

# Proposition d'organisation

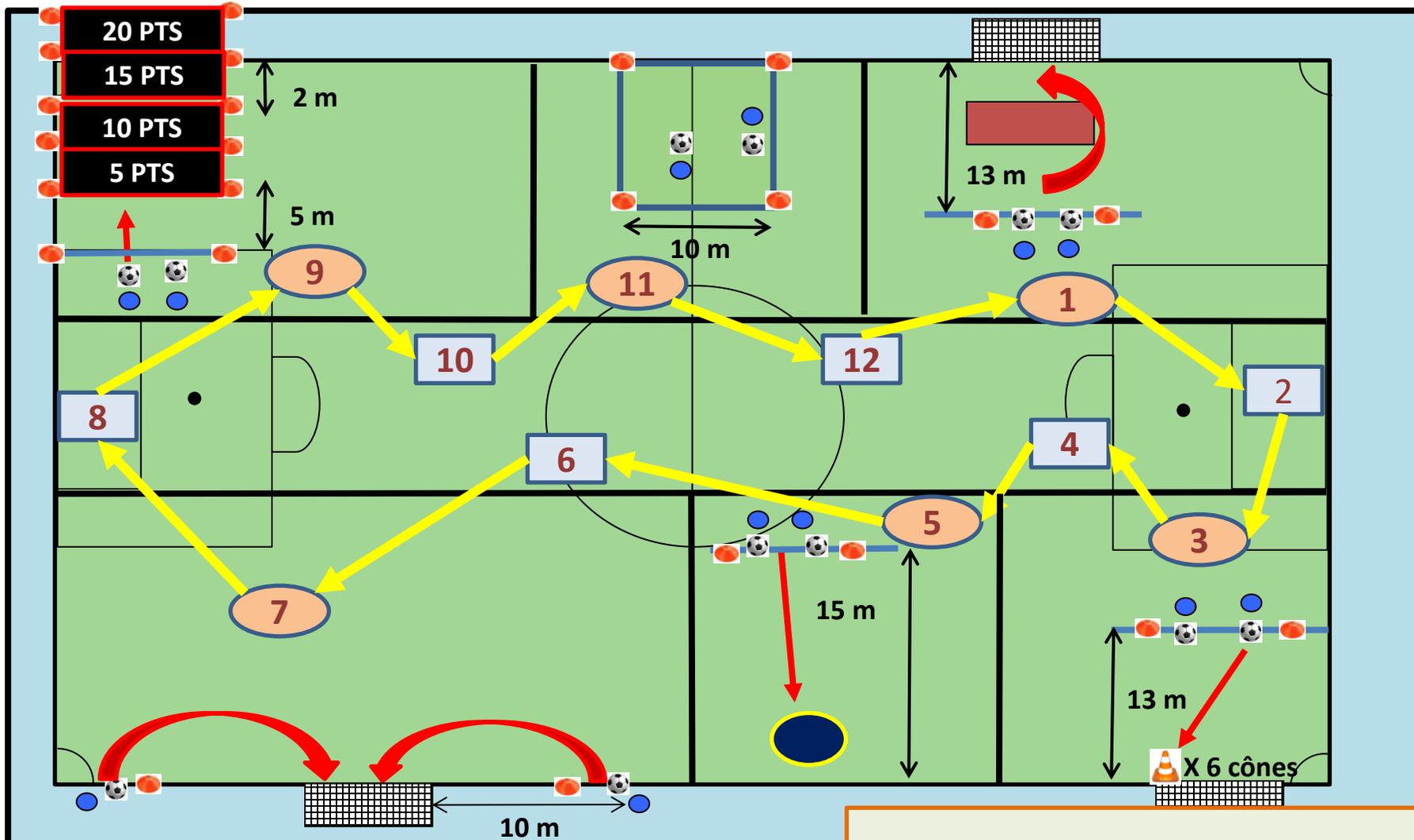
## PEF'ATHLON



Direction des Services Départementaux  
de l'Éducation Nationale de Meuse



# PEF'Athlon



## Légende :

- Buts de 4 m 60 sur 1 m 50
- Ateliers techniques
- Zones questions PEF
- Joueurs
- Sens de rotation
- Coupelles
- Cerceau

