Guide sportif

2026-2027



Référents des activités sportives :

Athlétisme	Yann LEPELLETIER - Dembéni	06 13 88 98 24	yannlepel@hotmail.fr
Badminton	Mattieu GOUZOU - Labattoir	06 26 29 05 99	mattgouzz@yahoo.fr
Basket-Ball	Laura MAQUIGNEAU - Labattoir	06 14 08 28 49	lauramaquigneau@hotmail.com
Danse Chorégraphie	Grégoire TAVERNIER - Mgombani	07 83 17 98 47	gregoiretavernier2703@gmail.com
Danse Hip-Hop	Alban RIZZITELLI – K1	07 85 51 74 83	alban.rizzitelli@gmail.com
Escalade	Matis Caverivière – K2	07 66 19 68 95	cmatis33@gmail.com
Football/futsal:	Lucas FRANCLET - Chiconi	07 85 95 23 76	Lucas-franclet57@live.fr
Golf	Pierre RIVAUD – Doujani	06 47 47 24 99	rivaud.pierrot@wanadoo.fr
Gymnastique artistique	Perrine AVARGUES -Mgombani	06 16 70 00 76	perrine.avargues@gmail.com
Handball	Enzo DI PAOLA - Tsingoni	06 93 49 25 06	enzo.di-paola@ac-mayotte.fr
Jeux de l'UNSS	Yann LEPELLETIER - Dembéni	06 13 88 98 24	yannlepel@hotmail.fr
KBL/ Boxe	David Chorel - Bandrélé	06 39 09 26 82	david.chorel@gmail.com
Judo/lutte	Benjamin GRAND - Mgombani	06 39 09 09 34	grandbenjamin@orange.fr
Laser run	Jessica MIRMONT – Dembéni	06 39 59 64 15	jessicamirmont@hotmail.fr
Musculation	Laurent FERREIRA - Lumières		gaby.ferreiradacosta@orange.fr
Natation/savoir nager	Charlotte PASQUET - Passamainty	06 39 68 33 21	pasquet.charlotte@orange.fr
Raid- CO /SRAV	Marion FORISSIER - Tsimkoura Luca SELVA - Bouéni	07 70 42 43 14 07 67 22 10 59	selva.luca67@gmail.com marion.forissier@ac-mayotte.fr
KAYAK	ROINARD Alexandre - Majicavo	06 21 35 77 62	alexandreroinard@gmail.com
Rugby	Mathieu CHAUFFLEUR - Koungou	06 33 04 35 81	mathieuchauffleur@gmail.com
Sport partagé	Caroline DE CROOS - Ouangani	06 51 58 89 74	caroline.De-Croos@ac-mayotte.fr
Volley-ball	William LE THUC – Koungou Péric BISSECK - Chiconi	06 03 90 10 68 06 42 76 37 04	william.lethuc@gmail.com pericbisseck@msn.com
Tennis de table	Louis LHEUREUX – Kwalé Ibrahim ELYASSINE– Doujani	06 95 57 56 40 06 39 28 68 53	louis.lheureux@ac-mayotte.fr ibrahim.elyassune08@gmail.com

Référents des thématiques transversales :

Jeunes secouristes	DUFOUR Alexis -Tsingoni Caroline DE CROOS - Ouangani	06 78 01 01 48 06 51 58 89 74	dufour.alexis@outlook.fr caroline.De-Croos@ac-mayotte.fr
Jeunes reporters	Baptiste MILLIERE - Doujani	07 50 97 21 74	baptiste.milliere29@gmail.com
Jeunes éco-responsables	VALERO Sascha – Koungou OLES Emilie - Tsararano	06 23 17 10 87 06 23 42 57 33	S.valero@live.fr emilie.oles@orange.fr

SOMMAIRE

Référents des activités 2
Informations générales 4
CATEGORIES D'AGES 4
LICENCES 5
TENUE 5
RÔLE DE L'ENSEIGNANT 5
CHAMPIONNATS ETABLISSEMENT 5
CHAMPIONNATS EXCELLENCE 6
CERTIFICAT MEDICAL 6
QUALIFICATIONS et DÉPLACEMENTS aux Championnats de France 6
JEUNES OFFICIELS 6
ACTIVITES SUR PLAGE 7
RENCONTRES AVEC PARTICIPATION FINANCIÈRE DE L'AS (festival de danse, raid…) 7
REPÊCHAGE ET RESULTATS 7
Athlétisme 7
Basket- Ball 7
Danse chorégraphique 12
Danse hip-hop 15
Escalade 16
Foot-futsal 17
Golf 19
Gymnastique 21
HandBall 24
Kick Boxing light et boxe assaut 26
Judo/lutte 31
Laser run 32
Savoir nager / natation 34
Raid – CO – SRAV 35
Kayak 37
Rugby 40
SPMA: sport partagé multi-activité 42
Volley-ball 46
Tennis de table 48
Badminton 49
Jeux de l'UNSS 50
Musculation 52
Jeunes reporters 67
Jeunes secouristes 70
Jeunes éco-responsables 70
ANNEXES 70
N°1 GYMNASTIQUE 70
N°2 SAVOIR NAGER 70
N° 3 : AISANCE AQUATIQUE 70

Informations générales

CATEGORIES D'AGES :

Benjamins	Nés en 2014, 2015, 2016
Minimes	Nés en 2012- 2013
Cadets	Nés en 2010- 2011
Juniors	Nés en 2008-2009
Seniors	Nés en 2007 et avant

Catégories COLLEGES

<table>
<tr><th>Années de naissance</th><th>Classes</th><th>Catégories</th><th colspan="2">Sports Collectifs (à finalité académique)</th><th colspan="2">Sports Collectifs (à finalité nationale)</th><th>Sports Individuels</th><th>Activités artistiques</th></tr>
<tr><td>2016</td><td>6ème - 1</td><td>Benjamin 1</td><td rowspan="3">Benjamins Finalité acad. (Filles possible)</td><td rowspan="3">Benjamines Finalité acad. (Filles possible)</td><td colspan="2">NON</td><td>Surclassement possible</td><td rowspan="6">Collèges Mixtes</td></tr>
<tr><td>2015</td><td>6ème</td><td>Benjamin 2</td><td rowspan="2">Collèges Mixtes</td></tr>
<tr><td>2014</td><td>5ème</td><td>Benjamin 3</td><td colspan="2">Surclassement possible (Art. 19.2)</td></tr>
<tr><td>2013</td><td>4ème</td><td>Minime 1</td><td rowspan="3">Collèges Garçons Finalité acad. (Filles possible)</td><td rowspan="3">Collèges Filles Finalité acad. (Filles possible)</td><td rowspan="3">Collèges Garçons (Filles possible)</td><td rowspan="3">Collèges Filles</td></tr>
<tr><td>2012</td><td>3ème</td><td>Minime 2</td></tr>
<tr><td>2011</td><td>3ème + 1</td><td>Cadet 1</td></tr>
</table>

Catégories LYCEES

<table>
<tr><th>Années de naissance</th><th>Classes</th><th>Catégories</th><th colspan="2">Sports Collectifs (à finalité académique)</th><th colspan="2">Sports Collectifs (à finalité nationale)</th><th>Sports Individuels</th><th>Activités artistiques</th></tr>
<tr><td>2012</td><td>2nde - 1</td><td>Minime 2</td><td rowspan="3">Cadets Garçons Finalité acad. (Filles Possible)</td><td rowspan="6">Lycées Filles</td><td>Surclassement possible (Art. 19.2)</td><td rowspan="6">Lycées Filles</td><td rowspan="4">Lycées Mixtes</td><td rowspan="6">Lycées Mixtes</td></tr>
<tr><td>2011</td><td>2nde</td><td>Cadet 1</td><td rowspan="3">Lycées Garçons (Filles possible)</td></tr>
<tr><td>2010</td><td>1ère</td><td>Cadet 2</td></tr>
<tr><td>2009</td><td>Terminale</td><td>Junior 1</td><td rowspan="3">Lycées Garçons Finalité acad. (Filles possible)</td></tr>
<tr><td>2008</td><td>Terminale +1</td><td>Junior 2</td><td rowspan="2">Garçons possible CF spécifiques LP (Art. 47.2)</td></tr>
<tr><td>2007</td><td>Terminale + 2</td><td>Sénior</td><td>Garçons possible CF spécifiques LP (Art. 47.2)</td></tr>
</table>

LICENCES : Elles sont obligatoires, quel que soit le niveau de la rencontre. Le listing OPUSS doit être présenté et numérisé en début de chaque rencontre.

Pour les championnats d'académie, la licence avec photo est obligatoire, ou présentation d'un titre d'identité ou carnet de liaison. En cas de non-présentation de licence, l'équipe pourra participer mais ne sera pas classée

TENUE: Chaussures fermées recommandées.

RÔLE DE L'ENSEIGNANT : Pendant les rencontres de district il peut être présent sur le terrain mais en tant que formateur pour ses Jeunes Arbitres et Jeunes Coachs. En aucun cas il ne doit intervenir directement sur les joueurs ou les arbitres. Si une erreur d'arbitrage est importante, c'est au référent de l'arbitrage de la rencontre d'intervenir pour aider les arbitres.
Lors des rencontres académiques, la présence sur le terrain et l'intervention de l'enseignant sur les arbitres n'est pas autorisée, sauf pour le référent arbitrage.

CHAMPIONNATS ETABLISSEMENT : Un championnat d'académie est organisé dans toutes les catégories d'âge et de sexe sous réserve d'un engagement de 3 équipes d'AS dans au moins 3 districts (ou sur l'ensemble du district).

- Une AS ne peut pas présenter plus d'une équipe aux phases finales du championnat d'académie dans le même sport et la même catégorie d'âge et de sexe (sauf en sport partagé).
- Un joueur peut participer EN EQUIPE ETABLISSEMENT dans plusieurs équipes mais pas dans la même journée.

- Si un district a des équipes isolées (moins de 3 AS), elles seront réunies dans d'autres districts.

CHAMPIONNATS EXCELLENCE Les options et classes à horaires aménagés doivent participer au championnat d'excellence. Les élèves appartenant aux dispositifs : options/ horaires aménagées doivent être renseignés sur OPUSS : élève excellence. En aucun cas, un licencié ne peut participer aux deux championnats d'académie. Une participation en rencontre excellence le bannira toute la saison du championnat établissement.
En fonction du nombre de sections sportives et de la participation des options et classe à horaires aménagés, il est convenu pour les championnats d'académie :
1 seule AS excellence : Elle peut intégrer le championnat établissement
Au moins 3 AS excellence : Comme pour les championnats établissements, il est organisé un championnat excellence. Les 3 équipes seront récompensées.

Il est rappelé : (cf. fiche sport et dispositions générales DN)
- qu'un joueur qui a effectué au moins un match en catégorie excellence lors de l'année scolaire en cours et dans le même sport ne pourra plus concourir dans le championnat établissement de cette activité.
-que tout élève ayant été inscrit en SSS dont au moins dans l'une de deux années précédentes ne sera pas autorisé à concourir en équipe d'établissement, à l'exception d'un changement d'établissement.
-que les Sections Sportives Scolaires comportant des élèves garçons et filles (**au moins 1 fille et/ou au moins 1 garçon)**, doivent participer dans les **deux** sexes en excellence.

CERTIFICAT MEDICAL : Le certificat médical n'est pas nécessaire dans les activités que l'on pratique à Mayotte, hormis pour la pratique du rugby à plaquer pour les élèves ayant 18 ans et plus.

QUALIFICATIONS et DÉPLACEMENTS aux Championnats de France :

- Le projet académique annuel de l'UNSS Mayotte définit lors du séminaire quelles équipes seront aidées financièrement pour participer aux CF.
- Toutes les équipes désirant participer aux CF doivent se faire connaître avant les vacances de Toussain afin qu'une place leur soit réservée. **Sans pré-demande, l'équipe ne pourra pas partir au championnat de France.**
- La condition SINE QUA NON est :
    - d'être sacrées « championnes d'académie », et dans certaines activités, ce doit être toutes catégories confondues (1ere au scratch comme en CROSS, en athlétisme…)
- Les activités isolées peuvent participer aux CF s'ils respectent les conditions nécessaires.
- Pour les équipes non financées, le SR ne prendra pas en charge le forfait hébergement-nourriture des élèves, et les aides au transport reversées par la direction nationale leur seront intégralement données (généralement entre 200 et 250 euros par élève compétiteur transporté). Il n'y aura plus d'aide du SR pour les jours de carences lors des échanges.

JEUNES OFFICIELS :

- Un jeune coach inscrit sur OPUSS, certifié niveau district obligatoire par équipe, et intégré à la composition de l'équipe.
- Un jeune arbitre (ou 2 selon les championnats) inscrit sur OPUSS et certifié niveau district pour une rencontre district, départemental pour une rencontre académique. La certification académique ne peut intervenir qu'après validation lors d'une rencontre académique. Un élève d'une autre AS peut être engagé.
- Les autres JO -reporters, secouristes, ambassadeurs, interprètes- peuvent accompagner leur équipe sur demande au SR.

ACTIVITES SUR PLAGE :

La baignade des élèves est interdite lors des activités de plage. Sauf s'ils sont équipés d'un gilet. La surveillance incombe à l'enseignant responsable de ses élèves.

En cas d'incident sur l'eau, appeler les sauveteurs en mer au **196**.

RENCONTRES AVEC PARTICIPATION FINANCIÈRE DE L'AS (festival de danse, raid…) :

- L'AS ne peut adapter le prix en fonction de la quantité d'élèves présents le jour J (si 15 élèves sont présents à l'inscription, il faudra payer pour les 15 élèves).
- Une AS qui se désiste devra payer les frais

REPÊCHAGE ET RESULTATS :

- Toute demande de repêchage doit être adressée par mail au SR, le coordonnateur de district doit être en copie, le lendemain de la rencontre jusqu'à 18h.
- Les résultats des rencontres doivent être envoyés par mail au coordonnateur de district, le SR doit être en copie.

Athlétisme

Se reporter aux **Fiches Sports** dédiées sur Opuss.

1/ Dates & Lieux des rencontres

JNSS	TRAIL/RANDO	FORMATION JO	CROSS	LASER RUN	JEUX DE L'UNSS	BEACH ATHLETISME
16/09	SUD : EST : OUEST : 21/04 NORD : 23/06	28/10	04/11	25-11 20-01 03-02	25-11 13-01 27-01	02-06

Basket- Ball

Se reporter à la **Fiche Sport** dédiée sur Opuss.

1/ Dates & Lieux des rencontres

→ 2 journées par catégories dans chaque district au collège, au lycée 2 journées également
→ finale académique pas d'actualité pour les BG et BF, seulement pour les MG et MF pour l'instant et les lycées
→ lieux encore à déterminer pour les collèges

Catégorie / District	BF	BG	MF	MG	LYCEE Garçons et filles
EST	J1 = 13/01	J1 = 20/01	J1 = 18/11	J1 = 25/11	J1 = 25/11
	J2 = 31/03	J2 = 07/04	J2 = 10/03	J2 = 27/01	J2 = 03/02
OUEST	J1 = 13/01	J1 = 20/01	J1 = 18/11	J1 = 25/11	J1 = 25/11
	J2 = 31/03	J2 = 07/04	J2 = 10/03	J2 = 27/01	J2 = 03/02
NORD	J1 = 13/01	J1 = 20/01	J1 = 18/11	J1 = 25/11	J1 = 25/11
	J2 = 31/03	J2 = 07/04	J2 = 10/03	J2 = 27/01	J2 = 03/02

SUD	J1 = 13/01	J1 = 20/01	J1 = 18/11	J1 = 25/11	J1 = 25/11
	J2 = 31/03	J2 = 07/04	J2 = 10/03	J2 = 27/01	J2 = 03/02
JOURNEE ARBITRAGE = 28 octobre					
FINALES ACADEMIQUES COLLEGE = 2 juin FINALES ACADEMIQUES LYCEE = 10 mars					

ATTENTION

→ Suite à chaque rencontre, les professeurs qui reçoivent doivent envoyer le résultat au coordonnateur de district

2/ Formes et organisation des rencontres

BASKET – BALL	**Benjamin**	**Minime**	**Lycée**	**OPEN Lycée 3x3**
Nombre de joueurs sur la feuille de marque	8	10	10	4
Composition des équipes	4x4	5x5	5x5	3x3
Nombre de joueurs min sur terrain	4 minimum	5 minimum	5 minimum	3 minimum
Joueurs sur feuille de match	8	10	10	4
Taille des ballons	Filles T6 – Garçons T7		Filles T6 – Garçons T7	
Temps de jeu	2x8min sans arrêt de chrono	2x10min sans arrêt de chrono	4x10min	21 pts ou 10min
Changement de joueurs	A la volée sortie du terrain obligatoire			Sur arrêt de jeu
Fautes	3 fautes personnelles: lancer franc + exclusion du joueur 5 fautes collectives: lancer franc			

Equipement obligatoire	Chaque match est arbitré par 1 ou 2 arbitres, assistés par 2 arbitres à la table (feuille de marque, chrono et scoreur). Le responsable du tournoi supervise l'arbitrage, mais chaque professeur est responsable de ses arbitres. Pour la finale académique, maillots numérotés obligatoires. Baskets obligatoires. Si le coach a un mauvais comportement pendant le match = faute d'équipe + un lancer franc Licences avec photos, carnet de correspondance à présenter.

ATTENTION

→ cette année le 3x3 en Lycée sera retenu

→ les temps de jeu sont régulés par les organisateurs, en fonction des aléas, en concertation avec les différentes AS, il peut y avoir maximum 2 équipes d'une même AS par catégorie

→ Sur ou sous classement: 1 cadet autorisé en minime, 1 benjamin autorisé en minime, pour le lycée dans l'équipe 1 cadet junior première année, dans l'équipe 2 juniors deuxième année

3/ Les jeunes officiels

Les jeunes **coachs**	Les jeunes **arbitres**	Les jeunes **reporters**

→ un jeune coach doit être intégré à la composition de l'équipe	→ il doit y avoir 1 ou 2 jeune arbitre par équipe et par AS	→ 3 maximum par établissement
→ les professeurs ne peuvent pas coacher sauf à la mi temps il est possible de réguler ses jeunes coachs	→ voir règlement dans le « livret jeune arbitre »	→ alimenter le plus possible les pages AS sur les réseaux sociaux

ATTENTION

→ les jeunes coachs et les jeunes arbitres peuvent jouer, mais ils ne peuvent pas arbitrer ni coacher dans une même catégorie et non plus son établissement

A SAVOIR

→ une **formation des jeunes arbitres** mélangeant collège et lycée est programmée le **28 octobre** en lien avec les ligues, en vue d'une validation district/ départementale/ académique

→ organisation = 4 élèves par établissement, 2 par catégories (validation en amont en interne du niveau district avec grille d'arbitrage), le but étant d'avoir un jeune coach académique par établissement si possible (lieu d'accueil à prévoir)

4/ Championnat excellence

→ 3 à 4 établissements option/section sportive Basket Ball sur Mayotte = Kawéni 1, Labattoir, Pamandzi et Mgombani

1. Une compétition par catégorie

Pour chaque catégorie concernée :

- **Benjamines**
- **Benjamins**
- **Minimes filles**
- **Minimes garçons**

Chaque catégorie comporte soit (après discussions avec les collègues concernés) :

- **Conférence Est : 4 à 8 équipes**
- **Conférence Ouest : 4 à 8 équipes**

Soit **8 à 16 équipes par catégorie**.

