

**PASS'**  
**ATHLÈ**

# MODE D'EMPLOI

**ATHLÈ**

FÉDÉRATION FRANÇAISE D'ATHLÉTISME

Version 2020



## INTRODUCTION

L'athlétisme est le sport de la mesure du temps et de l'espace. Chaque athlète peut, au cours de sa carrière, mesurer ses progrès, ses efforts grâce aux multiples données que fournissent les compétitions, les tests, les entraînements. Dans l'athlétisme éducatif que la FFA préconise pour les enfants de moins de 12 ans, l'évolution du futur athlète se mesure en termes de performance motrice, progressant à partir d'habiletés simples vers des habiletés plus complexes.

Le Pass'Athlé a été créé dans ce but: évaluer et valider les progrès des enfants dans le domaine de l'habileté motrice. Il s'organise sur 5 niveaux:

- Le **Pass'Aventure** destiné aux enfants de 4 à 6 ans (catégorie "baby athlé"), point d'orgue d'une aventure racontée et vécue au long d'étapes de préparation. Il se déroule sur 6 situations, attribuant à l'enfant qui réussit un statut de "**lutin**" (4 ans), "**explorateur**" (5 ans) et "**super-héros**" (6 ans).
- Le **Pass'Eveil** destiné aux enfants de 7 à 9 ans (catégorie "éveil athlétique"), s'organise autour de 6 ateliers dont la réussite est valorisée par l'attribution d'un témoin (vert, rouge et bronze).
- Le **Pass'Pouss** destiné aux enfants de 10 et 11 ans (catégorie "poussin"), s'organise également autour de 6 ateliers dont la réussite est valorisée par l'attribution d'un témoin (argent et or).
- Le **Pass'Athlète** destiné aux enfants de 12 à 15 ans (catégorie « benjamin » « minime »), s'organise autour de 8 domaines de compétences dont la réussite est valorisée par l'attribution de « **lacets et pointes de couleurs** » (argent et or)
- Le **Visa Perf** est uniquement destiné aux jeunes de 15 ans (« minimes 2ème année » à fort potentiel) accompagnés, avec leur entraîneur, dans le dispositif de suivi G2024. Au cours de ce suivi, l'Equipe Technique Régionale (ou Départementale) évaluera si la formation athlétique de ces athlètes est propice à l'avènement de leur potentiel sur le long terme. Le visa à la performance est alors délivré sous forme de diplôme.

1

## OBJECTIFS

- Valoriser les apprentissages.
  - Développer l'éducation motrice et athlétique.
  - Suivre et mesurer les progrès individuels.
  - Valider des niveaux d'acquis fondamentaux et leur évolution.
  - Les associer progressivement à de possibles performances.
  - Reconnaître les Écoles d'Athlétisme et leur encadrement.
  - Créer des situations d'animation et de valorisation des enfants au sein des clubs.
-

## 2

## INTÉRÊTS

### **LE PASS'ATHLÉ** POUR LE JEUNE ATHLETE

- Assurer la reconnaissance de niveaux d'habiletés athlétiques valides sur l'ensemble du territoire.
- Ajouter au facteur "performance" un facteur "maîtrise d'habiletés".
- Découvrir la confrontation à soi-même. Mesurer ses progrès.
- Apprendre à se fixer des objectifs.
- Découvrir l'athlétisme à travers l'ensemble de ses valeurs:
  - Pratiquer.
  - Aider, encourager.
  - Auto/Co Évaluer.
  - Comprendre.
- Pour les tout-petits (4/6 ans), constituer le point final d'une aventure, au cours de laquelle l'enfant acquiert un statut dont il a rêvé.
- Pour les 7/11 ans, valider le passage d'une motricité habituelle vers une motricité athlétique qui atteste de l'acquisition des éléments indispensables pour acquérir les techniques athlétiques.
- Pour les plus grands (12/15ans), acquérir les savoirs, savoir-faire et savoir-être fondamentaux pour devenir un athlète qui sait s'entraîner, apprend des gestes techniques justes et qui s'oriente progressivement vers une famille de disciplines athlétiques à la fin de son parcours de formation.

## ***ZLE PASS'ATHLÉ ET L'ENTRAÎNEUR***

Lui offrir les outils pédagogiques permettant d'accompagner les enfants vers les épreuves du Pass'Athlé:

- L'associer à l'évolution des outils pédagogiques.
- Lui fournir un contenu adapté et élaboré spécifiquement pour les tout-petits, basé sur l'imaginaire, ainsi que des points de repères pour la formation athlétique des plus âgés.
- L'associer à l'organisation des journées Pass'Athlé.
- Reconnaître sa pratique et ses résultats au sein de la FFA.
- Le reconnaître comme "entraîneur FFA attribuant les Pass'Athlé" sur un territoire défini.