## Quelques informations pratiques

- Faire des équipes de 2 ou 3 élèves (un ballon par élève)
- Alternance ateliers techniques / questions PEF
- 3 mn 30 par atelier et 1 mn 30 de rotation
- Fin de l'atelier et rotation au coup de sifflet et reprise de l'atelier au coup de sifflet suivant
- Gestion du chronomètre par un élève blessé / Intervenant





# « PEF'ATHLON »

## Organisation et mise en place

### REGLES ET BAREME



Direction des Services Départementaux  
de l'Éducation Nationale de Meuse

- **Constituer des binômes ou trios de joueurs avec un maximum de 12 équipes** (suivant effectif pair ou impair de la classe) avec un **ballon par joueur**.
- **12 ateliers installés** (cf. fiche support) : 6 ateliers techniques, 6 ateliers PEF (2 questions par atelier PEF, 12 questions au total).
- **Pour le lancement de l'activité, répartir chaque binôme (ou trio) sur les différents ateliers** techniques et PEF par le biais d'un tirage au sort (12 numéros dans un chapeau à tirer).
- **Faire 1 tour du circuit en respectant le parcours fléché de 1 à 12** qui impose cette alternance entre atelier technique et atelier PEF (**les équipes se suivent après chaque atelier sans se croiser : sens de rotation**).
- **Le temps imparti est de 3 minutes 30 sec. sur chaque atelier, et de 1 minute 30 sec. pour les déplacements entre les ateliers** (les rotations se feront de façon synchronisée par un **signal sonore audible de tous**, au début et à la fin de chaque atelier).
- **Interdit de prendre le ballon à la main sur toute la durée des épreuves**, pendant et entre les ateliers (technique et PEF) sinon retrait de points de pénalités possible sur le score final de la classe (à définir).

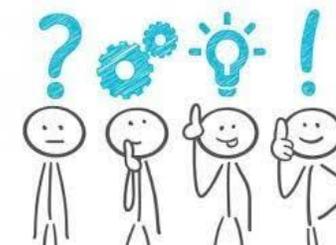
#### Pour les 12 questions PEF : Ateliers n° 2, 4, 6, 8, 10, et 12

- **chaque élève apportera son stylo personnel, pas d'échange ni de prêt.**
- les binômes (ou trios) réfléchissent et se concertent avant de valider leurs réponses ensemble sur leur « **Fiche Réponses** » personnelle.

#### Barème de points - Questions PEF sur 30 points :

- **Chaque question = 2 points** ( 12 questions **donc 24 points**).
- **+ 2 QUESTION BONUS à 3 points (6 points)** en fin de séance.

**NB :** Pour répondre à la question BONUS, les binômes (ou trios) se concerteront à nouveau pour valider leur réponse avant de la noter et de rendre leur « **Fiche Réponses** » aux responsables.





# « PEF'ATHLON »

## Organisation et mise en place

### REGLES ET BAREME



### Ateliers Techniques n°1, 3, 5

### Règles, barèmes 5 points maxi/atelier, matériel.

**Atelier 1 : « Tir lobé à 13m »** : Enchaîner les essais durant le temps imparti (3'30).

**Départ** : Ballon placé au sol entre 2 coupelles rouges à 13 m du but foot à 8, position axiale, 1 mini-but « obstacle » mobile est placé à 8 m du ballon telle une muraille devant le but foot à 8. L'objectif étant de marquer dans le but foot à 8 grâce à un tir lobé en passant au-dessus du minibus « obstacle » et non sur les côtés.

**POINTS : Chaque but lobé = 1 point (5 maxi).**

**Matériel : 2 coupelles rouges (départ ballon), 1 Minibus mobile ou obstacle.**

1 constri + affiche plastifiée (schéma et consignes) + numéro de **l'atelier n° 1.**

**Atelier 3 : « Bowling-foot »** : Chaque joueur joue à tour de rôle pour ne pas se gêner, enchaîner les essais durant le temps imparti (3'30).

**Départ** : Ballon placé entre 2 coupelles rouges situées à 13m des cibles représentées par 5 grands cônes par élèves placés sur la ligne de touche : écart de 0.5 m entre chaque cône. Frapper le ballon afin de faire tomber les 5 cônes attribués à chaque joueur. Ne pas les replacer tant que les « 5 » ne sont pas à terre ». Après chaque tentative replacer son ballon au départ.