À chaque journée :

- un terrain = **Conférence Est**
- un terrain = **Conférence Ouest**

Les équipes de chaque conférence jouent donc sur leur terrain dédié.

On pourrait organiser plusieurs matchs courts afin que chaque équipe accumule des points et permette un classement général de conférence après chaque journée.
Par exemple :

Résultat /Points /classement

Et surtout :

Les quatre premières équipes de chaque conférence se qualifient pour les Playoffs.

Donc **8 équipes qualifiées** pour la grande journée finale.

2. La 3ème grande journée des finales : NBA PLAYOFFS DE MAYOTTE

On reprend exactement la logique NBA en l'adaptant légèrement en mixant les deux conférences.

Quarts de finale sur demi-terrain

A) 1 Est 4 Ouest
B) 2 Est 3 Ouest
C) 1 Ouest 4 Est
D) 2 Ouest 3 Est

Demi-finales sur grand terrain

A vs D
B vs C

Les vainqueurs accèdent aux finales NBA. Les perdants participent à la finale de conférence (petite finale) et les autres équipes à des matchs de classement.

4. LES FINALES NBA UNSS MAYOTTE sur un mercredi (matin et après-midi).

Avec une vraie mise en scène de finale :

- Présentation des équipes
- Présentation des joueurs
- Musique d'entrée
- Annonce des capitaines
- Arbitres sélectionnés au regard de leurs performances en amont lors des journées et validations
- Eventuellement speaker
- Protocole d'avant-match de fairplay
- Les autres joueurs et équipes ensemble en public/supporteurs
- Puis remise du trophée
- MVP de la finale et autres distinctions
- Vidéo de la journée, interviews de l'équipe championne par les jeunes reporters et photos sur le site de l'UNSS Mayotte.

L'équipe gagnante devient : **CHAMPION UNSS EXCELLENCE BASKET MAYOTTE** de sa catégorie.

Lors de cette journée et au regard de l'ambition de développer les plus de jeunes officiels en lien avec les compétences à développer pour les élèves, leur dossier et leur avenir :

On peut suivre grâce à l'utilisation d'une tablette numérique et de la création d'une application numérique automatisée spécialement conçue pour le basket-ball :

- Points, rebonds, passes décisives, interceptions, contres, (tirs réussis, tirs à 3 points si faisable) des élèves afin de leur donner leur carte joueur général qu'ils pourront garder et additionner d'une année à l'autre.
- MVP
- Meilleur marqueur
- Meilleur passeur
- Meilleur défenseur
- Meilleur arbitre
- Meilleur coach
- Joueur le plus fairplay

Cela permettrait également d'intégrer les élèves dans des rôles de :

- joueurs
- jeunes arbitres
- jeunes statisticiens
- jeunes reporters
- jeunes photographes
- speaker
- organisateurs et évaluateurs

Ce qui colle parfaitement à l'esprit **UNSS + CLASSES BASKET-BALL** que l'on cherche à développer.

La saison possible :

- **Journée 1 — Games day 1 (entre octobre et décembre selon les catégories)**
- **Journée 2 — Games day 2 + résultats de classement (entre janvier et mars selon les catégories)**
- **Journée 3 - PLAYOFFS DAY (avril/mai à voir si faisable réellement sur une journée ou si une journée pour les benjamins/benjamines et une journée pour les minimes)**

→ 8 équipes qualifiées

¼ finales puis ½ finales puis finale de conférence/finale NBA et remise des récompenses.

Construire ensemble **le règlement complet de cette compétition**, avec le format exact des matchs, le nombre de matchs par équipe, le système de classement, les départages, les horaires, l'organisation des terrains, les rôles des élèves, les statistiques, les trophées et surtout un **nom officiel + identité visuelle** pour présenter le projet à l'UNSS Mayotte.

Danse chorégraphique

Se reporter à la **Fiche Sport** dédiée sur Opuss.

1/ Dates & Lieux des rencontres

Lycées	Collèges

Lycée du Nord – Noémie De Chantilly LPO SADA – Sylvie Renard LPO DEMBENI – Clara Eynard	Dembéni – Romane Blaire K2 – Marine Boyer Majicavo – Xavier Remus Mtsamboro – Chloé Godinho Kani Kéli – Julie Brendle K1 – Passamainty – Lina Laurencery Tsingoni – Mgombani – Grégoire Tavernier Tsimkoura – Nina DIJOUX

- **Groupement 1 :** Passamainty - Kani Keli - Dembéni - Tsingoni - MGombani
- **Groupement 2 :** K1 - K2 - Majicavo – Mtsamboro

DATES :

- Rencontres Amicales : 30 septembre 2026 *à DÉFINIR*. *(Collèges + Lycées)*
- Formation jeunes regards : 28 octobre *à Mgombani et Kahani*
- Rencontres Districts : 10 mars 2027 *à DÉFINIR* pour le groupement 1 et *à DÉFINIR* pour le groupement 2. *(Collèges + Lycées)*
- Rencontre Académique : 7 Avril 2027 au Lycée de Kahani ou pôle culturel. *(Collèges + Lycées)*
- Festival : 9 juin 2027. *(Collèges + Lycées)* à Coconi.

2/ Formes et organisation des rencontres

- **Thème (après votes)** : *à DÉFINIR*
- **Nombre d'élèves** : Maximum 14 élèves sur scène + 1 Jeune Regard (ne peut pas être interprète *à DÉFINIR*).

Minimum 10 élèves sur scène. Mise en place d'un Malus de 0,5pt par élève en moins (exemple : l'AS se présente avec 8 élèves, ils auront un malus de 2x0,5=1pt)

- **Jeunes Officiels :**
  - **1 Jeune Coach obligatoire** : il peut faire partie de la compagnie et par conséquent être interprète sur scène.
  - **1 Jeune Regard obligatoire** qui ne peut pas faire partie de la compagnie et donc, ne peut pas être interprète sur scène (*à DÉFINIR)*.

De plus, il doit avoir suivi la **Formation « IRIS »** du Jeune Regard. Disqualification si absence des 2 JO et/ou si le Jeune Regard ne remplit pas les conditions demandées (pas sur scène + avoir fait la formation JO).
Formation Jeune Regard *à DÉFINIR*
Le Jeune Regard doit avoir suivi la nouvelle formation année scolaire 2026-2027.

- **Nombre d'équipe** : 1 maximum par AS.
Possibilité d'avoir 1 équipe supplémentaire dans la **catégorie Sport Partagé** ; compagnie de 6 élèves : 3 valides et 3 ESH.

- **Mixité** : Volonté d'intégrer des garçons dans nos AS Danse Contemporaine. Ainsi, un Bonus sera attribué aux AS qui se présenteront sur scène avec des garçons. **Bonus** de +0,5pt par garçon et Bonus bloqué à 1pt maximum.

- **Temps de chorégraphie** : Minimum 3 minutes / Maximum 6 minutes.
  Attention, si une scénographie est souhaitée, la compagnie possède 1min30 pour le montage de ses décors, et du même temps pour le démontage.

- **Classement** : Équipe 1ère, 2ème et 3ème du groupement 1 + Équipe 1ère et 2ème du groupement 2 qualifiées pour la rencontre Académique.
  Les points seront distribués comme tels : 75% par les adultes / 25% par les Jeune Regards. Le Jury « Adulte » et « Jeune Regard » attribueront pour chaque compagnie, les points comme tels : 5pts (1er), 4pts (2nd), 3pts (3ème), 2pts (4ème), 1pt (5ème) pour le groupement 1 et 4pts (1er), 3pts (2ème), 2pts (3ème), 1pt (4ème) pour le groupement 2.

Pour aider le Jury « Adulte » dans son classement de la meilleure à la moins bonne chorégraphie, il sera outillé d'une **grille d'évaluation** qui permet de juger une chorégraphie sur 20 points. La grille est disponible en fin de page.

Un thème commun sera décidé entre enseignant.e.s des AS afin de préparer une chorégraphie.

Composition du jury adulte (4 juges sur 1 scène) :
Pour la rencontre district : 2x (2 enseignants d'AS Hip-Hop + 2 intervenants extérieurs) Pour la rencontre académique : 4 intervenants extérieurs (les 4 mêmes que ceux présents aux rencontres district.

Les intervenants extérieurs sont des professionnels ou non, proche de la scène artistique, de la danse si possible. Ils sont rémunérés seulement sur la rencontre académique ; une rémunération afin de valoriser les artistes mahorais mais aussi pour les fidéliser à l'UNSS. Le financement se fera par le PassCulture si possible.

FICHE JUGE - Enseignant	**Nom Prénom :**

Thème :

Etablissement évalué : Image pour la mémoire :

Points attribués	1	2	3	4
Thème	**Absent**	**En pointillé** (de temps en temps)	**Suivi et cohérent**	**Création d'un univers poétique**
Composition (espace, relations, procédés de composition)	**Monotone**	**Simple**	**Variée**	**Complexe**
Mise en scène Musique, décors, costumes	**Inexistante** par rapport au thème	**Effort de présentation** par rapport au thème	**Présentation soignée, esthétique** par rapport au thème	**Présentation stylisée** par rapport au thème
Motricité des danseurs	Motricité distale « épouvantail », espace avant. Mouvements petits, mal réalisés	Mouvement simple, peu d'amplitude Mouvement bras et jambes dans l'espace frontal et latéral	Mobilisation de la colonne vertébrale, Mouvements précis et amples Prise de risque	Mouvements précis, amplitude maximale. Exploitation des relais articulaires. Virtuosité
Interprétation	Gestes parasites Hésitations	Récite les mouvements Regards au sol Ne tiennent pas leur rôles	Regards placés Groupe concentré, à l'écoute, production mémorisée	Rôles tenus et émouvant Ecoute entre les danseurs Communique une émotion

Total=

Danse hip-hop

Se reporter à la **Fiche Sport** dédiée sur Opuss.

1/ Dates & Lieux des rencontres

- Battle district : 1ère le 18/11/25, 2ème le 13/01/27
- Formation JO : 28/10/26 au collège de Kwale
- Championnat acad (collège ETAB + EXC + Lycée OPEN) : 03/02/27 au collège de Kaweni 1
- Festival de danse 9 juin 2027

2/ Formes et organisation des rencontres

<table>
<tr><td>Nombre de danseurs</td><td colspan="4">1 crew composé de 4 à 6 danseurs + 1 jeune juge et 1 jeune coach par crew (possibilité de présenter 2 crews par AS aux acads), mixité possible et encouragée</td></tr>
<tr><td rowspan="4">Modalité des battles</td><td>Collège ETAB + Lycée OPEN</td><td>Collège Excellence</td><td rowspan="3">45’’ par passage
35’’ drapeau blanc
45’’ drapeau rouge si les danseurs ne sont pas en train de sortir</td><td rowspan="3">Musiques inconnues des danseurs
Aire de battle de 10m / 10m</td></tr>
<tr><td>4 passages</td><td>6 passages</td></tr>
<tr><td>Passage 1 : LOCKING ou POPPING
Passage 2 : HIP HOP
Passage 3 : BREAKING
Passage 4 : HOUSE</td><td>Passage 1 : LOCKING
Passage 2 : HIP HOP
Passage 3 : POPPING
Passage 4 : BREAKING
Passage 5 : HOUSE
Passage 6 : KINDER SOLO
(son aléatoire)</td></tr>
<tr><td colspan="4"><u>Établissement</u> : sur l’ensemble des 4 passages, il doit y avoir 1 solo, 1 duo, 1 crew complet et 1 passage libre autre que solo à proposer dans l’ordre de son choix et indépendamment de ce que propose le crew adverse.
<u>Excellence</u> : la formation des passages est dictée par le crew qui commence tout en respectant 2 solo, 2 duos, 1 combinaison collective (crew complet) et 1 « kinder solo ».</td></tr>
<tr><td colspan="4"><u>Équipement obligatoire</u> : 1 chronomètre par juge, un brassard ou signe distinctif permettant de reconnaître le jeune coach. Pour la compétition académique, il est recommandé de faire un effort vestimentaire pour avoir une tenue commune au crew (t-shirt de l’AS et / ou bas de la même couleur, etc…).</td></tr>
<tr><td>JO</td><td colspan="4">1 jeune Juge qui n’est pas danseur
1 jeune coach danseur intégré au crew
3 JR max par établissement</td></tr>
</table>

Formation des jeunes juges	Évaluation des jeunes juges à la fin de la journée formation JO afin d'être certifié. Les jeunes juges qui ne valident pas ce test peuvent le repasser au sein de leur AS avec leur prof, pour le valider, et ainsi pouvoir juger le battle acad. Évaluation des juges sur la première partie du battle acad, les juges qui valident peuvent juger les demi-finales et finales et obtenir la certification jeune juge académique.

Escalade

Se reporter à la **Fiche Sport** dédiée sur Opuss.

2 compétitions district (bloc et voie):

- District est: doujani, passamainty, LPO Dembéni, Lyc Coconi, Lyc Sada
- District nord: k1, k2, majicavo, Lumières, LPO Kaweni

1 compétition académique (Bloc et voie) : le lieu préférentiel semble être le collège de Majicavo avec 2 équipes qualifiées par district qui sont de 2 établissements différents.

1/ Dates & Lieux des rencontres

28/10/2026 Formation JO	**20 janvier** : Journée district 1 **-10 mars :** Journée district 2	**Finales académiques 14 avril**

2/ Formes et organisation des rencontres

- Maximum de 15 équipes par rencontre.
- Chaque établissement pourra **amener 2 équipes** (benjamin et/ou minime) qui devront être composées de deux garçons et deux filles, un JO coach assureur et un JO juge. Si un établissement présente une équipe sport partagé il pourra inscrire une 3 ème équipe.
- Des équipes en sport partagé peuvent être intégrées.
- Les 2 journées qualificatives permettront de nommer un champion district pour chaque catégorie benjamin, collège, lycée. La journée de finale académique verra s'affronter les 3 meilleures équipes de chaque catégorie.

Etant donné qu'il y a 2 manches district, le maximum de points qu'une équipe pourra cumuler est 10 points et le minimum est de 2. Si l'équipe a participé à toutes les compétitions. Pour chaque catégorie, à l'issue des 2 manches, Les 2 équipes qui marqueront le plus de points seront qualifiées pour les finales académiques.

1er	1 points
2nd	2 points
3ème	3 points
4ème	4 points
5ème	5 points
6ème	7 points

- **Pour le bloc**, chaque bloc rapporte un nombre de point correspondant à sa difficulté, l'équipe aura

6minutes pour tenter de réaliser chaque bloc. Pour la compétition de décembre, il y aura 6 blocs, pour la compétition de février il y aura 3 blocs.

- **En voie,** les élèves auront 3 minutes pour réaliser chaque voie en moulinette, 3 voies seront proposées dans différentes cotations.

Formule de Compétition

En fonction du nombre d'équipe inscrites et du mur utilisé, la compétition peut voir le nombre secteurs et le temps par secteur adapté pour assurer un temps de grimpe effectif le plus grand possible.

Épreuve combinée difficulté, bloc sur au minimum 6 secteurs à réaliser (3 Voies, 3 Blocs)

Chaque secteur est effectué par les 4 grimpeurs de l'équipe. Dès la fin de sa prestation, l'équipe doit impérativement quitter la zone de compétition après l'avoir remise en état pour l'équipe suivante

En ce qui concerne la préparation des compétitions, les 6 enseignants responsables des AS escalades se retrouveront le mercredi précédent chaque compétition afin d'ouvrir de nouvelles voies et blocs pour plus d'égalité et de nouveautés pour les établissements accueillant la compétition.
Parmi les 6 établissements participant se trouve le lycée des lumières qui participera aux compétitions sans être classé.
Pour les finales académiques : 3 disciplines du bloc, de la voie et de la vitesse sûrement à Doujani

3/ Les jeunes officiels

Jeunes arbitres

	Connaissance du règlement (Dépend d'un questionnaire au niveau national)	Savoir s'assurer du bon déroulement de la compétition	Mesure et renseigne les performance s réalisées	Annonce des fautes
Jeune arbitre de niveau district	Top, start et fautes connues	Suit et guide son équipe au fur et à mesure de la compétition.	Note les points de son équipe	Identifie une chute, un top, utilisation d'une prise n'étant pas dans la voie. Faute signalée au moins à la fin
Jeune arbitre de niveau niveau départementa l	idem	S'assure de la sécurité du grimpeur : vérification de l'encordement et de l'assurage, emplacement des tapis	Annonce et sait justifier les points accordés pour chaque équipe.	Annonce et assure l'arrêt de l'essai du grimpeur si faute identifiée
Jeune arbitre de niveau académique	Gestion de la corde tendue entre assureur et grimpeur	Annonce les rotations, gère le chronomètre, s'assure de la sécurité de chacun	Est capable de placer une zone sur une voie. D'attribuer une difficulté	Régule L'assureur pour éviter une grimpe sur corde tendue ou trop molle. Annonce et assure l'arrêt de l'essai du

			de l'annoncer et de la justifier pour chaque équipe.	grimpeur si faute identifiée

Les jeunes coachs seront formés notamment la lecture de voie. L'idée est que les coachs soient impliqués directement dans l'analyse du milieu et la performance des grimpeurs. Ils sont alors formés à l'ouverture et la lecture.

Jeunes coachs

	Gestion d'équipe	Lecture de voie
Niveau district	Tiens la feuille de groupe et l'amène à chaque secteur en s'assurant de son bon remplissage	Identifie le niveau et la complexité d'une voie ou d'un bloc. (Exemple: celui ci plus dur que celui la…)
Niveau Départemental	Gère au chronomètre les temps de pause, de rotation et d'effort de l'équipe	Est capable de guider les grimpeur sur la méthode à réaliser lorsqu'il la connait
Niveau Académique	Organise le passage des grimpeurs pour optimiser la performance de l'équipe. Assure un bon déroulement administratif pour son équipe.	Est capable de lire la voie et de guider ses grimpeurs lors de l'ascension.

Foot-futsal

Se reporter à la **Fiche Sport** dédiée sur Opuss.

- **Championnats établissement**

Formes de pratique:

- Championnats établissement Futsal pour les benjamines et minimes filles
- Championnats établissement foot à 8 benjamins et foot à 7 minimes garçons.
- Championnats établissement Futsal pour les catégories lycée filles et garçons.
- Pas DE FOOTBALL au lycée.