## ***LE PASS'ATHLÉ ET LE CLUB***

- Mesurer la qualité et la structuration de l'École d'Athlé au sein du club.
- Être une cellule d'éducation reconnue, pour les parents qui confient leurs enfants.
- Démontrer la fiabilité, l'organisation du club, gage de sérieux pour les financeurs d'État et des collectivités.
- Faire évoluer les critères de labellisation pour que soit valorisée une école d'athlétisme proposant le Pass'Athlé.

## ***LE PASS'ATHLÉ ET LES PARENTS***

Offrir un encadrement fiable et reconnu par la FFA, un vrai apport éducatif aux enfants:

- Des entraînements accessibles, formateurs et motivants.
- Un programme précis et connu qui valide les progrès de leurs enfants.
- Une connaissance du profil de leurs enfants et des évolutions possibles.
- Les enfants reconnus d'après leur niveau Pass'Athlé dans n'importe quel club FFA de France.

## *LE PASS'ATHLÉ ET LA FFA*

S'assurer du message que font passer les entraîneurs aux 4-15 ans.

- Faire évoluer les outils pédagogiques et niveaux Pass'Athlé en s'appuyant sur l'expérience quotidienne des clubs.
- Obtenir l'adhésion des clubs:
  - En assurant la formation des entraîneurs de leurs Écoles d'Athlé.
  - En les reconnaissant clubs
  - éducateurs.
  - En leur procurant les passeports et en leur en assurant la mise à jour régulière.
  - En les associant à l'organisation des journées Pass'Athlé. - En ayant un suivi national de notre politique de formation des jeunes avec le Pass'Athlé.

## 3

## PRINCIPES D'ORGANISATION

### a. POUR LES U7-U12

#### LE PASS'ATHLÉ : ÉVALUATION

Au terme d'une année de pratique en École d'Athlétisme, l'enfant évalue ses progrès en matière d'habiletés motrices:

- Une évaluation nationale et reconduite chaque année dans toutes les Écoles d'Athlétisme FFA.
- Un niveau mesuré et harmonisé:
  - du bagage moteur de chaque enfant (savoir-faire),
  - des épreuves et codes qui font l'athlétisme (savoir),
  - des comportements lors des journées Pass'Athlé (savoir-être).
- Une condition: le club doit adhérer à cette idée nouvelle et structurée des Écoles d'athlétisme.

#### LE PASS'ATHLÉ: ORGANISATION

##### • QUAND?

Deux sessions par an (février - mai). Chaque enfant présente le Pass'athlé de son année d'âge.

##### • QUI ORGANISE?

**1 directeur de réunion** (garant du bon déroulement de l'épreuve, il valide les résultats en fin de réunion):

- animateur fédéral ou niveau 2 moins de 12/16, CQP animateur Jeune, CS Athlé, DE ou BEES 1.

**6 juges neutres** (2 par groupe d'âge) qui tournent sur les ateliers avec leur groupe d'enfants:

- un animateur régional ou niveau 1 moins de 12 ans,
- un athlète (minime à vétéran).

Les juges seront informés et sensibilisés à l'organisation du Pass'Athlé en amont de la journée.

- **OÙ?**

Au sein du club ou dans le cadre d'un regroupement de clubs:

- En gymnase en février.
- En plein air en mai.

- **COMMENT?**

- Réunion de préparation (équipe d'organisation et directeur de réunion) pour arrêter le rôle de chacun et repréciser les critères d'évaluation.

- Préparation des ateliers par l'équipe d'organisation.

- Accueil des enfants (confirmation des présents: des fiche(s) présente(s) de club imprimables automatiquement depuis « la plateforme pass'athlé » et explications sur le déroulement de la manifestation).

- Échauffement collectif.

- Répartition des groupes (enfants et juges) sur les ateliers.

- Rotations.

- Annonce des résultats.

- Remise des Pass'.

- Goûter.

Le rôle du directeur de réunion (2e degré -12/-16 ans ou BEES Athlétisme):

Il est le garant du bon déroulement de l'épreuve.

En amont :

Il compose le jury.

Il l'informe du déroulement précis du Pass' athlé et s'assure de sa disponibilité et de sa neutralité.

Le jour J:

Il s'assure que le matériel des différents ateliers est conforme.

Il confirme la liste des présents aux juges et leur remet leur fichier Pass'<sup>1</sup>

Il circule sur les différents ateliers pour s'assurer du bon déroulement des épreuves. Il signale aux juges le changement d'atelier toutes les 15'.

Il valide les résultats en fin de réunion.

En aval:

Il transmet à la FFA la liste des reçus via l'interface Pass'athlé entraîneur.

<sup>1</sup> Le fichier Pass' contient l'ensemble des 6 fiches ateliers et la fiche de suivi de chaque enfant



**Le rôle des juges** (2 par groupe: 1 premier degré moins de 12 ans et 1 athlète licencié).

En amont:

Il participe à la réunion d'information sur le déroulement du Pass' athlé. Il s'engage à être présent le jour J.