**POINTS : 1 cône tombé = 1 point.**

**Matériel : 15 grands cônes (5 cônes par élèves), 2 coupelles rouges (départ ballon).**

1 constri + affiche plastifiée (schéma et consignes) + numéro de **l'atelier n° 3.**

**Atelier 5 : « Golf-foot »** : Chaque joueur joue à tour de rôle pour ne pas se gêner, enchaîner les essais durant le temps imparti (3'30).

**Départ** : Ballon placé entre 2 coupelles rouges situées à 15 m de la cible de golf, frapper le ballon afin de le faire entrer dans la cible. Après chaque réussite, replacer son ballon au départ pour un autre essai.

**POINTS : 1 TROU réussi = 1 point.**

**Matériel : 1 cible golf (trou) ou 1 cerceau, 2 coupelles rouges (départ ballon).**

1 constri + affiche plastifiée (schéma et consignes) + numéro de **l'atelier n° 5.**





# « PEF'ATHLON »

## Organisation et mise en place

### REGLES ET BAREME



### Ateliers Techniques n° 7, 9, et 11 / Règles, barèmes 5 points maxi/atelier, matériel

**Atelier 7 : « Mini corner »** : Chaque joueur joue à tour de rôle pour ne pas se gêner, enchaîner les essais durant le temps imparti (3'30).

**Départ** : Ballon placé derrière une coupelle rouge à 10 m du premier poteau (corner à gauche ou à droite si gaucher ou droitier), frapper le ballon avec un effet brossé ou enveloppé afin de marquer dans le but vide directement, au sol ou en l'air. Après chaque tentative, replacer son ballon au départ.

**POINTS** : Chaque but inscrit = 1 point ( 5 maxi).

**Matériel** : 2 coupelles rouges (départ ballon), 1 but avec filet. 1 ballon par joueur.

1 constri + affiche plastifiée (schéma et consignes) + numéro de **l'atelier n° 7**.



**Atelier 9 : « Jeu de 4 zones »** : Chaque joueur joue à tour de rôle pour ne pas se gêner, enchaîner les essais durant le temps imparti (3'30).

**Départ** : Ballon placé entre 2 coupelles rouges situées à 5m de la première zone, Frapper le ballon afin que celui-ci s'arrête dans une des 4 zones placées en enfilade et correspondant chacune à un nombre de points allant de 5 à 20. Le ballon ne doit jamais sortir du périmètre de ces 4 zones, ni sur les côtés, ni dans la profondeur sinon aucun point de comptabilisé. A savoir que chaque zone mesure 5m sur 1.5m (cf. schéma plan).

**POINTS** : zone 1 bleue = 5 pts., Zone 2 blanche = 10 , zone 3 rouge = 15, et zone 4 jaunes = 20.

Si le joueur a réussi un score entre : 0 et 20 = 1 point / 21 et 40 = 2 pts / 41 et 60 = 3pts / 61 et 80 = 4 pts / 81 et plus.. = 5 points.

**Matériel** : 2 coupelles Rouges (départ ballon) puis Z1 : 4 coupelles bleues, Z2 : 4 coupelles blanches, Z3 : 4 coupelles rouges (drapeau France) et Z4 : 4 jaunes.

1 constri + affiche plastifiée (schéma et consignes) + numéro de **l'atelier n° 9**.

**Atelier 11 : « Jonglerie individuelle »** : Enchaîner les essais durant le temps imparti (3'30).

**Départ** : Dans une zone de 10m sur 10m, effectuer un maximum de jonglages libre (Pied gauche, droit, ou alternés) sachant que les surfaces de rattrapage telles la cuisse, la tête ou autres ne sont pas comptabilisées mais cela permet de poursuivre sa série. Ne retenir que le meilleur score sur sa fiche résultats. Le comptage s'arrête dès que l'élève sort de la zone.

**POINTS** : de 1 à 10 = 1 point / de 11 à 20 = 2 points / de 21 à 30 = 3 points / de 31 à 40 = 4 points / de 41 à 50 et plus... = 5 points maxi.

**Matériel** : 8 coupelles rouges (zone).

1 constri + affiche plastifiée (schéma et consignes) + numéro de **l'atelier n° 11**.