Règlement football:

- Terrain : largeur de terrain foot à 11
- Les chaussures fermées sont obligatoires (baskets ou crampons moulés) pour les matchs
- Relance du gardien : jeu de volée interdit, relance à la main ou jeu au pied avec ballon au sol.
- Si le gardien capte le ballon à la suite d'une passe volontaire d'un partenaire, coup franc direct sur la ligne des 13m.
- Touche uniquement avec les mains
- Mur à 6m
- Hors-jeu à la moitié du terrain
- Tous les coups francs sont directs
- Surface de réparation : Avant la surface de réparation était une ligne continue qui traversait le terrain à 13m de la ligne de but. La surface de réparation est toujours à 13m de la ligne de but mais elle se limite à 10m de part et d'autre du but.
- 3 équipes max/ rencontre
- 12 joueurs max par feuille de match
- 1 arbitre minimum par équipe
- Arbitrage par 3 élèves formés : 1 élève au centre + 2 juges de touche
- 1 coach-élève (qui peut être joueur) par équipe peut intervenir en français pendant le temps de jeu, mais pas l'enseignant.

Règlement futsal:

- Terrain : terrain de handball (plateau ou gymnase)
- Les chaussures fermées sont obligatoires (baskets) pour les matchs
- Buts de Handball
- Relance à la main du gardien (même sur les 6m)
- Si le gardien capte le ballon à la suite d'une passe volontaire d'un partenaire, coup franc direct sur la ligne des 6m. Tous les coups francs sont DIRECTS
- Touches au pied, balle arrêtée sur la ligne à la main -(but sur touche interdit)
- 4''pour faire la touche sinon changement de main
- Passe en retrait au gardien ok mais celui-ci ne doit pas prendre le ballon à la main.
- 3 équipes max/ rencontre
- 10 joueurs max par feuille de match
- 1 arbitre minimum par équipe
- Arbitrage par 2 élèves formés
- 1 coach-élève (qui peut être joueur) par équipe peut intervenir en français pendant le temps de jeu, mais pas l'enseignant.

Dans la catégorie Benjamines futsal :

Afin de fluidifier le jeu, la CMR a décidé que :

- **Les touches se font "au choix" en conduite ou passe**
- **La relance est protégée dans les 9m:**

Lors de la relance du gardien, l'équipe adverse devra se replacer entièrement derrière la zone protégée (ligne des 9 mètres). Les joueurs adverses pourront entrer dans la zone lors de trois situations :

- le ballon est contrôlé ou touché par un partenaire du porteur de balle
- Le ballon franchit la ligne de la zone protégée
- Le ballon sort des limites du terrain

Protocole et Arbitrage :

- Protocole check : avant et surtout APRÈS chaque rencontre, les élèves se tapent dans la main en ligne au milieu du terrain.

- Accompagnement des Arbitres : dans toutes les catégories et surtout au lycée, **les enseignants doivent IMPÉRATIVEMENT accompagner leurs élèves arbitres.**

Calendrier:

2 rencontres de district maximum permettront de déterminer un champion de district. Un championnat d'académie sur une journée permettra de déterminer un champion d'académie par catégorie en fonction de l'activité (FB/ FUTSAL).

	Lycée filles	Lycée garçons	Futsal MF	Futsal BF	Football BG	Football MG
District	18-11-26	20-01-27	18-11-26	13-01-27	20-01-27	25-11-26
	03-02-27	10-03-27	27-01-27	18-03-26	07-04-27	03-02-27
Finales acad	07-04-27		07-04-27		16-06-27	

Formation Jeunes Officiels :

Une journée de Formation départementale aura lieu pendant le 1er trimestre de l'année scolaire.

Les établissements seront invités à envoyer 2 ou 3 meilleurs élèves formés pour participer à cette journée.

Chaque district aura son lieu de formation en foot et futsal. Les responsables de section sportive football organiseront cette journée et proposeront des rencontres pour valider la formation.

Championnat excellence :

L'organisation des rencontres entre sections sportives aura lieu lors du séminaire annuel des responsables section foot au mois d'octobre.

Les responsables de section sportive football et leurs élèves seront invités à organiser la journée Jeunes Officiels ainsi que les finales académiques.

Golf

Se reporter à la **Fiche Sport** dédiée sur Opuss.

1/ Dates & Lieux des rencontres

3 compétitions si 3 AS au moins présente si deux AS seulement c'est à dire Mtsamboro et Doujani il y aura que deux rencontres (25 novembre 2026 J1 et championnat d'académie 27 janvier 2027)

Proposition suite à la CMR et une réunion avec les collègues du Laser Run : La journée du 25 novembre Golf peut être couplé avec la compétition du Laser Run pour permettre une journée sport partagé Golf et une formation golf aux collèges présents sur le laser un.

Rencontres :

1 - Journée découverte+ Formation JO+ partagé + excellence = Mercredi 25 novembre 2026

2- Open 6 trous établissement + sport partagé + excellence = Mercredi 13 décembre 2026

3- Championnat d'académie établissement, excellence et partagé = Mercredi 27 janvier 2027

2/ Formes et organisation des rencontres

3 compétitions sur le même principe horaire **:**

- 10h15 ➔ Accueil (présentation des licences)
- 10h45 ➔ Briefing Jeunes Arbitres (questionnaire)
- 11h00 ➔ Briefing Joueurs et jeunes coachs
- 11h30 ➔ départ en shot gun ou situations découvertes (toutes les équipes en même temps)
- 15h00 ➔ Résultats
- 15h30 ➔ Départ Bus

➔ OBLIGATION d'INSCRIRE les élèves sur OPUSS :

Equipe établissement = MTSAMBORO, DOUJANI

- 4 compétiteurs (2 doublettes), Mixité obligatoire: 2 filles 2 garçons pour une équipe
- 4 équipes par AS.
-

Les joueurs/joueuses ne doivent **jamais** avoir eu un index inférieur ou égal à 36,0 au 1er septembre 2022. Pour la vérification de cet index, le service unss organisateur prend contact avec la ligue FFG du territoire dont il dépend

- 1 Jeune Arbitre par équipe qualifiée, certifié départemental minimum. Il peut être d'une autre association sportive. Il ne peut pas être compétiteur

Formule de Jeu

Pour les rencontres de départementale à Académique, la formule est obligatoirement **greensome* score max*** avec 9 trous minimum, sur un parcours type repère 7 orange

- La formule de jeu : en Greensome, les deux jouent à chaque départ et on choisit le meilleur coup. Le joueur dont la balle n'a pas été choisie joue le deuxième coup, le premier joue le troisième coup et ainsi de suite (ainsi la balle choisit au départ sera jouée durant tout le trou).
- Le décompte en score max : Les joueurs comptent tous les coups mais relèvent leur balle si le trou n'est pas terminé en 7, notent 8 et passent au trou suivant
- Un parcours type repère 7 orange signifie des distances courtes : Par 3 = 90 m, Par 4 = 135m, Par 5 = 220m.

Règles je jeu :
Document en annexe règlement fédéral adapté UNSS

Equipe Sport Partagé= DOUJANI
2 élèves : 1 élève en situation en situation de handicap (reconnaissance MDPH + classification C1, C2, C3, *C4 ou C5*) associé à 1 élève valide, Mixité : facultatif, 1 Jeune Arbitre par équipe
Pour les rencontres de départementale à Académique, la formule est obligatoirement **foursome*** **score max*** parcours type repère 7 – orange.

- La formule de jeu Foursome : Les joueurs jouent alternativement avec une seule balle du départ jusqu'au trou. Au sein d'une même équipe, le joueur 1 joue le coup de départ de tous les trous PAIRS et le joueur 2, les départs des trous IMPAIRS.

Equipe Excellence= DOUJANI
si un seul joueur de l'établissement en dessous de 36 d'index le collège est classée obligatoirement dans la catégorie excellence.
4 compétiteurs, Mixité obligatoire
Pas de limite haute ou basse d'index
Pour les rencontres de départementale à Académique, la formule est obligatoirement foursome* strokeplay* avec 9 trous minimum.

- La formule de jeu Foursome : Les joueurs jouent alternativement avec une seule balle du départ jusqu'au trou. Au sein d'une même équipe, le joueur 1 joue le coup de départ de tous les trous PAIRS et le joueur 2, les départs des trous IMPAIRS.
- Le Stroke Play : Tous les coups joués depuis le départ du trou numéro 1 et le putt final du dernier trou sont comptés. Le vainqueur est l'équipe avec le plus petit nombre de coups.

Longueurs Collège Parcours Violet
Par 3 de 85 à 120m Par 4 de 210 à 270m Par 5 de 290 à 390
Longueur Lycée Parcours Rouge
Par 3 de 85 à 125m Par 4 de 225 à 290m Par 5 de 305 à 410

Le matériel:
Chaque AS prévoit :
- ses tenues aux couleurs de l'AS, tous les joueurs doivent porter la même couleur
- ses stylos, plaquettes (J.O.),

3/ Les jeunes officiels
- 1 jeune coach obligatoire par équipe qui peut être joueur.
- 1 jeune arbitre par équipe qui ne peut pas être joueur.
- 3 JR max par établissement

Gymnastique

Se reporter à la **Fiche Sport** dédiée sur Opuss. Le code UNSS MAYOTTE de gymnastique sera placé **en annexe n°1**.

	DISTRICTS			ACADÉMIE		
	District 1	District 2	District 3	District 1	District 2	District 3

Collèges	Bandrélé Bouéni Ouangani	Labattoir Kwalé M'Gombani K1	Dzoumogné Mtsangamouji Tsingoni			
Équipe benjamin(e)s **Équipe minimes**	2 x 6 élèves (mixité possible) / établissement			**Les 2 meilleurs équipes par district. Un établissement peut être représenté qu'une fois par catégorie.**		
Calendrier	24-03-27 Benjamin	24-03-27 Benjamin	24-03-27 Benjamin			
	14-04-27 Bandrélé Minimes	14-04-27 Mgombani Minimes	14-04-27 Tsingoni Minimes	**Minimes** : 16-06-27 à Ouangani **Benjamin(e)s** : 26-05-27 à Tsingoni		
Jeunes juges	• Formation au sein de chaque AS • Journée de formation prévue le **28/10/2026 au Collège de Passamainty** (2 benjamin(e)s + 2 minimes / établissement) • Travail accès sur l'exécution • Reconnaissance des exigences • Sélection des meilleurs JO (4 max) / établissement pour une validation départementale puis des 2 meilleurs JO / établissement pour une validation académique lors du championnat académique.					

Points de règlement :

- Mixité autorisée
- Musique autorisée mais pas obligatoire
- 2 orientations demandées (ex : 1 diagonale + 1 médiane)
- Enchainement au sol de minimum 6 éléments
- 4 exigences de composition (famille) (1 point par exigence)

} **NOTE D**

- Code de pointage adapté « UNSS Mayotte »
- 10 points pour l'exécution : NOTE E
- Note finale = NOTE D + NOTE E = 20 points maximum

En benjamin et minimes ce sont les 4 meilleures notes de l'équipe qui sont comptabilisées.

COMPÉTITION GYMNASTIQUE AU SOL

Format proposé fortement inspiré du code UNSS gymnastique national, avec quelques modifications pour s'adapter au contexte local.

MODALITÉS D'ENGAGEMENT

BENJAMIN(E)S : Équipe de 4 à 6 gymnastes. Les 4 meilleures notes seront prises en compte. Mixité autorisée mais non obligatoire (pour permettre au maximum de participer. On part sur le principe qu'une équipe de 6 filles a autant de chance de gagner qu'une équipe de 6 garçons) avec le CODE DE POINTAGE MAYOTTE. On ne fait pas de différences entre les exigences filles et les exigences garçons (cf. doc annexe).

MINIMES : Compétition par équipe. Une seule catégorie mixte. Même format que les benjamin(e)s.

CONTENU DE L'ENCHAÎNEMENT

NOTE D : 10 PTS DIFFICULTES : 6 points

Présentation d'un enchainement au sol de 6 éléments minimum, il n'y a pas de limite d'élément dans l'enchainement mais les fautes techniques et esthétiques seront comptabilisées.

A : 0,40 pts B : 0,6pts C : 0,8pts D : 1,0pts Élément spécial : 1,2pts (voir code)

EXIGENCES DE COMPOSITION (familles) : 4 points

4 familles possibles :

- ATR
- Souplesse/maintien/appui (SM/AP)
- Liaison gymnique (LG) de 2 éléments enchainés (sans arrêt ni pas intermédiaire) dont 1 saut (cette famille nécessite donc 2 éléments pour être validée).
- 2 acrobaties (AC) de sens différents (av, arr, lat)

1 point par famille.

- ✓ L'enchainement se fera sur un espace carré (type tatami de judo – dimension à préciser en fonction des espaces de chacun). L'espace doit être utilisé dans son ensemble (une ligne médiane et une diagonale sont demandées).
- ✓ Musique non obligatoire (on ne prendra pas en compte les pénalités du code liées à la musique).
- ✓ Note : Les éléments d'une famille ne doivent pas forcément faire partie des 6 meilleurs de l'enchainement mais doivent être présents pour valider l'exigence.

Précisions :

- Les « départ libre » sur les éléments ne peuvent constituer un élément à part entière.

- Roue pied-pied : saut vertical non obligatoire mais non pénalisé si présent.

- Rondade : saut vertical en fin d'élément obligatoire sinon -0,3pts.

- Le saut de mains 1 pied (1,2pts AC avant) doit être suivi d'un élément AC de la fente (pas de roulade ni saut de l'ange).

JUGEMENT

Basé sur le code UNSS national.

NOTE E : 10 PTS EXECUTION : cf. code UNSS national

- ✓ 0,10 petite faute
- ✓ 0,30 faute moyenne
- ✓ 0,50 faute grossière
- ✓ 1 pt chute

Il existe des fautes spécifiques à chaque élément : voir code de pointage UNSS.

Élément manquant (moins de 6) : -2 points sur la note finale.

Précisions :

- Pas pour se replacer (pas marché, sans attitude gymnique ou élément chorégraphique) : - 0,1pt chaque fois.

- Bonus de +0,1pt sur la note finale : Attitude et ou chorégraphie gymnique faisant preuve de virtuosité.

NOTE FINALE = NOTE D + NOTE E

RAPPEL GYMNASTIQUE SCOLAIRE UNSS :

« Simple mais correct vaut mieux que difficile mais incorrect ».

Formation JO : 2 benjamins + 2 minimes / établissement avec un objectif d'avoir au moins 2 JO par établissement pour la compétition académique.

HandBall

Se reporter à la **Fiche Sport** dédiée sur Opuss.

1/ Dates & Lieux des rencontres

Championnat établissement : 2 journées de district + un championnat d'académie sur une journée permettra de déterminer un champion d'académie par catégorie.

- MF : J1 le 19/11 + J2 le 25/03 + Finales acad le 27/05
- MG J1 le 03/12 + J2 le 18/02 + Finales acad le 22/04
- BF J1 le 14/01 + J2 le 15/04 + Finales acad le 27/05
- BG J1 le 28/01 + J2 le 08/04 + Finales acad le 22/04

2/ Formes et organisation des rencontres

Handball	Benjamin	Minime	Cadet	J/S et Lycée
SOUS et SUR classement	NON	2 C1 sur la feuille de match 1 seul C1 sur le terrain 1 B2 (nouveau)	1 M2	C1 + C2
Nbre de joueurs	6x6	7x7	7X7	7x7
Nbre de joueurs min/équipes	4	5	5	5
Joueurs sur la feuille de match	10	12		
Taille du ballon	T1	MF : T1 / MG : T2	T2	F : T2 / G : T3
Temps de jeu si 1 match/équipe	2x20'	2x25'	2x30'	
Temps de jeu si 2 matchs/équipe	2x12'	2x15'	2x20' (si 3 matchs : 2x15').	
Durée de total de jeu si + d'un match/jour	50'	60'	90'	100'
Nombre de temps morts + durée	1 par mi-temps 1'			

Taille du terrain/hauteur filet	40m/20m. 2m de haut/3m de large.	
Équipement obligatoire	Chaussures obligatoires	
Dispositif défensif	1ère mi-temps HàH tout terrain obligatoire. Pas de contact.	Défense étagée obligatoire en 1ère mi-temps : 2-4 ou 3-3 ou 1-2-3. 1-5 en deuxième mi-temps.
Engagement	Engagement du GB	Engagement du milieu de terrain.
Aménagement	Sanction de 1' si le temps de match est inférieur à 12' par mi-temps	
Jeunes coachs	Les jeunes coachs sont à former en district (aide de l'enseignant). Pour les championnats académiques, le jeune coach est seul sur le banc et c'est le seul à pouvoir intervenir. Les enseignants sont dans les tribunes et peuvent intervenir exclusivement pendant la mi-temps.	
Jeunes arbitres	Deux par équipe qualifiée au championnat académique. Au championnat académique, le JA ne peut pas être joueur dans sa catégorie mais un minime joueur peut être arbitre pour des benjamins ou inversement. 1 arbitre obligatoire par équipe pour les rencontres de district. Une formation est programmée le **26 novembre** en lien avec les ligues, en vue d'une validation district/départementale. Les meilleures JA arbitreront au niveau académique et pourront prétendre à la certification correspondante. 2 ou 4 max par AS, Passamainty.	
Jeunes reporters	3 max par rencontre par établissement.	
Option Section	Les élèves de section comptent dans le championnat excellence.	

Règles en cas d'égalité pour les tournois et matchs officiels :

1. Goal-average particulier entre les équipes concernées.
2. Équipe qui a le moins de points de pénalité durant leurs affrontements.
3. Goal-average général.
4. Équipe qui a le moins de pénalités sur l'ensemble des matchs.
5. Prolongation en mort subite avec engagement à celui qui gagne le tirage au sort.

Les sanctions n'ont pas d'impact sur le score par contre cela rentre en compte en cas d'égalité.

Échelle des pénalités (elles se cumulent) : Carton jaune : 1 points. Exclusion 1/2' : 2 points. Exclusion 2x2' : 4 points. Carton rouge à la suite de 3x2' : 7 points. Carton rouge direct : 10 points.

Les temps de jeu sont régulés par les organisateurs, en fonction des aléas, en concertation avec les AS présentes.

Nombre d'équipe max par AS / par catégorie : 3

Jeux de l'UNSS : déclarer octobre si auto-financement.

- J1 : 19/11

- J2 : 21/01
- Finale acad : 04/02
- Koungou + Passamainty + Kwale + K2 ?? + Tsingoni + Pamandzi ? + Ouangani ?
- Se renseigner auprès des AS d'athlétisme.

Les équipes engagées :

En orange, les lieux qui peuvent accueillir les rencontres.