Le jour J:

Il arrive 45 minutes avant le début des épreuves pour mettre en place les ateliers.

Il prend en charge le groupe d'enfants qui lui est confié par le directeur de réunion.

Il valide chacun des essais sur le fichier Pass'.

Il dirige son groupe sur un nouvel atelier à chaque signal, donné par le directeur de réunion (toutes les 15').

En fin d'épreuve, il remet le fichier Pass' au Directeur pour validation des résultats. Avec les enfants, il range le matériel pendant la délibération.

- **DURÉE?**

2h (échauffement et remise des récompenses inclus) soit:

- 15' Accueil et échauffement collectif,
  - 1h30 Chaque groupe passe 15' sur chacun des 6 ateliers,
  - 15' Cérémonie du Pass' athlé.
-

## b. POUR LES U16

### LE PASS'ATHLÉ : ÉVALUATION

Il atteste que durant l'année, l'athlète a acquis un certain nombre de compétences qui participent à la connaissance de soi et à l'émergence du potentiel de chacun. C'est un guide qui aide le jeune à faire ses choix et à construire son identité et son parcours d'athlète tout au long des 4 années d'âges benjamin et minime.

Cette évaluation nationale est reconduite chaque année dans toutes les Écoles d'Athlétisme FFA. Elle offre un point d'étape pour l'entraîneur et les athlètes qu'il a en charge sur le niveau atteint dans:

- des compétences opérationnelles liées au bagage technique du jeune (savoir-faire)
- des connaissances des différentes disciplines, le règlement compétitif des épreuves, les règles de sécurité et codes qui font l'athlétisme (savoirs)
- des comportements lors des journées Pass'Athlé, sur le stade à l'entraînement, en compétition et dans la vie de tous les jours (savoir-être)

Une condition: le club doit adhérer à cette idée nouvelle et structurée des Ecoles d'Athlé

### LE PASS'ATHLÉ: ORGANISATION

#### • QUAND?

Deux fois par an (mi-mars et mi-juin) Chaque enfant présente le Pass'Athlète de son année d'âge. C'est l'occasion de faire un point avec son entraîneur sur les progrès qu'il a réalisés.

L'entraîneur pourra ainsi valider les acquisitions fondamentales qui sont maîtrisées.

#### • QUI ORGANISE?

**Le(s) responsable(s) des catégories « benjamins – minimes »** et leur encadrement

Le responsable jeune ou responsable de l'Ecole d' Athlé sera garant du bon déroulement de l'épreuve

- Animateur fédéral ou niveau 2 moins de 12/16, CQP Animateur Jeune, CS Athlé, DE ou BEES 1

L'entraîneur sera lui en charge de valider les résultats en cours et en fin de réunion. Les encadrants seront répartis sur les différents ateliers. Leur nombre sera

déterminé selon le degré d'autonomie et la taille des différents groupes d'athlètes.

Les « juges » seront informés et sensibilisés à l'organisation du Pass'Athlé en amont de la journée.

- entraîneur adjoint ou co-entraîneur
- parent d'athlète
- un athlète (minime à vétéran) ...

• **OÙ?**

Au sein du club ou dans le cadre d'un regroupement de clubs:

- En salle mi-mars.
- En plein air mi-juin.

• **COMMENT?**

- Réunion de préparation (équipe d'organisation et directeur de réunion) pour arrêter le rôle de chacun et repréciser les critères d'évaluation.
- Préparation des ateliers par l'équipe d'organisation.
- Accueil des enfants (confirmation des présents: des fiche(s) présente(s) de club imprimables automatiquement depuis « la plateforme pass'athlé » et explications sur le déroulement de la manifestation).
- Échauffement collectif avec une partie individuelle et collective.
- Répartition des groupes sur les parcours, circuit
- Répartition des groupes sur les ateliers thématiques.
- Repas
- Rotations des groupes sur les ateliers
- Affichage des résultats
- Goûter
- Remise des Pass' lors de la 2ème journée (mi-juin)

• **DURÉE?**

2 séquences de 2h15. Exemple de déroulement:

**FORMAT JOURNEE : 10H – 16H**

- Accueil des jeunes 15'
- Echauffement individuel puis collectif: 30'
- Parcours puis Circuit training collectif: 30'
- Chaque groupe passe 15' sur chaque atelier: 1h15
- Repas: 1h
- Atelier collectif de reprise: 20'
- Chaque groupe passe 15' sur chaque atelier: 1h30
- Atelier collectif: 15'
- Retour au calme: 10'
- Goûter et Cérémonie du Pass'Athlète : 15'

