Déroulement du 3ème OPEN des DEUX-SÈVRES

Samedi 17juin 2023

De 14H00 à 16H puis de16H à 18h30

Salle Multisports rue de Malabry 79300 BRESSUIRE

(Une buvette à l'entrée sera assurée par le club accueillant Taekwondo Club Bressuire)

Dès 8h Mise en place de la compétition

Objectifs : - Proposer une manifestation à destination de nos plus jeunes licenciés plus proche d'une animation que d'une compétition traditionnelle et qui se veut un complément de l'offre des manifestations déjà proposées des clubs de Valvert, de La Rochelle etc. …. Une manifestation qui tout en incitant les enfants à se dépasser privilégie le plaisir et le développement de l'esprit civique chez les enfants en ne laissant personne avec le goût amer de la défaite.

- *Découvrir en même temps une compétition officielle de Taekwondo qui se déroule en parallèle.*

Des enfants répartis par groupe mixte.

Les enfants sont accueillis à l'accueil puis regrouper pour le salut dans la salle. Ils retrouveront à la fin leurs parents. Ils seront répartis en groupes de 16 enfants avec 1 adulte par groupe. Chaque groupe, divisé en 4 équipes de 4, tournera sur les 3 ateliers suivants (35' par atelier) :

Pour les benjamins et les minimes les enfants seront à la fois acteurs des épreuves, arbitres et juges aidés par des adultes.

Tous les enfants recevront une médaille identique
Des frais d'inscriptions accessibles 5€/enfant
Une jauge pour permettre le respect des horaires et de la tenue des ateliers
de 14H00 à 16H les pupilles1 et 2.
de 16H à 18H30 les Benjamins et les Minimes.

1- « animation » Pupilles. (Pas de touche)14h00-16h *(Jauge 48 enfants)*

- **PUPILLES 1 né(e) s en 2017**
- **PUPILLE 2 né(e) s en 2016**

- Un échauffement de 10mn
- 3 ateliers de 35 mn soit 1H 45
- 16 enfants par ateliers
- Remise des médailles à chaque enfant 15mn

Un atelier combat sans touche :

4 aires de combat de 16 m2
4 groupes de 4 enfants (pupille 1 ou 2 mixte si possible) soit 16 enfants
2 rounds de 30s avec une pose 1mn pour expliquer la décision du juge/arbitre
6 combats par aire avec 3 combats pour chaque enfant 5mn par combat en tenant compte des rotations et des justifications des résultats
2 adultes par aires.
Une fiche de passage des rotations et de collecte des points par aire
2 enfants enchainent chacun leur tour 2 techniques de jambes,
1 adulte/adolescent « juge » qui attribue le point au vainqueur de chaque round en justifiant selon 4 critères, la variété des techniques, l'esthétique des coups de pieds, la rapidité de réaction, la distance de combat, (2 points à répartir par round, soit 0 point soit 1 point si égalité soit 2 points si victoire)
1 adolescent qui chronomètre

Un atelier saut : sur un saut ciseau les enfants doivent toucher avec le pied un ballon progressivement monté de plus en plus haut, et retomber sur leurs pieds pour valider l'essai.
2 passages ; un pour les pupilles 1 et un pour les pupilles 2 trois essais par enfant, donner la hauteur du saut à chaque enfant pour qu'il puisse mesurer sa progression lors d'une prochaine rencontre

Un atelier Zémita ; jeux sur plastron électronique
Divisé en 2 équipes : casse de tuiles, temps de réaction, le + de coups de pied possible (prêt du matériel par la ligue : écran chromcast, tablette, sacs et plastron)

2-« animation » Benjamins Minimes (Pas de touche) *16h-18h30* . ***Jauge 64 enfants***

- **BENJAMINS nées en 2015 2014**
- **MINIMES né(e)s en 2013 2012**

- Un échauffement de 10mn
- 4 ateliers de 35 mn soit 2H 20
- 16 enfants par ateliers
- Remise des médailles à chaque enfant 15mn

Un atelier artistique :
4 aires de 16 M2
Par groupe de 3 ou 4, les enfants proposent un enchainement de techniques 4 ,5,6 … (poing ou pied) synchronisées devant les autres.
° choix de la disposition du groupe (ligne, ronde, carré)
° choix du mouvement (rectiligne, en ronde, vers le centre, vers l'extérieur, combinaison)
° un enfant compte les mouvements pour aider ;
° veiller à ce que chaque enfant propose au minimum une technique
Un adulte par groupe en soutien pour aider à la mise en œuvre.
15 minutes de préparation
4 Présentations des réalisations de 5mn soit 20mn

Un atelier saut : sur un saut ciseau les enfants doivent toucher avec le pied un ballon progressivement monté de plus en plus haut, et retomber sur leurs pieds pour valider l'essai.
2 passages ; un pour les benjamins et un pour les minimes trois essais par enfant ; donner la hauteur du saut à chaque enfant pour qu'il puisse mesurer sa progression lors d'une prochaine rencontre

Un atelier combat sans touche :
2 enfants enchainent chacun leur tour 2 techniques de jambes,
1 enfant « juge » qui attribue le point au vainqueur de chaque round en se justifiant selon 4 critères, la variété des techniques, l'esthétique des coups de pieds, la rapidité de réaction, la distance de combat,
1 enfant « un arbitre » au centre qui même le combat,
1 adulte qui chronomètre,

Un atelier Zémita ; jeux sur plastron électronique par équipes.
Divisé en 2 équipes : casse de tuiles, temps de réaction, le + de coups de pied possible etc… (prêt du matériel par la ligue : écran chromcast, tablette, sacs et plastron)