Nord	Equipes	**Ouest**	Équipes	**EST**	Équipes	**SUD**	Équipes
Clg Dzoumogné	?	clg Ouangani	MG/MF	clg Kwalé	BG/MG	LPO Chirongui (Sept-Fév)	?
clg Koungou	BG/BF/MG/MF	clg Tsingoni	MG/MF	Clg Labattoir	?	LPO Sada	?
Lycée Des Lumières	?			clg Pamandzi	BG/BG/MG		
K2	MG			clg Passamainty	BG/BF/MG/MF		

Nombre d'AS par catégorie sur toute l'ile :

	BF	BG	MF	MG
1	Koungou	Koungou	Koungou	Koungou
2	Passam	Passam	Passam	K2
3	Pamandzi	Kwalé	Tsingoni	Passam
4	Dzoum ?	Pamandzi	Ouangani	Kwalé
5	Labattoir ?	Dzoum ?	Dzoum ?	Pamandzi
6		Labattoir ?	Labattoir ?	Tsingoni
7				Ouangani
8				Dzoum ?
9				Labattoir ?

Kick Boxing light et boxe assaut

- Se reporter à la **Fiche Sport** Kick Light, le règlement UNSS Kick Ligth et le bulletin de jugement UNSS Kick Light (opuss).
- Nous avons établi qu'il fallait au plus vite faire le listing dans nos AS et renvoyer un tableau avec pour chaque élèves le poids, la date de naissance et la catégorie d'âge. Le lien du google sheet (fichier partagé) à compléter sera envoyé au plus vite.
- Nous avons établi, qu'au vu de la sélection aux CF boxe assaut nous feront 2 Championnat Acad, un fin janvier en **boxe assaut**, et un en **kick light** en fin d'année scolaire (mai).

1/ Dates & Lieux des rencontres

À Chaque rencontre nous aurons une équipe en BA (Boxe Assaut) et une équipe en Kick Light. Sur les rencontres avant le championnat les boxeurs(ses) ont qu'un combat à chaque rencontre. Sur le

Championnat d'Acad les boxeurs seront par poule et classement par poule donc potentiellement plusieurs combats.

DATES	RENCONTRE	Informations
28 octobre 2026	FORMATION JO (bulletin juge arbitre officiel UNSS)	Chaque AS pré forme ses juges/ arbitres LIEU DE FORMATION : 1 rassemblement à **Bandrélé** (Boueni, tsingoni, bandrele) 1 rassemblement à **Koungou** (Koungou, Kaweni2, Lycée du Nord) 1 rassemblement à **Doujani** (Passam, Kwalé, Doujani)
18 novembre 2026	1ere rencontre Établissement vs Établissement en équipe	Lieu : -**Tsingoni** : Koungou vs Bandrélé vs tsingoni vs LP nord et BDR - **Koungou** : k2 vs Koungou) dépend de K2 - **Passam :** Doujani vs Passam vs Kwalé vs Boueni
13 janvier 2027	2eme rencontre Distric equipe	Lieu : -**Kwalé** : Kwalé vs Passam vs Koungou // LP BDR vs Nord - **Bandrélé** : Boueni vs Bandrele vs Tsingoni vs Doujani
27 janvier pour la boxe assaut 19 mai pour le KBL	Finales Académique par équipe **1 équipe par district soit 3 équipes sur les finales**	Sélection des équipes sur les 3 premières rencontres, sélections des officiels Lieu : à définir mais demande pour CAVANI Gymnase ou Plateau Baobab suivant les réparations AIDE de la LIGUE (LMKMDA), prêt d'arbitre et de juges fédéraux.

<table>
<tr><td><u>Catégorie d'âge</u></td><td>Benjamin</td><td>Minimes</td><td>Cadets</td><td>Junior</td></tr>
<tr><td><u>Discipline de référence</u></td><td colspan="4">KICK LIGHT</td></tr>
<tr><td><u>Surface de combat</u></td><td colspan="3">5m x 5m revêtement lisse type halle sportive, salle de danse. Si pas disponible revêtement Dojo</td><td>6m x 6m</td></tr>
<tr><td><u>Temps de rencontre</u></td><td colspan="3">2 x 1'30 min
Avec 1min de repos (Finale Acad 3 x1'30 min)</td><td>2 x 2min
Avec 1min de repos</td></tr>
<tr><td rowspan="2"><u>Équipements obligatoire</u></td><td colspan="4">Pieds nues, short de sport ou legging, T-shirt rentré dans le short
Protège tibia, Casque, Protège dent, coquille</td></tr>
<tr><td colspan="4">Gants (10 oz min)</td></tr>
<tr><td rowspan="2"><u>Type de rencontre</u></td><td colspan="4">Classement par équipe (4 boxeurs, mixité autorisée)
(Possibilité de rencontre individuelle pour ceux qui ne sont pas dans les équipes)</td></tr>
<tr><td colspan="4">Compétitions sous forme de rencontre établissement contre établissement.
Rencontre directe entre boxeurs de la même catégorie d'âge et de poids :
7 kg jusqu'à 70kg chez les filles : au-delà écart de +ou- 10kg
7 kg jusqu'à 80 kg chez les garçons : au-delà écart de +ou- 10kg
*si plusieurs boxeurs dans la même catégorie tirage au sort.

Chaque boxeur marque des points dans sa poule :
- Gagnant de l'assaut : 2 points
- Abandon (pendant l'assaut) ou perdant : 1 point
- Disqualifié ou forfait (avant l'assaut) : 0 point
- Sans adversaire : 2 points

Classement de l'équipe obtenu uniquement par le classement dans la poule :
Classement poule
<table>
<tr><th></th><th>Poule de 4</th><th>Poule de 3</th><th>Poule de 2</th></tr>
<tr><td>Vainqueur de poule</td><td>5 points</td><td>5 points</td><td>5 points</td></tr>
<tr><td>2ème de la poule</td><td>3 points</td><td>3 points</td><td>2 points</td></tr>
<tr><td>3ème de la poule</td><td>2 points</td><td>2 points</td><td></td></tr>
<tr><td>4ème de la poule</td><td>1 points</td><td></td><td></td></tr>
</table>
Catégorie d'âges : Possibilité de croiser les catégories proches. (Pas 2 catégories d'écarts)

Le Championnat Académique est uniquement avec les équipes qualifiées lors des rencontres établissements. (Pas d'individuel)</td></tr>
<tr><td><u>Jeunes Officiels</u></td><td colspan="4">Les élèves sont juges, arbitres et coach.
Les enseignements sont délégués officielle de l'enceinte (ring) et assurent le bon déroulement des assauts et le respect du règlement.

AU MINIMUM chaque établissement présentera 3 jeunes officielles à chaque rencontre.

Lors des phases établissements vs établissements, les jeunes officiels et coach peuvent être boxeurs.
Lors du Championnat Académique les Jeunes officiels (juges/arbitres) ne peuvent pas être également boxeurs.
Les Jeunes Coach peuvent être boxeurs.</td></tr>
</table>

Règles de base	« Ne pas nuire à son adversaire et le respecter » « Etre sanctionné pour tout comportement violent » Le non-respect d'une règle est systématiquement sanctionné.
Commandement de l'Arbitre	« En Garde » / « FIGHT » / «STOP» / « STOP TIME »
Pointage JUGE	1 touche valide (arme et cible valide) = 1 point

2/ Formes et organisation des rencontres

Les équipes sont de 4 boxeurs(ses) / Un coach et minimum 1 JO mais 3 c'est mieux (pas obligatoire, 1 obligatoire)

Armes autorisées	**Cibles autorisées**	Tête (faces antéro latérales)	Torse (faces antéro latérales)	Cuisses
Poings		oui	oui	NON
Pieds	Dessus du pied	oui	oui	oui
	Dessous du pied	oui	oui	NON
	Externe	oui	oui	oui
Tibias		oui	oui	oui

Les Techniques autorisées

POINGS	Uniquement la face antérieure du gant est autorisée à toucher	Direct	Trajectoire rectiligne
		Crochet	Trajectoire circulaire
		Uppercut	Trajectoire montante
PPIEDS/TIBIAS	Front kick	Coup de pied de face en piston (Chassé de face en BF)	
	Side kick	Coup de pied latéral en piston (Chassé latéral en BF)	
	Roundhouse Kick	Coup de pied circulaire (Fouetté en BF)	
	Hook Kick	Coup de pied latéral en revers crocheté (revers fouetté en BF)	
	Crescent Kick	Coup de pied de face en revers (revers en BF)	

INTERDICTIONS

- Frapper fort ou chercher à faire mal
- Quitter volontairement le tatami
- De boxer avec les deux poings en même temps.
- D'attaquer la cuisse en front kick et side kick (coups directs avec le dessous du pied)
- De toucher avec d'autres armes que celles autorisées et de toucher toutes autres cibles que celles autorisées.
- D'attaquer la gorge, le bas ventre, les reins, le dos, les jambes, l'arrière de la tête ou de la nuque.
- D'attaquer avec le genou, le coude, coup de tête, pouce et épaule.
- De saisir l'adversaire, la jambe de l'adversaire.
- De tourner le dos à son adversaire sans donner de coup de pied, se dérober, tomber au sol délibérément, corps à corps intentionnel, toutes les techniques en aveugle, lutter et baisser la tête sous la taille de l'adversaire, boxer tête en avant, pousser l'adversaire.
- D'attaquer son adversaire qui tombe sur le sol ou qui est déjà au sol, et ceci dès qu'une main ou un genou touche le sol.

- Avoir une attitude anti sportive.
- Chaque faute sera sanctionnée

Degrés	Les Sanctions		
1	Avertissement Verbal	L'arbitre dit « STOP » et annonce sont avertissement verbal au boxeur en question. Il n'y a pas d'incidence sur le pointage.	
2	Avertissement Officiel	L'arbitre dit « STOP », place le boxeur non responsable dans le coin neutre, garde le boxeur fautif avec lui et indique aux juges l'avertissement officiel. Pas d'incidence sur le pointage.	
3	Pénalité	L'arbitre dit « STOP », place le boxeur non responsable dans le coin neutre, garde le boxeur fautif avec lui et indique aux juges la pénalité. Les juges retirent 3 points par pénalités au boxeur fautif.	
4	Disqualification	L'arbitre dit « STOP », place le boxeur non responsable dans le coin neutre, garde le boxeur fautif avec lui et indique aux juges la disqualification. Le boxeur fautif a perdu l'assaut.	

Judo/lutte

Se reporter à la **Fiche Sport** dédiée sur Opuss.

1/ Dates & Lieux des rencontres

- **Participants** : Collèges de Chiconi, K1, K2, M'Gombani, M'tsangamouji, Collège de Pamandzi, Collège de Sada, Collège de Passamainty
- **Horaires:** Début 13h - Fin prévisionnelle 16h
- **Rencontres :** ***Point à éclaircir***: 3 compétitions en tout pour les activités judo/lutte ou 4 (2 judo - 2 lutte). Si possible de faire 4 compétions alors pour le semestre 1 organiser une compétition lutte district et une autre championnat académique puis une judo district et une championnat académique.

2/ Formes et organisation des rencontres

Lutte

Modalité de compétition Lutte	
Composition des participants	Equipe de 6 compétiteurs mixtes (3 garçons et 3 filles) Equipe de 4 compétiteurs minimum (2+2 ou 3+1)
Jeune juge	1 jeune arbitre non compétiteur
Jeune coach	1 jeune coach compétiteur, intégré à la composition d'équipe
Accompagnateur	1 à 2 accompagnateurs
Tenue de compétition	* Short * T shirt * Bouteille d'eau * Ongles coupés
Règlement	Règlement sportif lutte
Formule de compétition	Equipe contre équipe: 3 catégories de poids filles: -50/ 50-60/ 60 et + 3 catégories de poids garçons: -50/ -60/60-70/70 et +

JUDO

Pour la forme, nous nous appuyons sur le règlement FRANCE UNSS

Modalité de compétition Judo

Composition des équipes	4 compétiteurs (2 garçons max)
Jeune juge	1 jeune juge (qui ne combat pas)
Jeune coach	1 jeune coach (qui peut combattre)
Tenue de compétition	Kimono , claquettes pour sortir du tapis, bouteille d'eau, ongles coupés
Règlement	Compétition individuelle avec attribution des points en fonction de la place obtenue pour un classement par équipe. Temps de combat = 3 min Règlement France Judo appliqué
Formule de compétition	Catégories garçon:-35/-40/-45/-50/-55/-60/-65/-70 +70 Catégories filles: -35/-40/-45/-50/-55/-60/-65 + 65 Système de points: • 1er nombre de points = nombre de combattants • 2eme = /2 • 3eme = encore /2 Le tout arrondit au supérieur Pour les catégories -6 combattants: • 1er 6pts • 2eme 3pts • 3eme 2pts

3/ Les jeunes officiels

Journée 28 octobre formation JO:

Cette année nous avons besoin de nous retrouver pour nous mettre d'accord sur les règlements d'arbitrage (CF PJ). D'autant plus en proposant deux activités différentes.

- **2 jeunes arbitres** par établissements
- **3 JR max par établissement**
- **1 jeune coach par équipe**

Laser run

Se reporter à la **Fiche Sport** dédiée sur Opuss.

1/ Formes et organisation des rencontres

Organisation des compétitions

- Minimum 1 prof accompagnateur + 1 prof à l'orga
- Minimum 3 JO / collège

Compétition qui ne peut tourner qu'avec beaucoup de JO

- 2 JO par stand de tirs
- 1 JO suit 1 équipe sur le parcours pour notifier les fautes
- 2 JO à l'arrivée

Format compétition :

Catégorie	Composition équipe	Format	Format compétition	Nb équipes/etab
Benjamin	2F 2G	2 tirs + 2 x400 / élève	Journée	2
Minimes	2F2G	2tirs + 2x400/ élève	Journée	2
Sport partagé clg & lycée	2 concurrents avec au moins une fille. 1 valide et 1 en situation de handicap	2x200 SP 2x400 EV	Journée	
Lycée	2F 2G	3 tirs + 3x400	Journée	

Rencontres	J1 – 25 novembre 2026	J2. 20 janvier 2027	Finales académiques 3 février 2027
Format	Championnat district Nord et Sud	Compet acad 1	Finale acad 2
Lieu	Golf de Combani		
Horaire	10h-15h		
Organisation	Chpt district nord le matin Chpt district sud l'après-midi (qualificatif pour les Chpt Acad)	Qualification le matin finales l'aprés-midi (format Chpt France) Matin : course en mass start AM : handicap start	Finales academique en fonction des résultats sur acad 1 Finale A Finale B

Nous souhaiterions proposer l'organisation une compétition de Laser Run au Golf de Combani, en parallèle d'une compétition de Golf UNSS. Cette formule présenterait plusieurs avantages :

• Une ambiance plus dynamique et festive grâce à la présence d'un plus grand nombre d'équipes et de participants sur le même site.

• La découverte et l'initiation à de nouvelles activités : les élèves pratiquant le Laser Run pour raient découvrir le golf, et inversement, favorisant ainsi l'ouverture à d'autres disciplines

sportives.

• Une optimisation des transports et une réduction des coûts grâce à un lieu centrale comme Combani et grâce à la mutualisation des déplacements.

Nous souhaitons rester sur le golf de Combani pour les compétitions suivantes car elles permettent d'avoir un lieu central sur l'ile tout en offrant un espace de qualité pour organiser les courses (parcours sur un vrai cross, zones d'ombre ect ..)

2/ Les jeunes officiels

Journée 28 octobre formation JO:

Savoir nager / natation

Se reporter à la **Fiche Sport** dédiée sur Opuss.

Le carnet se retrouve en **annexe n°2**.

1/ Dates & Lieux des rencontres

Districts :

- Est : Passamainty, Mgombani, Bandrele
- Ouest : Sada, Chiconi, Mtsangamouji, Tsingoni, Kahani
- PT : labattoir, LPT, Pamandzi

Dates :

- 03/12 à Tahiti (district Ouest), Sakouli (district Est), Faré (PT)
- 25/02 à Tanaraki (district Ouest), Musical (distric Est), Faré (PT)

2/ Formes et organisation des rencontres

Protocole de sécurité : Seuls les élèves inscrits à l'AS "natation" ou "défis non nageurs" sont autorisés à participer à la compétition. Aucun spectateur n'est autorisé. Chaque équipe doit être accompagnée de son professeur et si possible d'un adulte responsable capable de surveiller les élèves sur la plage lorsque l'enseignant est dans l'eau. Pas de baignade sans MNS

Organisation :

- Prévoir du matériel pour les élèves qui restent sur la plage : ballon, plots, carnet ..
- Vérification des licences avant le début de la compétition + inscription sur Opuss
- Prévoir collations et eau pour chaque élève.
- Prévoir équipement contre le soleil pour les élèves : tonnelle, casquettes, lunettes, licra..
- Les bus et l'inscription sur opuss doivent être fait à j-7.
- Avoir identifié le niveau de pratique de chaque élève dans les 6 ateliers présentés dans le carnet. Venir avec le carnet rempli pour chaque élève.
- Pour chaque atelier les modalités de validation sont inscrites dans le carnet : niveau d'eau, le temps et les consignes

Règlement :

- Les élèves doivent connaitre les 5 dangers leurs interdisant d'aller dans l'eau : les grosses vagues, la pollution, la marée basse, la non-surveillance, l'orage.
- Chaque élève sait quel niveau il souhaite passer dans chaque atelier (Voir carnet pour connaitre les ateliers)
- En fonction du niveau annoncé, puis réalisé, l'élève marque des points pour son équipe

(entre 1 à 4 points si réalisé, 0 si non réalisé). Pour déterminer le classement nous ferons : points

marqués par l'équipe divisé par le nombre de joueurs dans l'équipe

3/ Les jeunes officiels

Juge : valide les niveaux annoncés (1 juge par établissement)
Organisateur / coach : Explique les différents niveaux dans chaque atelier et aide l'élève à se positionner. 1 par équipe.
Reporters : 3 max par établissement

Raid – CO – SRAV

Se reporter à la **Fiche Sport** dédiée sur Opuss.

1/ Dates & Lieux des rencontres

- 24 Septembre SRAV et savoir pagayer par district
- 30 septembre SRAV et savoir pagayer par district + CO par district
- 28 octobre : formation des JO
- 18 novembre et 3 février: kayak
- 27 janvier : CO
- 24 mars : raid district
- 14 avril : finales académiques de kayak
- 26 mai : raid académique

2/ Formes et organisation des rencontres

Les equipes

- ✓ Equipes de 4, parité obligatoire en collège et en Lycée, pour les rencontres districts et académiques.
- ✓ 4 équipes max par AS engagées sur les raids districts.
- ✓ 3 raids districts -> Sud/Est/Ouest+Lycée
- ✓ Tous les Lycées se rattachent à l'Ouest + le college de dzoumogne.
- ✓ Collège de Majicavo qui se rapproche du district Est.

Les premières équipes de chaque raid district se qualifieront pour les championnats à La Réunion. En sachant que dans le district Ouest il y aura 2 places possibles, une place pour les lycées et une place pour les collèges. Si les Lycéens ne sont pas sur le podium alors cette place revient au 2ème collégien.