**FORMAT APRES-MIDI : 13H30 – 19H**

- Accueil des jeunes 15'
- Echauffement individuel puis collectif: 30'
- Parcours puis Circuit training collectif: 30'
- Chaque groupe passe 15' sur chaque atelier: 1h15
- Repas: 1h
- Atelier collectif de reprise: 20'
- Chaque groupe passe 15' sur chaque atelier: 1h30
- Atelier collectif: 15'
- Retour au calme: 10'
- Goûter et Cérémonie du Pass'Athlète : 15'

# LES CONTENUS DES DIFFERENTS PASS'ATHLE

## LE PASS'AVENTURE

S'adressant aux enfants de 4 à 6 ans, le "Pass'Aventure" a pour objectif de développer une motricité aisée, d'acquérir coordination et autonomie par le jeu, au travers d'aventures palpitantes faisant appel à l'imagination.

La saison est découpée en 5 périodes correspondant à autant d'aventures et se terminant juste avant les vacances scolaires par une séance d'évaluation qui clôturera le "trophée" (trophées d'automne, de Noël, d'hiver, de printemps et d'été qui correspond au Pass'Aventure). Ces séances (sauf le trophée d'été) se déroulent sous forme d'un parcours (ateliers enchaînés).

Au cours de l'aventure, et selon son âge, l'enfant s'identifiera à un personnage dont il obtiendra le statut lors du Pass'Aventure ("lutin" pour les 4 ans, "explorateur" pour les 5 ans et "super-héros" pour les 6 ans).

### LE LUTIN (4 ANS) SERA CAPABLE DE:

- **Équilibrer un déplacement marché:** Marcher sur une poutre de 3 mètres de long en pas alternés sans temps mort entre chaque pas et sans aide.
- **Rythmer un déplacement couru:** Courir en posant un appui sur chaque tapis.
- **Rythmer un déplacement sauté:** Enchaînement 2 pieds serrés / 2 pieds écartés en aller / retour.
- **Coordonner pour se projeter:** Rebondir 5 fois sur le mini trampoline corps tendu (corps qui ne se déforme pas) à hauteur d'un repère.
- **Coordonner pour projeter:** Depuis un cerceau, lancer un ballon de basket à 2 mains tenu au niveau de la poitrine, au-dessus du paravent et au-delà d'une zone.





### L'EXPLORATEUR (5 ANS) SERA CAPABLE DE :

- **Équilibrer un déplacement Marché:** Marcher sur une poutre de 3 mètres de long en posant les appuis entre des bandelettes. La marche est en pas alternés et espacés sans temps mort entre chaque pas et sans aide.
- **Rythmer un déplacement couru:** Courir en posant un appui sur chaque tapis en franchissant des obstacles bas.
- **Rythmer un déplacement sauté:** Enchaînement 1 pied / 2 pieds en aller / retour.
- **Coordonner pour se projeter:** Rebondir 5 fois sur le mini trampoline et se réceptionner sur le tapis dans une zone debout, équilibré et bras en croix.
- **Coordonner pour projeter:** Talons sur une latte en bois, lancer un ballon de basket à mains tenu au niveau de la poitrine, au-dessus du paravent et au-delà d'une zone.

Rester talons sur la latte après le lancer.

- **Coordonner pour se déplacer:** Slalom couru, retour en pas chassés.



### LE SUPER-HÉROS (6 ANS) SERA CAPABLE DE:

- **Équilibrer un déplacement marché:** Marcher sur une poutre de 3 mètres de long en posant les appuis entre des bandelettes. La marche est en pas alternés et espacés sans temps mort entre chaque pas et sans aide.
- **Rythmer un déplacement couru:** Courir en posant un appui sur chaque tapis en franchissant des obstacles bas.
- **Rythmer un déplacement sauté:** Enchaînement 1 pied / 2 pieds en aller / retour.
- **Coordonner pour se projeter:** Rebondir 5 fois sur le mini trampoline et se réceptionner sur le tapis dans une zone debout, équilibré et bras en croix.
- **Coordonner pour projeter:** Talons sur une latte en bois, lancer un ballon de basket à mains tenu au niveau de la poitrine, au-dessus du paravent et au-delà d'une zone.

- Rester talons sur la latte après le lancer.

- **Coordonner pour se déplacer:** Slalom couru, retour en pas chassés.

## LE PASS'EVEIL

La structuration des habiletés motrices, l'amélioration de la coordination, mais aussi le goût de l'effort, l'esprit d'équipe et la socialisation permettront de construire une motricité organisée.

