DE LA TORRE Xavier	CE1	24
d'Alembert 1	DÉMOULIN GARRIGUE Carine	CP, CE1	17
Saint hippolyte	EYNARD sophie	CE2	27
Villeneuve la riviere	DOMENECH caroline	CM2	24
Saleilles	FONS-NASARRE Isabelle	CM1	26
Alenya	CASTELLO Sophie	CM1	26
Espira de l'Agly	ALBAFOUILLE Patricia	CP	25
Espira de l'agly	MELGAR Encarnacion	CP	25



COURSES

course 1	horaire	10h 00	temps de course 14 min		
Ludovic Massé	BOUQUET	Josiane	CE1	25	
Ludovic Massé	MANEZ	Valérie	CE1, CE2	22	
d'Alembert 1	BERNADI	christelle	CE1	20	
saint hippolyte	EYNARD	sophie	CE2	27	
d'Alembert I	DE LA TORRE	Xavier	CE1	24	

course 2	horaire	10h 20	temps de course 19 min		
villeneuve la riviere	DOMENECH	caroline	CM2	24	
Ludovic Massé	VIGUIER	Agnès	CM1	22	
Ludovic Massé	BERTIN	Laurence	CM1, CM2	22	
Saleilles	FONS-NASARRE	ISABELLE	CM1	26	26
Alenya	CASTELLO	Sophie	CM1	26	26

course 3	horaire	10h50	temps de course 12 min		
Espira de l'Agly	ALBAFOUILLE	Patricia	CP	25	
Espira de l'agly	MELGAR	encarnacion	CP	25	
Ludovic Massé	NICOL	Sylvie	CP	19	
Ludovic Massé	MORILLAS	Caroline	CP	20	
d'Alembert 1	DÉMOULIN GARRIGUE	Carine	CP, CE1	17	



MODALITES ET CONSIGNES

❶ Annulation

En cas d'empêchement de dernière minute, merci de nous prévenir au plus tôt.

❷ Matériel à prévoir

- Signe distinctif représentatif de la classe : teeshirt personnalisé, brassards, **dossards ou foulards** .
- un **stock de tickets** (1,5x10 cm environ) égal au nombre d'élèves de la classe multiplié par 10.(24 élèves = 240 tickets) **Il sera plus facile de compter les tickets restants que les tickets distribués !**
- la **grille de résultats** jointe
- 2 ou 3 **grands sacs pour ranger les affaires** de vos élèves le temps de leur course.

❸ Quel sera votre rôle ?

Dés votre arrivée :

- vous faites **enregistrer votre classe** ; niveau, nombre de participants effectifs, n° de course.

Par la suite, vous êtes chargés de :

- repérer les lieux, "camp de base" et circuit, avec vos élèves.
- équiper vos élèves avec les teeshirts ou dossards identitaires.

Durant la course :

- vous comptabilisez le nombre de tours effectués en remettant à chaque enfant, un ticket par passage. Il sera pratique que le ou les distributeurs portent le même signe distinctifs que les élèves de la classe.

Après la course :

- vous comptabilisez les tours effectués par vos élèves en comptant les tickets distribués (= **nbre tickets au départ – nbre tickets restants à l'arrivée**)

❹ Déroulement.

10mn avant l'heure prévue pour leur course, vous rassemblez vos élèves près du départ.

A l'appel de la classe, ils se rangent dans le couloir correspondant à leur couleur.

A chaque tour, **les enfants passent dans le même couloir**, repéré par la flamme à leur couleur.

Vous donnez un ticket à chaque enfant lors de son passage devant vous.

A la fin de la course, vous comptabilisez les tickets distribués et vous complétez la grille de résultats.

Vous remettez au plus tôt cette grille aux organisateurs qui traiteront immédiatement les résultats pour établir, la distance totale parcourue, la moyenne/élève et les classements.

❺ Rappel des temps de course.

CP	CE1	CE2	CM1	CM2
12 mn	14 mn	16 mn	18 mn	20 mn

Nota : Pour les classes à cours doubles, elles sont inscrites dans la catégorie correspondante au groupe d'élèves majoritaire ou réparties sur les deux niveaux. Se reporter aux tableaux et vérifier les temps de course.

⑥ **Remarques.**

Un diplôme attestant la performance collective sera remis ultérieurement à chaque classe.
Les courses se dérouleront en terrain naturel et varié (herbe, terre, goudron...)

Règlement de course

Un signal sonore marquera le départ et la fin de la course.

Pour voir sa performance validée, un enfant ne devra pas s'arrêter durant la course. La marche peut être exceptionnellement tolérée en cas de problèmes particuliers, mais l'enfant ne doit pas s'arrêter pour que son parcours soit comptabilisé.