Pour les compétences attendues lors du raid académique :
- SRAV (suivre un itinéraire balisé) + manutention vélo (changer chambre à air)
- Test anti panique pour le kayak
- Lecture d'itinéraire (road book) et lecture carte IGN (mains courantes

Les sites

Le site doit présenter un cadre naturel pouvant accueillir dans des conditions favorables (prévoir un accueil au sec en cas d'intempéries majeures) et sanitaires adéquates. Limiter les déplacements en véhicules dans la mesure du possible.

Les durées de l'épreuve au niveau académique

- Collèges : de 3h minimum à 5h maximum
- Lycées : de 4h minimum à 5h maximum

Ces contraintes de durées impliquent des modalités d'organisations spécifiques (portes horaires, …). L'enjeu est d'avoir des épreuves académiques qui préparent réellement aux championnats de France pour les équipes qui jouent la qualification. Rappel : en cas de dépassement de la durée maximale, une demande de dérogation devra être transmise à la ligue de FFTRI et analysée par la direction technique nationale.

L'organisateur doit mettre en place des portes horaires pour rentrer dans le cadre initialement proposé afin de pouvoir récupérer l'ensemble des participants dans un temps donné. Aucune porte horaire tactique ne viendra arbitrer la course, ceci dans le but de minimiser le facteur chance

Conseil particulier : favoriser un départ en masse sur le Raid - Multisports pour que tout le monde puisse se confronter au moins une fois dans la compétition.

Les activités

Le Raid - Multisports est un enchaînement de sports ou d'ateliers de nature non motorisés au libre choix des organisateurs dont les principaux doivent demeurer les parcours en course d'orientation, le trail, le canoë -kayak et disciplines associées et le VTT. L'UNSS souhaite que les 3 activités de base : VTT, le trail (ou la course d'orientation) et le canoé-kayak (ou autres embarcations propulsées à la pagaie) soient présentes et proportionnées entre elles.

Activités d'orientation

Il est recommandé de proposer moins de la moitié du temps total de la course en situation de progression autonome (non balisée). En course d'orientation, au niveau académique, l'organisateur veillera à ne pas dépasser le niveau jaune. Les balises fantômes sont prohibées sauf, si nécessité de sécurité ou de gestion de course, et dans ce cas, avec des moyens humains au poste.

Les épreuves de navigation

L'organisateur devra fournir des embarcations similaires afin de permettre une équité entre toutes les équipes.

Classement

Les classements seront effectués au temps uniquement. Les classements et résultats affichés sont provisoires. Toutes réclamations devront être déposées auprès de l'organisation après l'affichage dans un délai de 30 minutes. Le classement deviendra définitif après réunion éventuelle du jury technique et un nouvel affichage sera effectué.

Règlement

Il est obligatoire de rédiger un règlement général de l'épreuve. À cet effet, l'organisateur devra s'appuyer et respecter les règles techniques de sécurité éditées par la FFTRI. (cf. RTS en cours de validité). Tout problème ou litige ne trouvant pas de réponse dans le règlement sera étudié par le jury technique. Sa décision est souveraine. Le règlement général de l'épreuve précisera les dispositions spécifiques de course et le matériel obligatoire pour l'équipe et par raideur pour la totalité du raid. Un

1er contrôle de conformité obligatoire doit être organisé à l'accueil des équipes. Aucune équipe ne sera autorisée à prendre le départ en cas de non-conformité. **Se reporter à la Fiche Sport dédiée sur Opuss.**

Les temps de jeu sont régulés par les organisateurs, en fonction des aléas, en concertation avec les AS présentes.

3/ Les jeunes officiels

- ✓ Jeunes coachs : 1 JC intégré à la composition de l'équipe.
- ✓ Jeunes arbitres : 1 par équipe qui n'est pas joueur
- ✓ Jeunes reporters : 3 max par rencontre par établissement

Une formation des jeunes arbitres est programmée le 26 novembre en lien avec les ligues, en vue d'une validation district/départementale. Les meilleurs JA arbitreront au niveau académique et pourront prétendre à la certification correspondante.

Championnat établissement :

Organisation :

- 1 compétition dans chaque district permettra de déterminer un champion de district. Et servira de qualification pour les championnats à La Réunion.
- Un championnat d'académie sur une journée permettra de déterminer un champion d'académie par catégorie.

Kayak

Se reporter à la **Fiche Sport** dédiée sur Opuss.

Les élèves doivent avoir leur attestation "aisance aquatique" pour pratiquer l'activité kayak. **(annexe 3)**

1/ Dates & Lieux des rencontres

Savoir pagayer	Ouvert à toutes les AS	23-09-2026 30-09-2026
Kayak « compétition »	Ouvert aux AS raid et kayak	18-11-2026 03-02-2027 14-04-2027

2/ Formes et organisation des rencontres

Kayak découverte

- Le matériel est prêté par l'établissement d'accueil (Gilets – Pagaies – Kayak). S'il y a besoin de plus de gilet, les collègues organisateurs peuvent demander aux établissements d'apporter des gilets.
- La demi-journée se déroule en 3 temps :
    1. Passage du test « pass nautique » pour les élèves qui n'ont pas le pass.
    2. Ecole de la pagaie :
        - NIVEAU 1 :
            - **CAPACITÉ SÉCURITÉ** Mettre et ajuster son gilet. Connaissance de son matériel et utilisation S'installer correctement dans son embarcation. Vider son embarcation avec de l'aide. Se dissocier de son embarcation et rassembler son matériel en cas de dessalage avec une aide extérieure. Aisance ou intervention aquatique Ré-embarquer en eau profonde avec une aide extérieure. Appliquer les consignes de sécurité. Reconnaitre les éléments de danger pour savoir si je m'engage ou pas sur la sortie kayak : les vagues, la pollution, la surveillance extérieure, les objets coupants, l'orage.
            - **CAPACITÉ TECHNIQUE ET CULTURE SPORTIVE** Connaître le positionnement des mains sur la pagaie. Observer et comprendre le principe d'action de la pagaie et de réaction du kayak (marche avant, marche arrière, tourner à droite ou à gauche). Habiletés techniques et motrices Se déplacer en avant, en arrière, tourner. Se situer dans un groupe de plusieurs embarcations et respecter les limites de navigation établies. Embarquer / Débarquer. Comprendre le vocabulaire élémentaire de la pratique en kayak (gilet, pagaie simple ou double, canoë, kayak, marche avant, marche arrière).
        - **CAPACITÉ ENVIRONNEMENT** Identifier des éléments caractéristiques du paysage. Connaissance et prise en compte de l'environnement de pratique. NIVEAU 2 :
            - **CAPACITÉ SÉCURITÉ** Choisir le matériel adapté à sa taille (bateau, pagaie, gilet). Connaissance de son matériel et utilisation. Vider son embarcation de manière autonome. Dessaler sans crainte, se dissocier de son embarcation et rassembler son matériel en autonomie. Rejoindre la berge avec son matériel. Aisance ou intervention aquatique Embarquer / Débarquer sans aide extérieure depuis la berge ou un ponton. Ré embarquer en eau profonde avec une aide extérieure
            - **CAPACITÉ TECHNIQUE ET CULTURE SPORTIVE** Comprendre le vocabulaire technique élémentaire de la pratique en canoë et en kayak : matériel : gilet / pagaie simple et double/ canoë et kayak. Manœuvres : propulsion / rétropulsion ou dénage / circulaire. Communiquer avec son équipier pour collaborer sur le projet de navigation. Maintenir une position correcte des mains sur la pagaie. Habilités techniques et motrices. Tourner en cercle sur place. S'arrêter. Reculer. Se diriger dans une direction précise en adoptant une trajectoire rectiligne. Reculer. Se déplacer latéralement. Embarquer et débarquer sans aide extérieure.
            - **CAPACITÉ ENVIRONNEMENT** Respecter les consignes pour limiter son impact sur l'environnement (faune et flore). Facteurs Physiques Faune & Flore Patrimoine et réglementation Repérer visuellement les phénomènes de courant ou de marée en mer. Identifier différentes familles d'animaux et de végétaux présentes sur le site de pratique. Respecter les usagers du site de pratique

3. Si les niveaux 1 et 2 sont maitrisés, mise en place du kayak « compétition ».

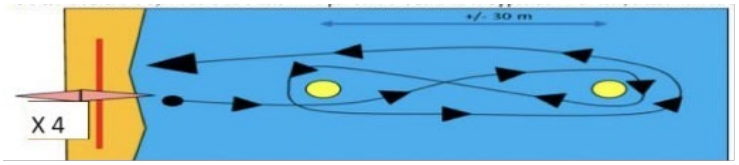
Kayak « compétition »

- Les rencontres doivent commencer à 12h pour se terminer aux alentours de 15h30 (bus).
- Chaque enseignant doit s'assurer d'avoir des gilets de sauvetage.
- C'est l'établissement qui accueille la rencontre qui fournit les KAYAKS et pagaies pour tous les élèves.

Règlement : Les équipes de 4 peuvent s'engager avec 2G et 2F par équipe, en sport partagé (avec au moins un élève en situation de handicap).
Deux épreuves : patrouille kayak double (K2) et relais K2

Chaque épreuve rapporte un nombre de points : 1 pour le premier jusqu'à X pts au dernier de l'épreuve. Le cumul des points des 2 épreuves détermine les vainqueurs. En cas d'égalité de points, c'est le temps réalisé au relais qui départage

Sécurité : Les contacts non contrôlés (choc perpendiculaire, vitesse importante) sont interdits et disqualifiants. Chaque établissement doit fournir au moins un jeune officiel et un enseignant disponible pour assurer la sécurité sur l'eau. Le port du gilet et correctement fermé est évidemment une obligation.



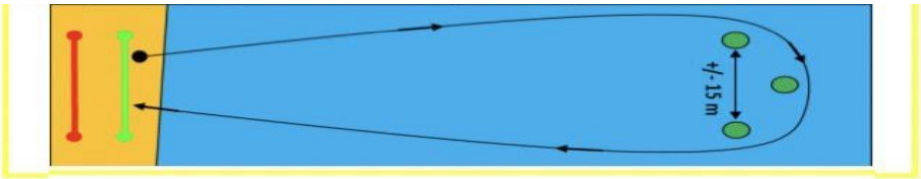
Epreuve 1 : patrouille :

Parcours :
Slalom distance pouvant aller de 30m à 50m entre la 2ème bouée et la ligne de départ/arrivée sur la plage. Variable selon conditions climatiques, catégories, contraintes temporelles.

Matériel : 2 K2 par équipe

Sélection : Chrono, Au départ, les 4 kayakistes s'élancent en même temps sur 2K2 pour réaliser le parcours. Le chronomètre démarre au départ du premier de l'équipe franchissant la ligne de départ et s'arrête à l'arrivée du dernier de l'équipe du 2ème K2 franchissant la ligne d'arrivée. Une partie des bateaux doit avoir franchi la ligne d'arrivée. L'équipe doit réaliser un 8 puis un 0 comme ci-dessous. Peu importe le sens à condition que tous les kayakistes fassent le 8 et le 0 dans le même sens.
ATTENTION ! les erreurs de parcours peuvent être éliminatoires (exemple : le 0 est fait avant le 8). Le sens du 8 détermine cependant le sens du 0. **Opposition indirecte, classement au temps**.

Épreuve 2 : Relais K2 :



Parcours :
Boucle. Les bouées se trouvent à 100m de la plage ce qui fait un parcours d'un peu plus de 200m, (soit 2' à 3' de course).

Matériel : 4x K2 (1 K2 par équipe)

Sélection : **à la place** Tous les relayeurs sont placés derrière la ligne (un plot) rouge. Départ de la ligne verte des 1ers relayeurs. Au passage de relais, le kayak doit être remonté pour qu'une

extrémité « coupe » la ligne verte, le témoin est la pagaie, elle est transmise aux relayeurs placés derrière la ligne rouge. La fin de course est effective lorsque l'avant du kayak des derniers relayeurs (avec leur pagaie) coupe la ligne verte.

Organisation : 4 équipes peuvent concourir en même temps. **Faire des séries puis des finales en fonction des places**. La distance sera modulée en fonction du niveau des pratiquants et des conditions météorologiques.

3/ Les jeunes officiels

- 1 JO pour l'arbitre/juge min par équipe
- 1 jeune coach intégré à l'équipe
- 3 JR max par AS

Rugby

Se reporter à la **Fiche Sport** dédiée sur Opuss. Les règles de beach rugby seront les mêmes.

1/ Dates & Lieux des rencontres

29-10-25	19-11-25	03-12-25	11-02-26	18-03-26	03-06-26
Beach	Minimes F/G	Benjamins M/F	Minimes F/G	Benjamins F/G	Finales académiques
Mélange des districts (Sohoa ou ailleurs)	Par district	Par district	Par district	Par district	Bandrélé

2/ Formes et organisation des rencontres

Les districts en rugby :

POULE NORD		POULE CENTRE		POULE SUD	
Mtsangamouji Koungou Mtsamboro	M'tsahara stade ou trévani stade	K2 Kwalé Doujani Passamainty	Baobab K2	Kani-kéli Bandrélé Ouangani Chiconi	Bandrélé Kani kéli stade Ouagani stade

Accentuer arbitrage surtout sur le touché 2sec touché si 4 mains simultanées = changement d'équipe.
Le toucheur ne pas gêner => carton
On peut marquer en étant touché
Inviter le comité pour la journée JO et la finale académique.

Qualifications à la finale Académique : 1 équipe par district en Minimes, 2 équipes par district en Benjamins

Equipement obligatoire :
Chaussures (en excellence, en établissement recommandé) , short, t-shirt

Benjamin

Jeu à plaquer

Mixité obligatoire (2 filles, 2 garçons obligatoire) sinon pénalité au début du match.

- Si manque 1 fille ou 1 garçon : 1 essai de retard dès le coup d'envoi
- Si manque 2 filles ou 2 garçons : 2 essais de retard dès le coup d'envoi

Jeu à 5vs5 sur quart de terrain (4 joueurs minimum)

10 élèves par équipe sur la FDM

Match de 2x 10min (mi-temps 2min)

Possibilité d'amener des élèves qui veulent jouer à toucher.

Possibilité de mélanger plusieurs établissements pour former une équipe => Ne compte pas pour le championnat

Minime fille et garçon

Jeu à toucher gratte poule (un joueur vient récupérer le ballon entre les jambes du joueur touché pour le jouer).

Jeu à plaquer pour CHAR ; section et minimes filles lorsque c'est possible.

ATTENTION : Lorsqu'un joueur est touché la ligne de hors-jeu apparaît (pas possible de bloquer ou d'intercepter le relayeur)

Jeu à 7vs7 sur demi-terrain (5 joueuses minimum)

12 élèves par équipe sur la FDM

Match 2x 7min (mi-temps 2min)

3/ Les jeunes officiels

Arbitrage : proposition de faire arbitrer les rencontres par 2 Jeunes Arbitres + 1 prof. Cela implique qu'un prof soit désigné référent arbitrage et donc qu'il soit détaché de la gestion de ses équipes pour être à 100% consacré à l'arbitrage.

- 1 arbitre obligatoire par équipe, ils ne peuvent pas jouer
- 3 JR par AS sur les évènements
- 1 jeune coach par équipe obligatoire, il est joueur

→ une **formation des jeunes arbitres** mélangeant collège et lycée est programmée le **26 novembre** en lien avec les ligues, en vue d'une validation district/ départementale/ académique
→ organisation :

4/ Le championnat excellence

Le championnat excellence se déroule lors des rencontres minimes garçons centre. Les équipes concernées : K2, Kwalé et passamainty. Le format du 7c7 plaqué sur moitié de terrain.

SPMA: sport partagé multi-activité

Se reporter à la **Fiche Sport** dédiée sur Opuss.

1/ Dates & Lieux des rencontres

CROSS			04/11 à Coconi			
Laser Run			25-11 au Golf	20-01 au Golf	03/02 au golf acad	
Golf			25-11 au Golf	27/01 acad golf		
SPMA	30 septembre à OUANGANI J1 Biathlon TT/Boccia		18/11 à KOUNGOU J2 Biathlon CO plots-relai	13/01 à OUANGANI Acad. Biathlon TT/Boccia CO plots-relai		
FORMATION JO		28-10 à OUANGANI ?				

2/ Formes et organisation des rencontres

Formes de rencontres :

District

- 2 équipes maxi soit 2 conformes soit 1 équipe non conforme acceptée si au moins 1 équipe conforme inscrite.
- Equipe conforme : 4 joueurs (2 é en situation de handicap SH, 2 é valides , 1 fille et 1 garçon minimum parmi ces 4 joueurs) + 1 JA + 1 JC. Les JO peuvent être joueurs.
- Equipe non conforme : Idem mais avec 1 seul é SH

Organisation de l'après-midi

- 12H00 : Accueil des équipes, informations générales sur le sport partagé multi-activités, répartitions des équipes dans 3 groupes
- 12H30 à 14H45 : rotation des équipes sur les 3 challenges (45 min par challenge)
  - challenge athlétique (biathlon course/ tir à la sarbacane),
  - challenge course d'orientation (uniquement course aux plots)
  - challenge double (tennis de table/boccia).
- 14H45 : rangement du matériel, regroupement pour faire le bilan et donner les résultats.
- 15H00 : Fin de la rencontre, départ des équipes vers les bus.

Format des rencontres

1. Challenge athlétique biathlon : course/ tirs à la sarbacane

Les équipes s'entrainent au tir à la sarbacane (3 tirs dans 3 cibles différentes) puis chaque élève découvre son parcours de course et de pénalités adapté si besoin à son handicap. Une compétition entre les équipes est ensuite proposée, les 4 joueurs d'une équipe se relayent pour réaliser le meilleur temps (chaque joueur fait 1 course et 3 tirs avant de passer le relais).

2. Challenge course d'orientation : course aux plots

Les joueurs et les jeunes officiels découvrent le dispositif et les fiches associées à leurs capacités. Après un temps d'initiation, les équipes vivent la formule compétitive: le 1er joueur de chaque équipe réalise son parcours puis une fois terminé, le 2ème joueur prend le départ… La meilleure équipe est celle qui aura trouvé le plus de codes exacts et obtenue des éventuels bonus dans le temps imparti (bonus de 3 points pour une fiche de code complète et bien remplie).

3. Challenge double : boccia / tennis de table

Un temps de découverte est prévu pour les joueurs. Chaque équipe constitue 2 binômes (1é SH et 1éV) pour réaliser ces activités. Les jeunes coachs et arbitres sont briefés pour assurer leur rôle. Puis mise en place d'une phase compétitive où les joueurs vont enchainer la boccia puis le tennis de table et de nouveau la boccia. La 1ère équipe qui obtient le score prévu lors de la 1ère manche en boccia arrête le jeu pour poursuivre la rencontre en tennis de table avec le 2ème binôme tout en gardant le score. Une fois le score prévu atteint en tennis de table, les équipes s'affrontent pour une 2ème manche de boccia jusqu'à l'obtention du score final.