POUR OBTENIR LE **TÉMOIN VERT** (7 ANS), L'ENFANT SERA CAPABLE DE:



- **Bondir et rebondir:** enchaîner la marelle sans temps d'arrêt ni double bonds sans toucher les coupelles.
- **Coordonner et rebondir:** réaliser 20 rebonds sur place avec la corde à sauter en posant les 2 pieds simultanément au sol.
- **Équilibrer et gagner:** enfoncer le trampoline jambes tendues et arriver sur le contrehaut dos au trampoline, debout, droit et équilibré.
- **Courir vite:** réaliser une roulade avant et une course en restant dans le couloir et arriver dans la limite du temps imparti.
- **Se déplacer:** se déplacer en arrière puis en avant dans un couloir d'1m en finissant le parcours dans la limite du temps imparti.
- **Transmettre une force:** lancer le vortex en restant équilibré sur le butoir de profil (banc) bras cassé au-dessus de la ligne d'épaule au-delà de sa ligne repère dans la limite d'un couloir de 2 m de large.

POUR OBTENIR LE **TÉMOIN ROUGE** (8 ANS), L'ENFANT SERA CAPABLE DE:



- **Bondir et rebondir:** enchaîner marelle pied gauche, croix pieds joints et marelle pied droit (sans temps d'arrêt ni double bond).
- **Coordonner et rebondir:** réaliser 10 rebonds pieds joints sur place puis des rebonds (sur 5 m) puis au nouveau 10 sur place.
- **Équilibrer et gagner:** rebondir d'un contre-haut sur le trampoline jambes tendues puis arriver sur le tapis, debout, droit et équilibré après avoir réalisé un demi-tour en suspension.

- **Courir vite:** enchaîner roulade et course (30 m) en slalom en arrivant dans la limite du temps imparti (9 s).
- **Se déplacer:** alterner des déplacements en pas chassés puis croisés vers la gauche, sur les quatre côtés d'un carré (10 m /10).
- **Transmettre une force:** faire un saut pieds joints départ accroupi et lancer un médecine-ball (1 kg) en suspension et à deux mains au-delà de la ligne repère placée (5 m).

POUR OBTENIR LE (9 ANS), L'ENFANT SERA CAPABLE DE:



- **Bondir et rebondir:** enchaîner saut en croix et marelle du pied droit puis du pied gauche (sans temps d'arrêt/double bonds en repassant à 2 pieds sur le 0 du saut en croix).
- **Coordonner et rebondir:** réaliser 10 rebonds pieds joints sur place puis des rebonds (sur 5 m) puis au nouveau sur place 5 cloches gauche et 5 cloches droit.
- **Équilibre et gagner:** rebondir d'un contre-haut sur le trampoline jambes tendues puis arriver sur le tapis, debout, droit et équilibré après avoir réalisé un tour complet en suspension.
- **Courir vite:** enchaîner roulade et course avec 3 obstacles (30 m) en arrivant dans la limite du temps imparti (9 s).
- **Se déplacer:** réaliser la plus grande distance possible en 4 rotations équilibrées dans un couloir d'1 m.
- **Transmettre une force:** enchaîner roulade avant, Medicine-ball (1 kg) tenu sur la poitrine, et lancer au-delà d'une ligne repère (5 m).

## LE PASS'POUSS

L'affinement des qualités motrices et des coordinations, l'apprentissage des fondamentaux athlétiques et le plaisir de partager en équipe installent la motricité athlétique.

POUR OBTENIR LE **TÉMOIN D'ARGENT** (10 ANS), L'ENFANT SERA CAPABLE DE:



- **Bondir et rebondir:** réaliser les enchaînements de bonds demandés, sans temps d'arrêt en arrivant en fente équilibrée et stabilisée.
- **Lancer en rotation:** réaliser un déplacement en rotation bras tendu dans un couloir puis lancer l'anneau à bras tendu dans un espace délimité par-dessus un élastique et au-delà de la ligne des 10 m.
- **Lancer en translation:** réaliser un déplacement en pas chassés puis lancer le vortex à bras tendu dans un espace délimité par-dessus un élastique et au-delà de la ligne des 12 m.
- **Courir vite:** courir en moins de 10" sur 30 m en franchissant 4 haies (40 cm et respectant 3 appuis dans chaque intervalle).
- **Sauter haut:** réaliser après un élan réduit (4/5 appuis), une impulsion à un pied pour toucher de la main une cible située 20 cm plus haut que la hauteur maximale atteinte, 1 bras tendu verticalement, puis de se réceptionner de façon équilibrée en poursuivant son déplacement.
- **Sauter avec un engin:** piquer la perche tenue correctement dans la zone délimitée après une course d'élan sur 6 appuis puis passer du bon côté de la perche pour atterrir équilibré sur les 2 pieds dans la zone délimitée sans lâcher la perche.