**Critères de réalisation** : Concentration et application, équilibre, surface de frappe, dosage, pied d'appui et Coordination, position du corps et des épaules...sur les différents gestes techniques de frappe à réaliser.





## « PEF'ATHLON »

### Liste du matériel à prévoir.



Direction des Services Départementaux  
de l'Éducation Nationale de Meuse

#### - Ballons :

- 1 par joueur (T4 pour 6<sup>ème</sup> et 5<sup>ème</sup> et T5 pour 4<sup>ème</sup> et 3<sup>ème</sup>)

#### - Jeux de coupelles 4 couleurs :

- 4 bleues, 4 blanches, 18 rouges, 4 jaunes.

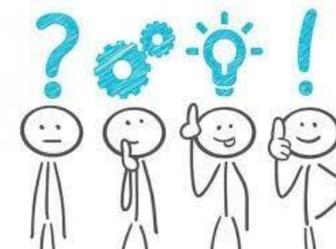
#### - Grands cônes : 15 (bowling foot 3 fois 5)

#### - Constri-foot ou piquets : 12 (1 par atelier)

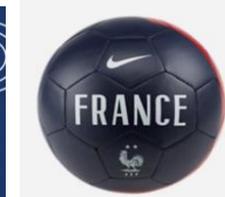
- 1 Mini-but de 4m sur 1,5 m
- Sifflet (poire ou Corne de brume...)
- Chronomètre

#### - Cible golf-foot ou Cerceau : 1

- 6 Fiches questions PEF plastifiées.
- 6 fiches Atelier Technique plastifiées (schéma et consignes)
- Fiches numérotées de 1 à 12 (n° des ateliers pour sens de rotation).



**NB: En plus de sa gourde, chaque élève apportera son stylo personnel**



Nom : ..... Date : .....  
 Prénom : ..... Collège : .....  
 Classe : .....

### Fiche de résultats individuels

Ateliers Techniques			
			Points
Atelier	n° 1	Tir lobé à 13 m	.... / 5
Atelier	n° 3	Bowling Foot	.... / 5
Atelier	n° 5	Golf Foot	.... / 5
Atelier	n° 7	Mini corner	.... / 5
Atelier	n° 9	Jeu des 4 zones	.... / 5
Atelier	n° 11	Jonglerie	.... / 5
<b>TOTAL</b>			<b>..... / 30 pts</b>



Ateliers PEF				
		Questions	Réponses	Points
Atelier	n° 2	1		.... / 2
		2		.... / 2
Atelier	n° 4	3		.... / 2
		4		.... / 2
Atelier	n° 6	5		.... / 2
		6		.... / 2
Atelier	n° 8	7		.... / 2
		8		.... / 2
Atelier	n° 10	9		.... / 2
		10		.... / 2
Atelier	n° 12	11		.... / 2
		12		.... / 2
<b>Bonus</b>		13		.... / 3
		14		.... / 3
<b>TOTAL</b>		<b>..... / 30 pts</b>		

Nom : ..... Date : .....  
 Prénom : ..... Collège : .....  
 Classe : .....

### Fiche de résultats individuels

Ateliers Techniques			
			Points
Atelier	n° 1	Tir lobé à 13 m	.... / 5
Atelier	n° 3	Bowling Foot	.... / 5
Atelier	n° 5	Golf Foot	.... / 5
Atelier	n° 7	Mini corner	.... / 5
Atelier	n° 9	Jeu des 4 zones	.... / 5
Atelier	n° 11	Jonglerie	.... / 5
<b>TOTAL</b>			<b>..... / 30 pts</b>



Ateliers PEF				
		Questions	Réponses	Points
Atelier	n° 2	1		.... / 2
		2		.... / 2
Atelier	n° 4	3		.... / 2
		4		.... / 2
Atelier	n° 6	5		.... / 2
		6		.... / 2
Atelier	n° 8	7		.... / 2
		8		.... / 2
Atelier	n° 10	9		.... / 2
		10		.... / 2
Atelier	n° 12	11		.... / 2
		12		.... / 2
<b>Bonus</b>		13		.... / 3
		14		.... / 3
<b>TOTAL</b>		<b>..... / 30 pts</b>		