Matériel à prévoir par l'organisateur

4 Jeux de boccia/ 4 tables de TT/ 4 sarbacanes et 40 dards/ 4 cibles et supports/ tables et chaises/ 2 tonnelles / Plots et drapeaux/ 36 coupelles/ 2 cerceaux / fiches parcours et réponses /stylos

Académique

EQUIPES

- Equipe conforme : 4 joueurs (2 é en situation de handicap SH, 2 é valides , 1 fille et 1 garçon minimum parmi ces 4 joueurs) + 1 JA + 1 JC. Les JO peuvent être joueurs.
- 12 équipes max pour la journée et 3 max par établissement.
-

Organisation de le rencontre - formes de pratique - déroulement

3 challenges : Challenge athlétique, challenge course d'orientation (uniquement course aux plots) et challenge double. Pas de challenge artistique. Les poules sont tirées au sort.

- **Challenge athlétique** : les équipes courent une 1ère manche de qualification puis une seconde par ordre des résultats au temps (4 équipes maxi par course). Le classement se fait au meilleur des 2 temps.
- **Challenge course d'orientation** : Le chronomètre est déclenché au départ du 1er concurrent et arrêté au bout de 20 minutes (4 équipes maxi par course). Le classement sera effectué au nombre de codes exacts trouvés et des éventuels bonus (bonus de 3 points pour une fiche de code complète et bien remplie). En cas d'égalité de point, le temps sera pris en compte.
- **Challenge double** : Phase 1, Constitution de poules (1er à 3 points en Boccia/ 1er à 12 points en TT/ 1er à 15 points). À l'issue des matchs de poules, les équipes seront départagées si besoin au goal-average particulier entre les équipes concernées. Phase 2 : constitution des nouvelles poules en fonction du classement. Formule de jeu évolutive (nombre de points ou au temps) en fonction du temps restant.
-

Tenue Sportive et attitude élèves

Chaque équipe doit être équipée d'une tenue de sport et de chasuble (1 couleur par équipe). Laisser les lieux propres et en bon état. Chaque équipe devra prévoir son matériel (Sarbacanes, raquettes TT, jeu boccia). Pour la sécurité, chaque collègue devra prévoir sa pharmacie.

Matériel

6 Jeux de boccia/ 6 tables de TT/ 8 sarbacanes et 40 dards/ 4 cibles et supports/ tables et chaises/ 2 tonnelles / Plots et drapeaux/ 72 coupelles/ 4 cerceaux / stylos

Organisation de l'après-midi/ journée

10H30 : Accueil et testing

11H/11H45 : Challenge athlétique

12H/13H : Course d'orientation plots

13h/ 13h30 : pause repas

13H30/14H30 : Boccia/TT

14H30 : Rangement et remise des résultats

15h: Fin du championnat

Testing:

- Entraînement : un testing au préalable est demandé aux collègues pour estimer les compensations
- Compétition : un temps de testing est prévu pour tous en début de rencontre.

CO (valide)		CO (valide)	
ESH moteur et/ou sensoriel		ESH cognitif, mental et/ou psychique	
C1M		C1	
C2M	Blanc	C2	Jaune
C3M	Rose fushia	C3	Rouge
C4M	Bleu foncé	C4	Bleu clair
C5M	Vert foncé	C5	Vert clair

Règlement des rencontres:

Tableau des compensations

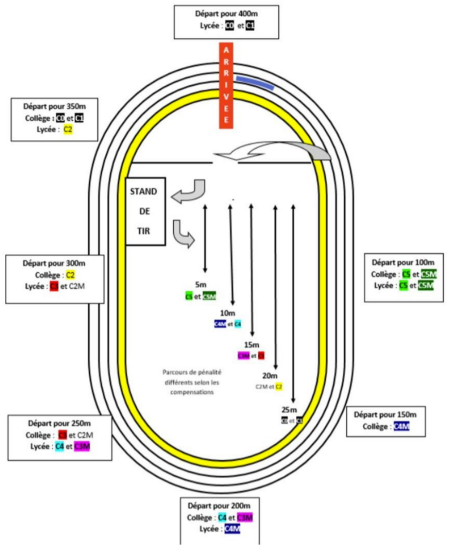
- A l'issue des phases de testing (cf. épreuves de testing cognitif et moteur fourni par l'UNSS), chaque élève est positionné dans une catégorie qui donne droit ou non à des compensations

Biathlon :

- Objectif : réaliser le meilleur temps possible en équipe sur un relais alliant course et sarbacane.
- Déroulement : la course est courue 2 fois et le meilleur temps est retenu. L'ordre des coureurs est EO-ESH-EO-ESH. Les élèves courent seuls et sans aide humaine. Le premier coureur part sur sa course puis s'arrête au stand de tir.
- Tir : il tire assis 3 fois sur trois cibles placées à la verticale sur le sol à 2m50 de la chaise. La couleur de la cible sera adaptée pour des déficients visuels.
- Pénalité : chaque dard doit atteindre une cible différente. A l'issue des 3 tirs, les pénalités sont appliquées : un tour de pénalité par cible non atteinte.
- Passage de relais : à la fin de la réalisation des pénalités, des tirs le cas échéant, le coureur se rend à la ligne d'arrivée. Un JO lève alors un drapeau pour autoriser le départ du 2e coureur.
- Tout manquement au règlement ajoute 15s de pénalité au temps total. A Mayotte, la course se réalisera sur un terrain de football. Le schéma d'un exemple de course peut-être le suivant :

Classification ESH moteur et/ou sensorielle	COLLEGE	LYCEE	*Classification ESH Cognitif, mental et / ou psychique*	COLLEGE	LYCEE
	350m	400m	C0 et C1	350m	400m
C2M	250m	300m	C2	300m	350m
C3M	200m	250m	C3	250m	300m
C4M	150m	200m	C4	200m	250m
C5M	100m	100m	C5	100m	100m

Pour les C5M en fauteuil électrique = Réalisation d'un parcours de maniabilité



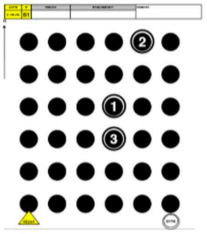
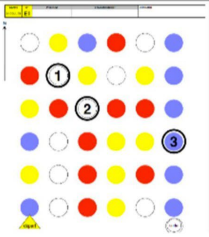
Course d'orientation :

- Objectif : réaliser le plus grand nombre de point en additionnant les performances de la course aux plots et du relais. En cas d'égalité, l'équipe ayant eu le meilleur classement au relai remporte la place convoitée ;
- Déroulement de la course aux plots :
  - En relais, découvrir en 20 minutes un maximum de mots placés sous les plots. L'ordre des coureurs est EO-ESH-EO-ESH.
  - A son départ, le concurrent met le pîed dans le cerceau de départ pour recevoir une carte associée à son niveau de compensation. Elle est laissée en zone de départ mais peut être consultée à tout moment.

- Le coureur doit découvrir les plots les uns après les autres et noter le mot inscrit dessous. Si besoin, un JO peu noter le mot indiqué par le coureur à condition de se trouver au plot et de soulever soit-même le plot concerné.

- La fiche est validée si les mots sont corrects, découverts dans l'ordre et que le coureur valide sont parcours en mettant son pied dans le cerceau de sortie (sans quoi le coureur suivant ne peut recevoir sa carte). Une sortie anticipée peut-être demandée par le coach à un organisateur en cas de difficulté manifeste.

- 2 types d'exercices doivent être réalisés avant de passer le relais : trouver les mots des plots indiqués et réaliser un ou plusieurs roadbook. Chaque mot trouvé rapporte un point et toute fiche complète est bonifiée de 3 points.

Les C0, les C1 et les ESH moteur et/ou sensoriel disposent d'une **carte en noir et blanc** sur laquelle un ou des plots espacé d'1m50 sont entourés et un autre donné sous la forme d'un « roadbook ». Ex : **5N-3E-2S-1E** *(pour 5Nord - 3Est – 2Sud – 1Est)* Le ou les roadbook commence à chaque fois depuis le point de départ	**Les ESH cognitif, mental et/ou psychiques disposent d'une carte en couleur** sur laquelle des plots sont entourés (deux à cinq).
	

	Carte noir et blanc :		**Carte couleur :**
	ESH moteur et sensoriel		ESH cognitif, mental et/ou psychique
Collège Parcours Carte en main	**C0 / C1** 3 plots entourés + 2 Roadbook (RB)	**C2M**:4 plots entourés + 1 RB **C3M** : 3 + 1 RB **C4M** : 2 + 1 RB **C5M** :1 + 1 RB	**C2**: 5 plots entourés **C3**: 4 plots entourés **C4**: 3 plots entourés **C5**: 2 plots entourés
Lycée Parcours en mémorisation	**C0 / C1** 3 plots entourés + 2 Roadbook (RB)	**C2M**:4 plots entourés + 1 RB **C3M** : 3 + 1 RB **C4M** : 2 + 1 RB **C5M** : 1 + 1 RB	**C2**: 5 plots entourés **C3**: 4 plots entourés **C4**: 3 plots entourés **C5**: 2 plots entourés

- Déroulement du relais :

  - Objectif : Trouver un maximum de balise en équipe sur différents parcours. Chaque balise non trouvée amène un point de pénalité. En cas d'égalité de nombre de pénalité, le temps de parcours total le plus petit remporte la place convoitée.

  - 3 parcours différents sont à réaliser dans cet ordre : court, long puis moyen. Un temps maximal pour trouver les balises est donné, selon le parcours. Le relais se passe entre élève(s) dans une zone de transmission prédéfinie à l'une des deux conditions : toutes les balises du parcours ont été trouvées ou le temps maximal pour réaliser le parcours est atteint. Si l'élève précédent n'est pas revenu à l'issue du temps maximal, une pénalité de 3 points est attribuée à l'équipe et le coureur suivant démarre sa course. Chaque élève court une fois.

  - Parcours court (1EO ou 1ESH avec compensation) : 15min de course maximum, 8 balises à trouver pour les C0/C1, 7 pour les C2/C3M/C2M, 6 pour les C4M/C3, 5 pour les C5M/C4, 4 pour les C5.

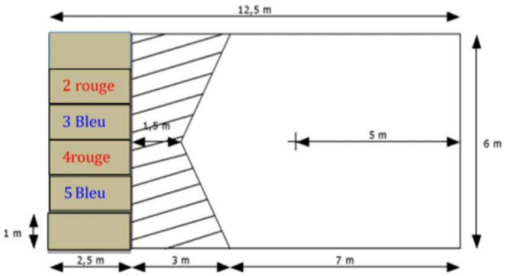
  - Parcours long (1EO ou 1ESH sans compensation) : 25min de course maximum, 18 balises à trouver

  - Parcours moyen (binôme 1EO et 1ESH) : 20min de course maximum, 13 balises à trouver, 12 pour les C2/C3M/C2M, 11 pour les C4M/C3, 10 pour les C5M/C4, 9 pour les C5.

Challenge double :

- Objectif : Arriver en 1e au score de 25 points au match de boccia/tennis de table/boccia

- Echauffement : il n'aura lieu qu'en début de tournoi.



- Déroulement : Chaque équipe forme deux binômes 1EO+1ESH. Le 1e binôme réalise la rencontre de boccia, le 2nd celle de tennis de table. La dernière rencontre de Boccia se fait avec un binôme au choix 1EO+ESH.
    - Boccia 1 : après tirage au sort, l'une des deux équipes démarre le match en lançant le jack. Si le jack est valide, la partie peut commencer. Sinon, le jack doit être lancé par l'équipe adverse. L'équipe qui joue est l'équipe qui perd le point. Lorsque toutes les balles sont jouées, le nombre de boules prenant le point constitue le score. La 1e équipe à 5points (ou plus) arrête le match.
    - Tennis de table 2 : l'équipe qui a atteint les 5 points (ou plus) choisit soit le côté de table soit le service. Le score est repris avec ajout de points de compensation : C2/C2M +2, C3/C3M +4, C4/C4M +6, C5/C5M +8. L'équipe qui sert reste au service jusqu'à un score additionné pair (1 ou 2 services) puis changement de serveur tous les 2 points. Le service sera accepté tant que la balle sera visible du début à la fin du service et touchera, après la raquette, une fois seulement chacune des tables en diagonale. Le rebond avant touche de la raquette est accepté à partir de la compensation C3M. Un binôme dont l'un est en fauteuil se verra uniquement jouer dans l'axe de l'a table et un élève à l'équilibre défaillant pourra s'appuyer sur la table entre les touches de basse. Les joueurs toucheront alternativement la balle sauf en cas d'aménagement sécuritaire. La 1e équipe à atteindre 20 points arrête le match.
    - Boccia 3 : Le match se poursuit en Boccia pour être la 1e équipe à atteindre 25 points.

- Gala artistique : Au championnats de France, un gala artistique doit être présenté. Il s'agit d'une chorégraphie libre (danse, step, hip-hop…) d'1'30 à 2 'dans un espace de 8mx8m. L'équipe choisit et amène les éléments scénographiques (mode sonore, costumes…). Le championnat d'académie ne prend pas ce gala en compte pour la qualification mais l'équipe qualifiée est invitée à participer à une rencontre organisée en Danse pour présenter sa production.

Classement

- Les classements de chaque épreuve (excepté gala) sont additionnés pour départager les équipes. En cas d'égalité, l'équipe ayant atteint la meilleure place gagne). Si cela persiste, le challenge double départage.

Volley-ball

Se reporter à la **Fiche Sport** dédiée sur Opuss. Les règles sont identiques en volley de plage. Les collèges et lycées font leurs rencontres sur les mêmes moments.

1/ Dates & Lieux des rencontres

Rencontres sportives ZONE 1 : (K2/K1/Koungou/Majicavo/Lumieres/Labattoir/LPT).

- 20 janvier :

Rencontres sportives ZONE 2 : (LPO Nord / Tsingoni/ Chiconi / LPO Sada / Clg Sada/ Clg Dembéni)

- 20 janvier :

14 avril : beach volley avec les 2 districts

Finale académique le 26 mai à K1

2/ Formes et organisation des rencontres

Composition des équipes hors sections sportives scolaires	6 compétiteurs maximum sur l'ensemble du championnat - Benjamins avec B2, B3 (1 M1 maximum dans la composition d'équipe) - Minimes avec M1, M2, C1 (1 C1 maximum, 1 B3 maximum dans la composition d'équipe) - Cadets avec M2, C1, C2 (1 M1 maximum dans la composition d'équipe) - Juniors avec C2, J1, J2 - Lycées Filles avec M2, C1, C2, J1, J2				
Jeune arbitre	1 Jeune Arbitre par équipe qualifié Certifié district minimum Le jeune arbitre peut intégrer la composition d'équipe et être joueur.				
Jeune coach – jeune capitaine	Le Jeune Coach - Jeune Capitaine certifié district est obligatoire et peut être compétiteur, il est intégré à la composition d'équipe. Il officie seul ou en binôme et doit être identifié par l'arbitre en début de rencontre				
Type de jeu	4 vs 4				
Nombre de joueurs minimum sur le terrain	4				
Nombre de joueurs maximum sur la feuille de match	6				
Nombre de joueurs maximum pour un tournoi	6				
Nombre de sets dans un match	1 SET DE 21 POINTS (adaptable aux aléas)				
Nombre de set lors d'une finale	2 SET DE 21 POINTS (adaptable aux aléas)				
	Benjamins	MINIMES	CADETS	JUNIORS	LYCÉES FILLES
Hauteur des filets	2,10	F : 2,10 G : 2,24	G : 2,35	G : 2,43	F :2,24
Taille des terrains	7m x 14m				
Formule de compétition	Matchs de poules, ¼ de finale, ½ finales, matches de classement, finale				

Nombre d'équipe max par AS / par catégorie : 3

Jeunes reporters : 3 max par rencontre par établissement

Les différentes catégories :

- Benjamin garçon/ mixte/ fille
- Minimes garçon/ mixte/ fille

- Lycée garçon/ mixte/ fille

Les équipes mixtes fonctionnent avec 2 garçons et 2 filles obligatoires sur le terrain. Si le total d'équipes mixtes par catégorie sont inférieures au nombre de 4, elles sont intégrées aux catégories garçons mais restent compétitives.

Tennis de table

Se reporter à la **Fiche Sport** dédiée sur Opuss.

1/ Dates & Lieux des rencontres

Formation JO : le 28/10.

Journées district : J1 le 25/11 ; J2 le 03/02.

Finales académiques : le 14/04.

2/ Formes et organisation des rencontres (championnat établissement)

Collège et lycée : Equipe de **4 joueurs** : au moins **1 fille** et **3 garçons** (**2 filles** et **2 garçons recommandé**)

Possibilité de participer aux rencontres district avec 4 garçons, mais ces équipes ne pourront pas être qualifiées aux finales académiques

4 simples de **5'** puis un **double mixte** de **5'** (choix du binôme à l'issue des 4 simples par le jeune coach). En début de chaque match, **tirage au sort** sous la table (choix d'une main contenant la balle par l'adversaire), le vainqueur choisit qui sert. Ensuite, **2 services** chacun alternés.

L'équipe gagnante est celle qui aura accumulé **le plus de points** sur l'ensemble des 5 matches (sorte de ronde à l'italienne).

Sur la phase de tableau final, en cas d'égalité de points à l'issue du double mixte, il y aura une **prolongation**. On conserve l'ordre des services pour effectuer 5 points avec changement de service à chaque point.

Déroulement de la rencontre : phase de **poules** puis tableau à **élimination directe** (et matches de classement) afin de dresser un classement complet de toutes les équipes.

Pour une meilleure **gestion temporelle**, il est envisageable (selon le nombre d'équipes participantes et le nombre de tables disponibles) de faire jouer **2 simples** d'une rencontre **en même temps**.

Une **victoire** rapporte **5 points**, une **égalité** rapporte **3 points**, et une **défaite** rapporte **1 point**.

En cas d'égalité à la fin de la poule : prendre les résultats des rencontres ayant opposé les équipes à égalité :

- Si **2 équipes** uniquement à égalité, prendre le résultat de leur rencontre
- Si **plusieurs égalités** se présentent, faire la soustraction points gagnants/points perdus de chaque rencontre et classer les équipes par score décroissant (ex : équipe 1 = +18, équipe 2 = +7, équipe 3 = -4).

- Si **l'égalité persiste**, l'équipe la plus jeune est déclarée vainqueure

Exemple de feuille de rencontre :

AS Doujani	Score	Score	AS Kwalé
Pongiste 4			Pongiste 4
Pongiste 3			Pongiste 3
Pongiste 2			Pongiste 2
Pongiste 1			Pongiste 1
Double mixte			Double mixte
TOTAL			**TOTAL**

Qualification aux finales académiques : les 2 (ou 3 ?) meilleures équipes de chaque district en fonction des résultats des deux journées de district.