POUR OBTENIR LE **TÉMOIN D'OR** (11 ANS), L'ENFANT SERA CAPABLE DE:

- **Bondir et rebondir:** réaliser les enchaînements de bonds demandés, sans temps d'arrêt en arrivant en fente avant équilibrée et stabilisée.
- **Lancer en rotation:** réaliser un déplacement en rotation Medicine ball (1 kg) tenu sous le menton à 2 mains dans un couloir puis le lancer dans un espace délimité par-dessus un élastique en poussant à 1 main, au-delà de la ligne des 6 m.
- **Lancer en translation:** réaliser un déplacement en pas chassés puis de lancer le Medicine-ball tenu à deux mains bras cassés au-dessus de la tête dans un espace délimité par-dessus un élastique et au-delà de la ligne des 6 m.
- **Courir vite:** courir en moins de 7" sur 30 m (départ fléchi mains sur 2 cônes) en franchissant 4 haies de 40 cm et respectant l'alternance 3 et 4 appuis dans les intervalles.
- **Sauter haut:** réaliser après un élan sur une boucle, une impulsion à un pied pour toucher de la main une cible située 25 cm plus haut que la hauteur maximale atteinte, 1 bras tendu verticalement, puis se réceptionner de façon équilibrée et poursuivre son déplacement.
- **Sauter avec un engin:** piquer la perche correctement dans la zone délimitée après une course d'élan sur 6 appuis puis passer du bon côté de la perche en effectuant un demi-tour pendant la suspension pour atterrir équilibré sur les 2 pieds dans la zone délimitée, sans lâcher la perche.



## LE PASS'ATHLETE ET LE VISA PERF

Le PASS'ATHLE offre un véritable continuum de formation au jeune de 4 à 15 ans et invite à considérer les 4 dernières années d'âge comme un sas terminal pour apprendre à devenir athlète et à s'orienter vers une famille d'épreuves. D'où le nom de ce programme spécifique aux U16: le **Pass'Athlète**.

Ce sont près de 160 acquisitions fondamentales qui sont réparties sur 4 ans soit **8 domaines de compétences**.

Pour obtenir ses lacets et pointes de couleurs, l'athlète aura 2 fois par an la possibilité (mi-mars et mi-juin) de faire un point avec son entraîneur sur les progrès qu'il a réalisés. L'entraîneur pourra ainsi valider les acquisitions fondamentales qui sont maîtrisées:

- **LES SAVOIRS PRATIQUES:**

Ce sont les éléments liés à l'entraînement et à la compétition comme l'échauffement, la récupération, la concentration, les feedbacks, le développement des sensations... soit un panel d'habitudes et de repères permettant à l'athlète de connaître son corps et les principes de l'entraînement.



- **LES POSTURES ET PLACEMENTS:**

Le rendement mécanique et la prévention des traumatismes passent par des attitudes corporelles respectant les courbures rachidiennes et permettant une expression mécanique juste dans la réalisation du geste. Les capacités à adopter une posture juste et à la conserver en mettant son corps en mouvement et/ou en mobilisant des charges est l'enjeu de ce domaine.



- **GÉRER SON ALLURE:**

La notion d'effort en durée que ce soit en marche ou en course ainsi que la capacité à en varier les allures permet à l'individu de se centrer sur soi, sur son fonctionnement corporel et sur ses sensations.

- **ACQUISITIONS FONDAMENTALES EN:**

- COURSES
- SAUTS
- LANCERS

Les ateliers techniques proposés permettent à l'athlète d'acquérir dans chaque discipline les connaissances et compétences opérationnelles et comportementales lui permettant de savoir d'où il doit partir et où il doit arriver. Le trajet qu'il utilise pour réaliser le geste technique global étant du ressort de la démarche pédagogique de l'entraîneur.



- **LES SAVOIRS PRATIQUES:**

Elle est fondamentale à cet âge où il faut leur donner les bons repères pour les aider à construire leur identité. Une bonne connaissance du règlement de chaque discipline est essentielle pour leur permettre de s'exprimer pleinement et en toute sécurité lorsqu'ils abordent une épreuve en compétition. Les quizz proposés sur la plateforme Pass'Athlé permettent d'une manière ludique de vérifier avec le jeune si les éléments règlementaires utiles dans sa pratique athlétique sont acquis. Les questions sont formatrices et formalisent ce qui a été appris à l'entraînement comme par exemple le temps imparti pour réaliser un essai, les conditions pour valider un jet, les conditions d'une disqualification, la priorité des courses par rapport aux concours lorsque les épreuves se déroulent en même temps...

Les résultats obtenus aux quizz alimentent l'évaluation du Pass'Athlète. De plus, l'investissement du jeune dans sa pratique et le temps qu'il y consacre forge aussi cette culture de l'athlétisme. C'est l'entraîneur qui remplira cette partie.

- **LA PARTICIPATION COMPÉTITIVE:**

Elle contribue également à la formation du jeune, car rien ne remplace la mise en situation réelle. Le programme U16 incite donc les benjamins à avoir une pratique diversifiée en testant l'ensemble des disciplines athlétiques pour pouvoir orienter progressivement leur choix durant la catégorie minime. Cette partie se remplit de manière automatique.

