

**PASS'  
ATHLÉ**

**MODE  
D'EMPLOI**





## 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 3 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).

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 École d'Athlétisme et leur encadrement.
  - Créer des situations d'animation et de valorisation des enfants au sein des clubs.
-

## 2

## INTÉRÊT

### **LE PASS'ATHLÉ ET LE JEUNE**

- 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.

### **LE 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.
- 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 4-11 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.
-

## 3

## PRINCIPE

### *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 ou BEES.

**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 préciser les critères d'évaluation.
- Préparation des ateliers par l'équipe d'organisation.
- Accueil des enfants (confirmation des présents 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** (2<sup>e</sup> degré moins de 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'.\*

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.

---

(\*) 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.
-

## 4

## LES CONTENUS DES DIFFÉRENTS PASS'ATHLÉ

### 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 clôture 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.
- **Coordonner pour se déplacer** : Slalom marché, retour en courant en ligne droite.



**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 2 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 2 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 contre-haut 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 TÉMOIN DE BRONZE (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, Médecine-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.

## ***ÉVALUATION DES PASS'AVENTURE, PASS'EVEIL ET PASS'POUSS***

### **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.

## 5

## LES OUTILS DU PASS'ATHLÉ

L'interface dédiée aux "entraîneurs Pass'Athlé" et à la saisie des résultats des participants 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/>

- Les fiches décrivant les différentes situations d'évaluations se trouvent dans : "Pratique", "Situations", "Concept", "Pass'Athlé".
- La philosophie, les conseils d'organisation, les fiches de suivi, le matériel se trouvent dans : "Savoirs", "Concept", "Pass'Athlé".

Le **passport du jeune athlète** contiendra les compétences acquises par le licencié, servira de lien avec les parents et pourra ainsi témoigner des progrès moteurs de leur enfant.



## 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 et coordinative.