3/ Les jeunes officiels

1 jeune coach, et **1 jeune arbitre** par équipe qui **peuvent être joueurs** de leur équipe. Les professeurs ne peuvent pas coacher les élèves directement, mais ils peuvent réguler leurs **jeunes coaches**. Dans la mesure du possible, les **jeunes arbitres** n'arbitrent pas les matches de leur AS.

Facultatif : jeunes **reporters** (3 maximum par AS), jeunes **organisateurs** (2 maximum par AS).

Formation jeunes officiels début 28 octobre : au collège de Doujani / Kwalé ? 6 élèves par AS (3 par catégories).

Badminton

Se reporter à la **Fiche Sport** dédiée sur Opuss.

1/ Dates & Lieux des rencontres

1 seule rencontre le 1 avril 2025 en PT à Labattoir: rassemblement de toutes les AS badminton.

2/ Formes et organisation des rencontres

L'équipe est constituée de 4 compétiteurs avec au moins 1 fille ou 1 garçon par équipe. Ronde à l'italienne : le rapport de force doit être le plus équilibré possible entre les adversaires. Le match se déroule en 1 vs 1.

Soit au temps : même temps de match pour chaque élève

Soit aux points 11 points et rotation donc match en 44 points.

3/ Les jeunes officiels

- ✓ Jeunes coachs : 1 JC intégré à la composition de l'équipe.

- ✓ Jeunes arbitres : 1 par équipe qui n'est pas joueur
- ✓ Jeunes reporters : 3 max par rencontre par établissement

Jeux de l'UNSS

Se reporter à la **Fiche Sport** dédiée sur Opuss.

Le barème est en annexe.

1/ Dates & Lieux des rencontres

25 nov + 13 janv + 27 janv -> stade illoni

2/ Formes et organisation des rencontres

Déroulement général :

Toutes les journées se dérouleront sur le stade d'Iloni.

- Journée 1: rencontre de tous les établissements (5 recensés). Les 4 premiers se qualifient pour la J2.
- Journée 2: rencontre des 4 établissements qualifiés. Les 3 premiers se qualifient pour la J3 (finale académique).
- Journée 3, finale acad : rencontre des 3 établissements qualifiés. Le premier est sacré champion de Mayotte et peut prétendre au championnat de France.

Composition des équipes :

Catégorie benjamin-es : 3 garçons + 3 filles + 1 JO athlétisme qui ne participe pas aux épreuves

Classement général : addition du classement athlétisme et du classement hand. En cas d'égalité, départage avec le classement athlétisme en J1 ou du temps relais en J2 et J3. Si l'égalité persiste l'équipe avec la plus jeune moyenne d'âge sera sacrée gagnante.

Athlétisme :

Table de cotation avec un barème fille et un barème garçon pour toutes les épreuves. Relais sur barème garçon.

Journée	Epreuves	Règlements
J1	50m / 1000m /vortex / Longueur (élan réduit sur 5m max) Tous les élèves font toutes les épreuves.	Sur table de cotation on additionne les 4 meilleures performances dans chaque épreuve
J2 et J3	Relais 2x50m / 50m / 1000m / vortex / longueur (élan réduit sur 5m max) 1 course (hors relais) et 1 concours /athlète Minimum 1 fille et 1 garçon / épreuve Maximum 3 athlètes /épreuve	Sur table de cotation on additionne la meilleure perf. fille et la meilleure perf. garçon de chaque épreuve

- 50m : 2 courses par athlète, départ sans starting-block avec 4 appuis au sol.
- Vortex : 4 essais par athlète, prise d'élan libre.
- Longueur (élan réduit sur 5m max) : 4 essais par athlète, règle des 20cm de tolérance en amont de la planche.
- 1000m : 1 course par athlète.
- Relais 2x50m (J2 et J3): 2 courses fille-fille et 2 courses garçon-garçon (les binômes doivent rester

identiques sur les 2 essais). Pour le calcul des points, les meilleurs temps de chaque binôme (filles + garçons) sont additionnés et comparé à la table de cotation garçons.

Courses : Pas de faux départ en J1. Pour J2 et J3 : Tolérance de 1 faux départ puis disqualification du faux départ suivant dans la série.

Handball :

Organisation :
Toutes les équipes se rencontrent 1 fois.
Match de 2x6 minutes
Mi-temps d'1 minute par match
Pas de temps-mort
Le temps de jeu peut être adapté sur place en fonction du nombre d'équipes, des conditions météorologiques.

Equipe :
7 joueurs : 3 filles + 3 garçons + le/la juge athlétisme qui doivent être les mêmes élèves qu'en athlétisme.
Sur le terrain : 1 gardien + 3 joueurs de champ en respectant en tout temps la parité 2 filles + 2 garçons. Les 3 autres joueurs sont remplaçants.

Classement :
En formule « poule »
Match gagné = 3 points
Match nul = 2 points
Match perdu = 1 point
Forfait = 0 point (dans ce cas, match gagné 5-0).

Si égalité :

1. Qui a le meilleur goal-average à l'issue du ou des matches les ayant opposées,
2. Qui a le moins de pénalités pendant le ou les matches les ayant opposées,
3. Qui a le meilleur goal-average sur l'ensemble des matches de la poule,
4. Qui a le moins de pénalités sur l'ensemble des matches de la poule,
5. Dont la moyenne d'âge est la plus faible.

3/ Les jeunes officiels

- Le jeune juge athlétisme doit avoir été préparé à occuper des responsabilités dans les différentes épreuves sur un niveau district en J1 et J2 puis niveau départemental pour J3.
- Si une AS souhaite proposer des jeunes juges athlétisme et jeunes arbitres hand en plus de leur équipe de 7 joueurs (à but certificatif de niveau départemental ou académique), cela est possible dans la mesure où l'organisation de la rencontre ne s'en trouve pas impactée et que ces derniers ne prennent pas part aux épreuves athlétismes en tant qu'athlète ou aux matches de handball en tant que joueur.

Musculation

Se reporter à la **Fiche Sport** dédiée sur Opuss.

Référents des activités sportives par établissement

Nom Prenom	Etablissement	District	Numéro	Mail
Olivier DEBRUSSE	Lycée du Nord	Nord	06 11 28 74 06	olivier.debrusse@ac-mayotte.fr
Laurent FERREIRA	Lycée des Lumières	Nord	06 63 48 82 51	gaby.ferreiradacosta@orange.fr
Hugo ANDRADE	Lycée de Petite Terre	Est	06 84 28 78 08	hugo.andrade40@outlook.fr
Nanan SAINT RAYMOND	Dembeni	Sud	0685234043	nsaintraymond@gmail.com
Aurélien FRISON	Sada	Sud	07 69 69 32 77	aurelien.frison@gmail.com
Hugo MAYON	Kahani	Ouest	06 83 92 49 14	hugo.mayon@ac-mayotte.fr

POINT GENERAL SUR LES INSTALLATIONS ET MATERIEL / ÉTABLISSEMENT

ETABLISSEMENT	ESPACE	MATERIELS [de faible 1 à très important 5]
LPO de Kaweni	Espace semi-couvert	2
Lycée du Nord	Espace restreint	2 en attente de matériel pour la rentrée 2026
Lycée des Lumières	Salle spécifique avec extension possible 100 m2 + salle non spécifique + 300 m2	4
Lycée de Petite Terre	Salle spécifique 300 m2	4
Bamana	Petite salle de moins de 100 m2 hors étab.	3
Bandrele	?	?
Dembeni	Salle Musculation spécifique environ 100 m2	3
Chirongui	?	?
Sada	Petite Salle	3
Dzoumougné	?	?

Kahani	Grande salle spécifique de plus de 300 m2	5
Coconi	?	

TENUE: Chaussures fermées fortement recommandées. Shorts et tee-shirts (coudes et genoux apparents), leggings acceptés, vêtements amples interdits pour faciliter l'appréciation et validation des répétitions.

DISPOSITIONS GÉNÉRALES VISANT AU TITRE DE CHAMPION ACADÉMIQUE

LICENCIÉS AUTORISÉS	Minimes 2 (de lycée), Cadets, Juniors, Seniors (1 Senior max dans la composition d'équipe)
COMPOSITION DES ÉQUIPES	4 compétiteurs + 1 juge non pratiquant : 1 fille et 3 garçons ou 2 filles 2 garçons (à délibérer après les vacances d'octobre 2026)
JEUNE JUGE	1 Jeune Juge par équipe non pratiquant Niveau district pour les rencontres district. Niveau départemental minimum pour la rencontre académique Il peut être d'une autre association sportive de l'académie Il peut être compétiteur pour la rencontre de niveau académique
JEUNE COACH	1 Jeune coach obligatoire par équipe qualifiée et intégré à la composition d'équipe Certifié de niveau district minimum lors des rencontres district. Certifié de niveau départemental minimum pour le titre de champion de Mayotte
RÈGLEMENT	Conférer déroulé des épreuves + annexes
FORMULE DE COMPETITION	3 épreuves par rencontre district et académique et 10 minutes de récupération entre chaque épreuve : Les rencontres se feront à la journée (10h-15h30) pour anticiper la logistique bus (retard assurés), éviter le retour trop tardif des AS et limiter l'organisation en flux tendue. **Une épreuve de type circuit training** chronométré constitué de 4 mouvements au nombre de répétitions imposées et tirés au sort sur les ateliers sélectionnées en CMR. **Une épreuve de type WOD** de 6 minutes avec un nombre de tour maximum à réaliser [3 exercices variés : 1 cardio / 1 deadlift (ciblant un groupe musculaire spécifiquement) / 1 gym (pompe, air squat…)]. Épreuve en relais continue (pratiquant 1-2-3-4-choix du pratiquant après le 1ème tour de chaque athlète)
	Une épreuve de type Hyrox chronométrée décomposée en 600 m de course à pied entrecoupé de 3 exercices de fitness. Le format sera de 200 m + 1 exercice de fitness répété 3 fois. Epreuve en relais continue avec départ différé. L'athlète 1 démarre et enchaine tout le parcours mais lorsqu'il a terminé la première épreuve après le premier 300 m, l'athlète 2 part et ainsi de suite jusqu'au 4ème athlète. La somme des 4 chronos individuel comptabilisera la performance d'équipe.

CLASSEMENT	Score circuit training (/200pts) + score Hyrox (/200pts) + score Crossfit (/200pts) = classement final (maximum 600 pts).
En cas d'égalité, utiliser successivement les critères ci- après	1 Classement en Circuit Training 2 Classement au WOD 3 Classement en Hyrox -> Si une égalité persiste, la victoire sera donnée à l'équipe dont la moyenne d'âge est la plus faible (élèves inscrits sur la feuille de composition d'équipe)
MODALITE DE QUALIFICATION A LA RENCONTRE ACADEMIQUE	Niveau district. Cumul des résultats remportés lors des 2 compétitions de district si un seul district. Les 2 équipes championnes par district si 2 districts (par cumul des résultats sur les 2 rencontres district) Le tirage au sort des mouvements par épreuve se fera lors de la 2ème rencontre d'un des 2 districts (si nous avons 2 district) par un enseignant en charge de l'activité et un JO d'un des lycées non qualifiés et communiqué aux AS qualifiées. Les mouvements ciblés sont choisis en CMR en fonction des possibilités matérielles de chaque AS et dans l'objectif d'un corps harmonieux. Ils seront les mêmes pour les 3 rencontres afin de faciliter la formation des JO, d'objectiver les progrès de performance réalisés d'une rencontre à l'autre et de faciliter l'organisation logistique.
NOMBRES D'EQUIPES	4 équipes maximum sur l'ensemble du territoire Une AS ne peut pas présenter plus d'une équipe aux phases finales du championnat d'académie
TITRE DÉCERNÉ	Champion de Mayotte.

Dates & Lieux des rencontres district et académique :

Cas de figure 1 → 1 unique district représentant les 6 établissements actifs en 2025-2026

DATE	NIVEAU DE LA RENCONTRE	LIEU	Etablissement	FORME DE PRATIQUE
03/02/2027	District [12 équipes maximum]	Lycée de Kahani	Petite Terre Lycée du Nord Les Lumières Dembeni Sada Kahani	1 circuit training chronométré 1 WOD de 8 minutes 1 parcours Hyrox chronométré
24/03/2027	District [8 équipes maximum]	Lycée des Lumières ou	Petite Terre Lycée du Nord Les Lumières	1 circuit training chronométré
		Dembeni ou Petite Terre	Dembeni Sada Kahani	1 WOD de 8 minutes 1 parcours Hyrox chronométré

Cas de figure 2 → Les 11 établissements sont actifs sur l'année scolaire (dynamique de collègue primo-arrivant ; nouveau matériel reçu…) :
2 Districts composées en rapport à la circulation et à la capacité d'accueil des installations

District NORD/OUEST/SUD [3 établissements]

DATE	RENCONTRE	LIEU	Établissement	FORME DE PRATIQUE
03/02/2027	District [12 équipes maximum]	Lycée de Kahani	Lycée du Nord Sada Kahani	1 circuit training chronométré 1 WOD 8 minutes 1 parcours Hyrox chronométré
24/03/2027	District [12 équipes maximum]	Lycée de Kahani	Lycée du Nord Sada Kahani	1 circuit training chronométré 1 WOD de 8 minutes 1 parcours Hyrox chronométré

District NORD/EST/OUEST [3 établissements]

DATE	RENCONTRE	LIEU	Établissement	FORME DE PRATIQUE
27/01/2027	District [9 équipes maximum]	Lumières	Petite Terre Les Lumières Dembéni	1 circuit training chronométré 1 WOD de 8 minutes 1 parcours Hyrox chronométré
24/03/2027	District [9 équipes maximum]	Lumières	Petite Terre Les Lumières Dembéni	1 circuit training chronométré 1 WOD de 8 minutes 1 parcours Hyrox chronométré

RENCONTRE ACADÉMIQUE

14/04/2027	Académique [4 équipes] à voir en octobre 2026	Lycée de Kahani	Les 4 à 6 premiers (si 1 seul district) ou - Les 2 ou 3 premiers de chaque district (si 2 district)	1 circuit training chronométré 1 WOD de 8 minutes 1 parcours Hyrox chronométré

ZOOM SUR LA FORMATION DES JO

La formation devra être opérée directement après la JNSS en continue et à chaque entraînement.

Les documents liés à la formation des JO sont en ligne sur le site UNSS MAYOTTE.

L'enseignant en charge de l'activité organisera en interne de son établissement un entrainement de type compétition. Il évaluera les connaissances des pratiquants (QCM) ainsi que leurs compétences en situation.

2 parties pour certifier les JO :

1. ÉVALUATION DES CONNAISSANCES : 2 questionnaires (1 juge + 1 coach).

Questionnaire (minimum 10/20 pour district et 12/20 minimum pour départemental) = Sera construit par la CMR en septembre 2026 pour le jeune coach et le jeune juge → appui sur questionnaire opuss + construit par la CMR.

2. ET VALIDATION DES COMPÉTENCES EN SITUATION

   - Fiche d'évaluation qui sera construite en septembre prochain par la CMR en interne.
   - Fiche descriptif et Motifs de non-validation - « No rep » qui sera finalisée en septembre prochain par la CMR pour chaque mouvement et exercice.

→ le but étant d'avoir un jeune coach minimum par établissement et que chacun des pratiquants de l'équipe puisse également être apte jeune juge district avant les rencontre de district.

	Connaissances théoriques (coeff. 1)	**Évaluation pratique (coeff. 2)**
Certification District	Test sous forme de QCM La note minimale requise à ce test théorique est de 10/20.	L'enseignant évalue l'élève dans le cadre d'un entraînement effectué sous le format de préparation à la rencontre district et le certifie directement sur OPUSS s'il le considère apte.
Certification Départementale	Test identique aux évaluations théoriques demandées au jeune arbitre certifié de District. S'effectue par les enseignants d'EPS. La note minimale requise à ce test théorique est de 12/20.	Le référent adulte devra remplir la fiche d'évaluation (proposée par les membres de la CMN de l'activité) de son Jeune
		Coach lors des rencontres de niveau District.

Certification Académique	Test identique aux évaluations théoriques demandées au jeune arbitre certifié de District. S'effectue par les enseignants d'EPS. La note minimale requise à ce test théorique est de 14/20.	Le référent adulte devra remplir la fiche d'évaluation (proposée par les membres de la CMN de l'activité) de son Jeune Coach lors des rencontres de niveau Académique.

Règlement LYCEE et LP

Formes de pratique envisagées et organisation des rencontres

1 CIRCUIT TRAINING CHRONOMÉTRÉ EN RELAIS	2 WOD DE 6 minutes EN RELAIS (max de tour)	3 PARCOURS HYROX CHRONOMÉTRÉ EN RELAIS
Un enchainement de 4 mouvements (au nombre imposé de répétitions) en relais tirés au sort sur les 10 sélectionnés par la CMR.	Circuit décomposée en 3 exercices variés : 1 cardio / 1 deadlift (ciblant un groupe musculaire spécifiquement) / 1 gym (pompe, air squat…). Epreuve en relais continue dans le but d'effectuer le maximum de tour	Parcours décomposée en 600 m de course à pied entrecoupé de 3 exercices de fitness. Le format sera de 200 m + 1 épreuve de fitness répété 3 fois. Epreuve en relais continue avec départ différé.
/ 200	/ 200	/ 200
/ 600		

EPREUVE 1 : **CIRCUIT TRAINING CHRONOMÉTRÉ EN RELAIS**

Déroulement

Les athlètes ne démarrent le circuit qu'au top du starter. A la fin du circuit, les chronométreurs inscrivent le temps final sur la fiche d'équipe et le font remonter à la table du secrétariat. Le circuit chronométré est constitué de 4 mouvements ciblés. Les autres seront travaillés et ciblés sur les années à venir.

SANS CHARGE	AVEC CHARGE		
	Exercice	Filles	Garçons
BURPEES POGO X 40 répétitions	THRUSTER X 50	2 X 7,5 kg	2 X 10
AIR SQUAT X 200	KB SWING US X 50	12	16
BOX JUMP OVER X 120	SQUAT KB X 50	16	20
DOUBLE UNDER 80 ou UNDER SIMPLE X 200			
PUSH UP X 150			
PONT FESSIER 1 JAMBE SUR BANC X 100			
Butterfly sit (gym) X 100			

Les quatre athlètes devront se relayer pour effectuer le nombre total de répétitions exigées par équipe (Le nombre de répétitions par atelier à valider sera à reconcerter en CMR), chacun devant passer une fois minimum obligatoirement sur chaque atelier, il n'y a pas de maximum. Chaque compétiteur doit tenter au minimum 5 répétitions par atelier.

Chaque équipe s'organisera pour réaliser le plus vite possible le circuit proposé en choisissant sa stratégie quant à la répartition du nombre de répétitions exigées (rôle du jeune coach).