Ces 8 volets de la formation du jeune attestent d'une formation complète de l'individu propice à l'émergence du potentiel de chacun. Ils guident l'athlète et l'aident à faire ses choix et à construire son parcours d'athlète. Le programme U16 incite les benjamins à tester l'ensemble des disciplines athlétiques pour pouvoir orienter progressivement leur choix durant la catégorie minime.

La FFA propose déjà le suivi G2024. Elle y adjoint le Visa'perf destiné uniquement aux minimes 2ème année à fort potentiel. Il est validé par les membres des Equipes Techniques (Départementale et/ou Régionale) qui attestent de l'accompagnement d'un jeune talent et de son entraîneur.

A la fois guide de formation, interface de la relation entraîneur-entraîné et garde-fou contre la spécialisation précoce, le Visa'Perf est un pré-requis à la participation aux compétitions nationales de fin de saison marquant la transition vers la catégorie cadet. Il garantit que la formation initiale du jeune est complète et que la marge de progression de ce potentiel membre des Equipes de France Jeunes et Senior est intacte.



## ÉVALUATION DES PASS'AVENTURE, PASS'EVEIL, PASS'POUSS, PASS'ATHLÈTE ET VISA PERF

### POUR LE PASS'AVENTURE:

- Conditions d'obtention:

Les 6 ateliers du Pass'Aventure ont lieu sur la dernière séance du Trophée d'Été. Sur chaque situation, l'enfant a droit à une seule série de 3 essais consécutifs. Il faut qu'il réussisse au moins une fois sur les 3. Pour que son niveau soit validé, il doit réussir 4 situations du Pass'Aventure sur les 6.

- Quelle récompense pour l'enfant?

- La participation à une cérémonie officielle de proclamation des résultats en présence des camarades, entraîneurs, dirigeants et parents.
  - L'obtention du statut correspondant à son âge et niveau ("lutin" pour les 4 ans, "explorateur" pour les 5 ans et "super-héros" pour les 6 ans) et matérialisé par un badge.
  - La validation de son passeport par l'organisateur.
  - La participation à un bon goûter.
-

---

POUR LES PASS'EVEIL ET PASS'POUSS:

- Conditions d'obtention:

Chaque enfant doit obligatoirement passer sur les 6 ateliers; le témoin de couleur est réussi si l'enfant a validé 5 ateliers sur les 6. Pour chaque atelier, l'enfant bénéficie de 3 essais; l'atelier est validé après 2 réussites.

- Quelle couleur de témoin passer?

Chaque enfant tente d'obtenir le témoin correspondant à son âge.

Cas particuliers:

- Échec en février, l'enfant tente la même couleur de témoin en mai.
- Échec en mai, l'enfant tente la même couleur en février, quitte à passer la suivante en mai.
- Nouvel arrivant de 7 ans, l'enfant tente le témoin vert si l'éducateur le juge apte (vérifier à l'occasion d'une séance).
- Nouvel arrivant de 8 ans, l'enfant tente le témoin rouge si l'éducateur le juge apte (vérifier à l'occasion d'une séance qu'il a les acquis du témoin vert).
- Nouvel arrivant de 9 ans, l'enfant tente le témoin de bronze si l'éducateur le juge apte (vérifier à l'occasion d'une séance qu'il a les acquis du témoin rouge).
- Nouvel arrivant de 10 ans, l'enfant tente le témoin d'argent si l'éducateur le juge apte (vérifier à l'occasion d'une séance qu'il a les acquis du témoin de bronze).
- Nouvel arrivant de 11 ans, l'enfant tente le témoin d'or si l'éducateur le juge apte (vérifier à l'occasion d'une séance qu'il a les acquis du témoin d'argent).

- Quelle récompense pour l'enfant?

- La participation à une cérémonie officielle de proclamation des résultats en présence des camarades, entraîneurs, dirigeants et parents.
  - L'obtention d'un témoin de couleur correspondant à son âge et niveau matérialisé par un badge.
  - La validation de son passeport par l'organisateur.
  - La participation à un bon goûter.
-

#### POUR LES PASS'ATHLÈTE

- Conditions d'obtention:

Chaque jeune doit obligatoirement passer sur les ateliers proposés par l'encadrement. Les ateliers correspondent à une forme d'acquisition fondamentale par année d'âge.

Les 2 journées de Pass' doivent permettre de valider en moyenne 35 acquisitions par année d'âge soit environ 1 acquisition par semaine sur la totalité de la saison. Au regard des informations renseignées par l'entraîneur sur la plateforme, le système détermine automatiquement l'obtention des Pass'Athlètes U13, U14, U15 et U16.

Une évaluation continue tout au long de la saison peut être choisie par l'entraîneur dans certains domaines de compétences, mais les journées Pass'Athlé sont des moments privilégiés qu'il faut conserver. Pour chaque atelier, le jeune bénéficie de 3 essais et l'atelier est validé après 1 réussite.