Au terme du temps imparti, ne sont comptabilisés que les tours réalisés, c'est à dire lorsque l'enfant a atteint le couloir d'arrivée ou a atteint une **limite de validation** qui sera précisée et matérialisée le jour de la rencontre.

Le trajet de la course sera balisé.

Le non respect de ce trajet entraînera l'élimination de **l'équipe**.

NB. Il est évident que vos élèves doivent bien connaître ce règlement.

RENCONTRE ENDURO comptage



ECOLE :

Classe: CP CE1 CE2 CM1 CM2 Nom du Maître:.....Effectif

Nombre de tickets
au départ A
(effectif classe x 10)

Nombre de tickets
restant à l'arrivée
B

Nombre de tickets
distribués
N = A - B

Distance
effectuée
par la classe
D = N x

kilomètres

Moyenne élève
D/E

kilomètres

*A compléter et à ramener à la table des résultats pour affichage.
La longueur de chaque tour vous sera communiquée le jour de la course.*

ATELIER DE DECOUVERTE : LA MARCHE SPORTIVE

La marche sportive est une discipline souvent mal perçue et peu connue du grand public. Pourtant cette activité utilisée quotidiennement, présente de nombreux intérêts du point de vue de la coordination motrice lorsque l'objectif est de **marcher le plus vite possible**.

Différencier la marche de la course ! 3 repères simples :

LE MARCHEUR	LE COUREUR
Aucun temps de suspension : toujours au moins un appui au sol.	Un temps de suspension à chaque foulée : aucun pied au sol.
Attaque le sol avec le talon	Attaque le sol avec l'avant du pied
Sa jambe avant est tendue	La jambe avant est fléchie

Lors du jeu, le marcheur qui ne respecte pas le règlement (se met à courir) se verra attribuer un avertissement (carton jaune).

Au cours de la demi-journée, avant ou après votre course d'enduro, divers jeux pourront être proposés aux élèves de votre classe :

- Relais navette marche
- La marche contre la course
- La marche en slalom

Les enfants observeront également leurs camarades en se concentrant sur :

La longueur des pas

Les mouvements et l'utilisation des bras

Le repérage des enfants qui respectent plus le règlement (course).

Course en relais navette MARCHE SPORTIVE



Organisation de la course : 3 ou 4 classes ; 3 ou 4 parcours

Durée : 5 minutes

Matériel : plots de départ, 3 caisses, 80 à 120 tickets/classe, 1 chronomètre.

Avant le départ chaque enseignant distribue 1 ticket aux 4 premiers marcheurs (chaque classe)

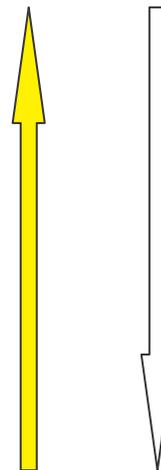
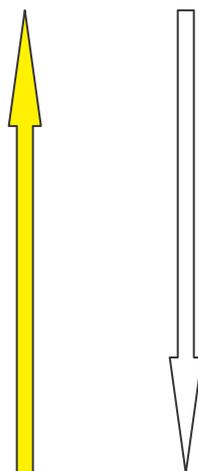
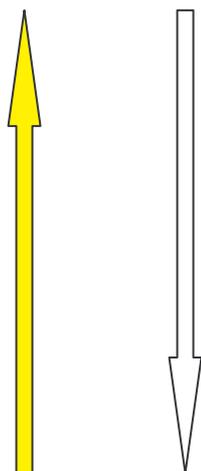
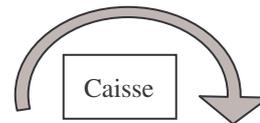
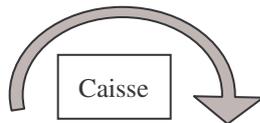
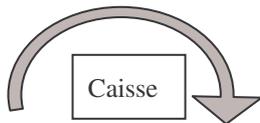
Consignes aux élèves :

- 4 enfants de la classe démarrent en marchant (ticket dans la main) en direction de la caisse.
- Contourner la caisse et y déposer le ticket au passage.
- Retour vers la ligne de départ
- Frapper dans la main des élèves suivants pour leur permettre de démarrer (l'enseignant aura entre-temps distribué les tickets aux élèves). Bien entendu les enfants vont se replacer pour le tour suivant.
- Les élèves marcheurs vont à leur tour contourner la caisse et y déposer le ticket...

Evaluation : A la fin du temps, compter le nombre de tickets dans chaque caisse ce qui permettra de déterminer l'équipe gagnante.

Sanction : un élève qui court entraînera le retrait d'un ticket de la caisse.

Distance : Environ 15 mètres (à faire varier selon l'âge et les capacités des marcheurs)



Départ 4 marcheurs
Classe N°1

Départ 4 marcheurs
Classe N°2

Départ 4 marcheurs
Classe N°3