- Quelle couleur de lacets et de pointes passer?

En U16, ce sont des lacets et des pointes de couleurs qui viendront jalonner les étapes d'apprentissages. Chaque jeune tente d'obtenir les lacets et pointes de couleur correspondant à son âge:

- Benjamin 1ère année: lacets d'argent
- Benjamin 2ème année: pointes d'argent
- Minime 1ère année: lacets d'or
- Minime 2ème année: pointes d'or

La notion de rattrapage est à utiliser. Elle fait partie de la formation de nos jeunes qui n'évoluent pas tous à la même vitesse.

Un certain nombre de compétences sont proposées à la validation mi-mars et les autres mi-juin. Le jeune qui n'a pas validé tous les domaines de compétences qui correspondent à son âge peut les retenter au cours d'un entraînement avec son entraîneur ou lors d'un stage.

- Quelle récompense pour le jeune?

- La participation à une cérémonie officielle de proclamation des résultats en présence des camarades, entraîneurs, dirigeants et parents.
- L'obtention des lacets et pointes de couleur correspondant à son âge et niveau.
- La délivrance d'un diplôme correspondant
- La participation à un bon moment convivial.

## POUR LE VISA PERF

- Conditions d'obtention:

Chaque Minime 2ème année, susceptible de se qualifier à un championnat national de fin de saison estival (juin/juillet), doit obligatoirement avoir validé son Visa'Perf pour y participer.

Ce certificat atteste que le jeune prétendant a bien suivi une formation athlétique complète et possède tous les éléments qui lui permettront de s'épanouir sans risque et de façon optimale dans un athlétisme de compétition qui nécessite un fort investissement physique et mental pour gravir les échelons du haut-niveau.

Le Visa'Perf est attribué par un membre de l'ETR ou ETD reconnu comme référant Visa'Perf.

Les 8 domaines de compétences présents dans le Pass'Athlète sont à évaluer lors des stages régionaux ou départementaux.

- Logique de suivi

Le nombre de jeunes concernés par le Visa'Perf est relativement restreint et doit correspondre à nos jeunes suivis dans le cadre de l'opération « Génération 2024 ».

Même si la tentation est grande, le jeune ne doit pas chercher à s'ultra-spécialiser s'il veut continuer à progresser dans les catégories supérieures. Le Visa'Perf est un élément de plus pour favoriser les échanges entre les membres des ETR/ETD et l'Entraîneur de Club du Minime 2 performant pour accompagner ce dernier à s'inscrire dans une logique de performance à long terme jusqu'aux portes des équipes de Frances Jeunes et surtout Seniors.

- Quelle récompense pour l'athlète et son entraîneur?

- La délivrance à l'athlète de son Visa pour la Performance
- La reconnaissance par les référents de la catégorie de la qualité du travail réalisé par l'entraîneur
- La possibilité de participer à un championnat national de fin de saison s'il est qualifié
- La certification d'une éducation athlétique complète bien menée (validation siffa)

## 5

## LES OUTILS DU PASS'ATHLE

L'interface dédiée aux "entraîneurs Pass'Athlé" et à la saisie des résultats des au programme Pass'Athlé est accessible à cette adresse : <https://si-ffa.fr/passathle>

Les documents nécessaires à l'organisation d'un Pass' sont sur le site de la plateforme fédérale: <https://www.entrainement-athle.fr/>

- Le passeport du jeune athlète contient les compétences acquises par le licencié, sert de lien avec les parents et témoigne des progrès moteurs de leur enfant.
- La plateforme Pass'Athlé: pour assurer le suivi du parcours de formation athlétique de chacun, la FFA a créé la plateforme « Pass'Athlé » qui présente le concept global Pass'Athlé et qui permet au licencié de suivre sa progression. Elle est accessible à cette adresse : <http://www.pass-athle.fr/>

Pour les U16, la plateforme remplace le passeport du jeune athlète. Elle permet à l'athlète et à son entourage de suivre chacun de ses progrès à l'entraînement et en compétition. Un espace personnel est dédié à cet effet et des quizz réglementaires de culture athlétique, ainsi que des jeux et bonus sont à découvrir.

## CONCLUSION

Le Pass' est l'outil de mesure de l'évolution motrice de nos enfants, de validation de leurs progrès. Il offre également l'occasion d'une animation festive au sein du club, rassemblant enfants, parents, élus et encadrement autour d'un moment convivial qui marque la vie du club. Il permet également d'entretenir la motivation de l'enfant, tant par son rapport à l'imaginaire et à une aventure vécue, que par l'approche de la performance motrice, coordinative et technique. Les étapes du Pass' participent d'abord à la construction de l'individu puis le guident progressivement dans son apprentissage de l'entraînement et du « devenir athlète »