Au Top départ, l'élève effectuant l'exercice va se placer sur la zone de l'atelier, les trois autres restent dans la zone d'attente unique (zone de départ). Pour passer le relais, l'élève rejoint ses coéquipiers en zone d'attente et tape dans les deux mains du suivant.

Dès que le nombre total de répétitions a été validé par le Jeune Juge, celui-ci lève le bras et le dernier compétiteur regagne la zone d'attente unique (zone de départ), passe le relais en tapant les deux mains d'un partenaire permettant ainsi à celui-ci de passer à l'atelier suivant. À l'atelier n°4 dès que le nombre total de répétitions a été validé par le JJ, le compétiteur retourne chercher ses partenaires en zone de départ en tapant dans leurs deux mains afin de franchir la ligne d'arrivée en équipe, le chronomètre est arrêté lorsque le dernier pratiquant et arrivé à l'arrivée.

DEPART Zone d'attente		Atelier 1		Atelier 2		Atelier 3		Atelier 4	ARRIVEE

Le classement est déterminé par le temps réalisé par l'équipe. Le Nombre de points est attribué selon le tableau ci-dessous. Le jury adulte référent sur l'atelier se réserve le droit d'intervenir en cas de nécessité liée à la sécurité notamment (prévention de malaise…)

1er	200
2ème	185
3ème	170
Ensuite	Et ainsi de suite de 15 en 15

EPREUVE 2 : **WOD DE 6 minutes EN RELAIS (maximum de tour à réaliser)**

Déroulement

Il s'agit d'un circuit où les 4 athlètes doivent réaliser un maximum de WOD (tour) dans le temps imparti de 6 minutes. Le WOD est constitué de 3 exercices à réaliser tirés au sort au moins un mois avant la rencontre. Il s'agira d'un exercice de type cardio ; 1 exercice deadlift ; 1 exercice de type Gym.

Au Top départ, le premier effectuant le WOD va se placer sur le premier exercice puis enchaine le 2ème et le 3ème. Les trois autres restent dans la zone d'attente unique (zone de départ). Pour passer le relais, l'élève rejoint ses coéquipiers en zone d'attente et tape dans les deux mains du suivant.

Chaque athlète devra réaliser au minimum 1 tour puis l'équipe s'organisera pour réaliser le plus de tour possible en choisissant sa stratégie quant à la répartition du nombre de WOD à réaliser pour chacun (rôle du jeune coach). Il sera interdit pour un athlète de réaliser 2 WOD consécutifs.

Le classement est déterminé par le nombre de WOD réalisé par l'équipe en 8 minutes. Pour le dernier tour le JJ notifiera le nombre d'exercices finalisés (1 ou 2) si le tour n'est pas terminé afin de limiter les égalités. Si le nombre de répétitions à réaliser au dernier exercice n'est pas atteint il ne sera pas validé.

Le nombre de points est attribué selon le même tableau qu'à l'épreuve 1.

EPREUVE 3 : **PARCOURS HYROX CHRONOMÉTRÉ EN RELAIS**

Déroulement

Il s'agit d'un parcours qui devra être réalisé par les 4 athlètes en épreuve continue avec départ différé.

Au Top départ, les 4 athlètes sont dans la zone de départ. Le premier effectuant le parcours enchaine son parcours : une course de 200 m – l'exercice 1 - une course de 200 m – l'exercice 2 - une course de 200 m – l'exercice 3.

Lorsque l'athlète 1 termine son exercice 1, c'est le signal de départ pour l'athlète 2 et ainsi de suite jusqu'à l'athlète 4.

Un jeune juge sera positionné sur chaque exercice de chaque parcours (1 parcours par équipe) de telle sorte que chaque athlète soit jugé par un unique juge. Le jeune juge validera donc les répétitions de l'exercice pour chaque athlète de la même équipe.

Chaque athlète sera chronométré individuellement (table de marque prévue à cet effet).

La somme des 4 chronos individuel comptabilisera la performance d'équipe.

Le classement est déterminé par le temps réalisé par l'équipe. Le nombre de points est attribué selon le même tableau qu'à l'épreuve 1.

Annexe 1 – Charges et nombre de répétitions / exercices en fonction du sexe
et de la catégorie [minime/cadet et Junior/senior] pour l'épreuve 2 **à valider en septembre 2026**

Epreuve 2

EXERCICE avec Charge	**GARCONS**		**FILLES**	
	minime/cadet	Junior/senior	minime/cadet	Junior/senior
Développé-couché (haltero deadlift)	10 x 20 kg	10 x 30 kg	7 x 15 kg	10 x 15 kg
Squat barre (haltero deadlift)	10 x 30 kg	10 x 40 kg	10 x 20 kg	10 x 25 kg
Tirage bucheron 1 bras (haltero deadlift)	10 x 18 kg	10 x 18 kg	10 x 12 kg	10 x 16 kg
KTB Snatch de chaque côté (HD)	10 x 12 kg	10 x 8 kg	10 x 8 kg	10 x 8 kg
Curl biceps	15 x 10 kg	15 x 15 kg	7 x 10 kg	10 x 10 kg
TIRAGE MENTON	10 x 16	10 x 20	10 x 10	10 x 12
EXERCICE sans Charge	Préciser format si besoin (ex : fille pompe sur les genoux)			
Traction supination (gym)	6 rép	8 rép	Aide élastique 6 rép	Aide élastique 8 rép
Traction pronation (gym)	4 rép	6 rép	Aide élastique 4 rép	Aide élastique 6 rép
Shuttle run (cardio)	6 allers-retour 10m	6 allers-retour 10m	6 allers-retour 10m	6 allers-retour 10m
Lunge Jump (gym)	10 rép / jambe	10 rép / jambe	10 rép / jambe	10 rép / jambe
Butterfly sit (gym)	10 rép	10 rép	10 rép	10 rép
Under (cardio)	50 rép	50 rép	50 rép	50 rép
Jumping Jack (cardio)	50 rép	50 rép	50 rép	50 rép

Annexe 2 – Charges et nombre de répétitions / exercices en fonction du sexe
et de la catégorie [minime/cadet et Junior/senior] pour l'épreuve 3

Epreuve 3

EXERCICE avec Charge	GARCONS		FILLES	
	minime/cadet	Junior/senior	minime/cadet	Junior/senior
Wall ball 10xF et 15xG	6 KG à 2m50	6 KG à 2m50	6 KG à 2m50	6 KG à 2m50
Farmer	2 x 12 /20m	2 x 14 /20m	2 x 8 /20m	2 x 10 /20m
Fente marché 10 m pour tous	16kg	16kg	16kg	16kg
Slam ball	10 ball de 8 kg	15 ball de 9 kg	10 ball de 5 kg	10 ball de 6 kg
EXERCICE sans Charge	Préciser format si besoin (ex : fille pompe sur les genoux)			
Burpees Pogo	Sur 10 m	Sur 10 m	Sur 10 m	Sur 10 m
Box jump	15 rép	20 rép	10 rép	15 rép
Push up araignée	Sur 15 m	Sur 15 m	Sur 15 m	Sur 15 m
Side Shufle 4 m	10 rép	10 rép	10 rép	10 rép

ANNEXE 3 : Exemple de Fiche d'équipe par épreuve

Epreuve 1

CIRCUIT TRAINING au CHRONO / 200							
	Mouvement 1 .....X...	Mouvement 2 .....X...	Mouvement 3 .....X...	Mouvement 4 .....X...	CHRONO	CLASSEMENT	POINTS 15 en 15
EQUIPE 1	**Départ** du chronomètre au stater du Jeune Juge				.....	.....	....
EQUIPE 2					.....	.....	....
EQUIPE 3					.....	.....	....
EQUIPE 4					.....	.....	....

EQUIPE 5	DEPART		Atelier 1		Atelier 2		Atelier 3		Atelier 4	ARRIVEE	.....	.....	....
EQUIPE 6											.....	.....	....
EQUIPE 7											.....	.....	....
EQUIPE 8											.....	.....	....
EQUIPE 9													

Fin du chronomètre

lorsque les 4 Athlètes sont assis à l'arrivée

Epreuve 2

WOD : RELAIS 6 MINUTES / 200 Exercice 1 (Cardio) + ……..+ Ex 2 (Haltero) ……..+ Ex 3 (Gym) ……..				
EQUIPE N°	Nombre de WOD réalisés	Nombre d'exercices réalisés au dernier WOD	CLASSEMENT	POINTS 15 en 15
……	……	……	……	……
……	……	……	……	……
……	……	……	……	……
……	……	……	……	……
……	……	……	……	……
……	……	……	……	……
……	……	……	……	……
……	……	……	……	……
……	……	……	……	……

Epreuve 3

HYrox au chrono / 200 Epreuve 1 …….. Epreuve 2 …….. Epreuve 3 ……..			
EQUIPE N°	**TEMPS RÉALISÉ SUR LA SOMME DES 4 PARCOURS**	CLASSEMENT	POINTS 15 en 15
……	……	……	……
……	……	……	……
……	……	……	……
……	……	……	……
……	……	……	……
……	……	……	……
……	……	……	……
……	……	……	……
……	……	……	……

CLASSEMENT FINAL

CLASSEMENT FINAL **RENCONTRE MUSCULATION** District / Académique

	CIRCUIT T / 200	WOD 6'/ 200	HYROX / 200	TOTAL / 600	CLASSEMENT
EQUIPE 1					
EQUIPE 2					
EQUIPE 3					
EQUIPE 4					
EQUIPE 5					
EQUIPE 6					
EQUIPE 7					
EQUIPE 8					
EQUIPE 9					

ANNEXE 4 – JO CERTIFICATION

Grille Evaluation Jeune coach Niveau Académique

Nom : **Etablissement :**

Prénom : **Ville :**

		Critères à valider par l'enseignant du JC	
1	Témoigne d'une bonne connaissance théorique de l'activité.	OUI	NON
2	Témoigne d'une bonne connaissance des différentes épreuves de l'activité.	OUI	NON
3	Avant la compétition : Au sein de son AS : Prend des responsabilités (Encadre, anime, prend des décisions, gère le matériel, coach ses camarades, etc…)	OUI	NON
4	Pendant la compétition : Assiste à la réunion technique Prend en charge l'échauffement Communique avec les officiels Est à l'écoute de ses partenaires pour les motiver, encourager, recadrer	OUI	NON

	- Gère ses propres émotions		

		Critères à valider par la CMR	
1	Témoigne d'une bonne connaissance théorique de l'activité.	Questionnaire ≥ 14/20	Questionnaire < 14/20
2	A l'accueil de la rencontre : Transmet correctement la constitution de son équipe avec licence et photo obligatoire, ou présentation d'un titre d'identité ou carnet de liaison pour chaque pratiquant.	OUI	NON
3	Pendant la réunion technique : - Adopte une attitude respectueuse et éthique.	OUI	NON
4	Pendant la compétition : - Adopte une attitude respectueuse, motivante et éthique vis à vis de ses partenaires, des adversaires, des arbitres, des adultes référents.	OUI	NON

*Les critères 3 et 4 de la CMR sont rédhibitoires et entraînent une impossibilité d'obtenir la certification de niveau national

*Seuls les JO de niveau départemental pourront prétendre à la certification Académique.

ANNEXE 5 - EXEMPLE DE FICHE DESCRIPTIF et MOTIFS DE NON-VALIDATION - « No rep »

ÉPREUVE CIRCUIT TRAINING CHRONOMÉTRÉ EN RELAIS		
Mouvement	**Descriptif**	**Motifs de non validation - « No rep »**
BURPEES POGO	**Position de départ** : Debout, pieds écartés. **Phase basse** : Placer les mains au sol devant soi, proche des pieds. S'allonger, contact poitrine au sol. **Phase haute** : Se relever puis effectuer un double saut latéral, pieds joints, au-dessus d'une ligne parallèle à l'athlète pour revenir en position de départ = 1 rep	**Phase basse** : En position allongée, absence contact poitrine au sol. **Phase haute** : - Absence de saut latéral simultané au-dessus de la ligne. - **Pendant toute la durée du mouvement** : Les mains et les pieds touchent la ligne lors du mouvement.
PUSH UP	**Position de départ :** En planche en appui sur les mains ; Épaules- hanches- genoux alignés (gainé) **Phase basse :** Descendre en pliant les bras	**En phase basse :** Absence de contact avec la coupelle. **En phase haute :** Coudes non verrouillés.

	pour venir toucher la coupelle avec la poitrine. **Phase haute :** Extension des bras avec verrouillage des coudes Filles : Idem en appui sur les genoux.	**Pendant le mouvement :** Épaules – hanches- genoux non alignés.
Single Under	Effectuer un saut libre (pieds joints ou pieds alternés) à chaque tour de corde.	- La corde ne passe pas sous les pieds.
Double under	Effectuer un double passage de corde sous les pieds à chaque saut (pieds joints)	- La corde ne passe pas deux fois sous les pieds.
KB SWING US	**Position de départ :** Debout avec KB en prise pronation. **Phase basse :** Les hanches partent en arrière tout en restant au-dessus des genoux (pas de squat demandé), courbure lombaire maintenue et dos fixé tout au long du mouvement. **Phase haute :** Extension rapide et complète (alignement genoux-hanches-épaules), emmenant le KB au-dessus de la tête, bras tendus, par un mouvement de balancé (SWING) Engager la tête en haut du mouvement, bras tendus aux oreilles. Le KB redescend entre les cuisses en maintenant la courbure lombaire et le dos fixé.	**Pendant la réalisation** : Les bras ne sont pas tendus (mouvement de swing obligatoire). **En phase haute :** Les bras ne cachent pas les oreilles (tête engagée). **Pendant toute la durée du mouvement :** Le dos n'est pas fixé
Thruster	**Position de départ :** Debout, pieds largeur du bassin. Prise de la barre en front rack Prise en full grip coude légèrement vers l'avant **Réalisation :** Descendre en squat complet (cuisses brisent l'horizontale) avec alignement épaules-bassin Propulser ensuite la barre au-dessus de la tête Alignement bras, épaules, bassin en phase haute	**En phase basse :** Les cuisses ne brisent pas l'horizontale **En phase haute :** Pas d'extension complète des bras (verrouillage des coudes) Pas d'alignement bras, épaules, genoux

ÉPREUVE WOD : RELAIS 6' MINUTES		
Mouvement	**Descriptif**	**Motifs de non validation - « No rep »**
Développé couché	**Position de départ :** allongée sur le banc, les yeux sous la barre. Jambes à 90° ou pieds sur le banc ou au sol Prendre la barre en pronation avec un écartement des mains supérieur à la largeur des épaules, elle doit rester à l'horizontale placée directement au- dessus de la poitrine, bras tendus. **Réalisation :** Flexion des bras, la barre vient toucher la poitrine, puis extension complète des bras pour revenir à la position de départ	Décolle les fesses ou la tête du banc. Mouvement partiel (pas d'extension complète des bras en phase haute et ne touche pas la poitrine en phase basse) - Descente non contrôlée (choc au niveau du thorax)
Lunge jump	**Position de départ :** Debout **Phase basse :** Réaliser une fente avant (Genoux arrière en contact avec le sol ; Buste fixé). **Phase haute :** Sauter de manière explosive vers le haut. Alterner les jambes en l'air puis retomber en position de fente de l'autre côté.	**Phase basse :** Le genou arrière ne touche pas le sol. -**Phase haute :** Absence d'extension complète des jambes lors du saut. - **Pendant toute la durée du mouvement :** Le dos n'est pas fixé.
Jumping Jack	**Position de départ :** Debout pieds collés et mains au contact des cuisses. **Réalisation :** Effectuer des ouvertures- fermetures de jambes. Les pieds décollent lors du saut et les doigts se touchent au-dessus de la tête. Coordination à respecter impérativement : **Pieds collés =** Les mains au contact des cuisses sur la partie latérale. **Pieds écartés =** Doigts qui se touchent au- dessus de la tête.	-Absence de contact des doigts entre eux au- dessus de la tête. -Absence de contact des mains latéralement avec les cuisses -Absence de contact des pieds en fermeture. -Coordination non respectée.
Butterfly Sit up	**Position de départ :** Allongé sur le dos, les jambes pliées et une partie des semelles en contact entre elles et au sol. **Phase allongée :** Les bras étirés ou pliés derrière la tête avec les doigts en contact avec le sol.	**Phase allongée :** Absence de contact des doigts avec le sol derrière la tête. **Phase redressée :** Le buste n'est pas relevé. - Absence de contact des doigts avec le sol devant les pieds.

	Phase redressé : Lancer les bras au-dessus de la tête pour se relever et venir toucher devant les pieds.	**Pendant toute la durée du mouvement :** Absence de contact des fesses au sol et une partie des semelles entre elles et au sol.

ÉPREUVE HYROX AU CHRONO		
Mouvement	**Descriptif**	**Motifs de non validation - « No rep »**
Farmer	**Position de départ :** Debout, derrière la ligne ou le plot avec un KB dans chaque main. **Réalisation :** Se déplacer en tenant les 2 KB pour se déplacer sur une distance de 10m jusqu'à franchir la ligne. Le relais doit se faire KB au sol et derrière une ligne. Les KB ne doivent pas être jetés ni lâchés. 1 aller = 1 rep	**Départ :** L'athlète ou les KB ne sont pas derrière la ligne. **Arrivée :** Les pieds de l'athlète ne franchissent pas la ligne. Le relais ne se fait pas KB au sol. - Les KB sont jetés ou lâchés.
WALL BALL	**Position de départ :** Debout à une distance d'environ une longueur de bras du mur. **Phase basse :** Réaliser un squat (en brisant la parallèle) avec le Med Ball tenue à 2 mains. **Phase haute :** Extension du squat complet puis lancer le Med Ball au-dessus de la ligne tracée afin qu'il touche le mur. Une impulsion des pieds est autorisée lors du lancer.	**En phase basse :** La cuisse ne brise pas la parallèle (pli de la hanche sous le sommet du genou). **En phase haute :** Absence de contact du Med ball sur le mur au-dessus de la ligne tracée.
Side Shufle	**Position de départ :** Debout main sur la cible (plot/coupelle/scotch selon l'organisation) **Réalisation :** Se déplacer latéralement en pas chassés, d'une cible à l'autre. Venir toucher une cible avec la main de profil.	la main ne touche pas la cible. - Les pieds se croisent.

Mouvements sélectionnés :



Jeunes reporters

1/ Calendrier

2026 - 2027 **Guide Sportif**

Peuvent participer à toutes les rencontres où une équipe de leur bahut est sélectionnée ou participe.

Les temps forts :

- 16 septembre : JNSS
- 4 novembre : CROSS
- Journées promotionnelles par district : 2 décembre, 10 février, 21 avril et le 23 juin
- 17 mars : La mahoraise
- 26 mai : Raid académique
- 9 juin festival de danse

Formation des JO : 28 octobre

2/ JR Games Mayotte : 2 juin

L'objectif est de faire découvrir aux élèves les différentes missions du Jeune Reporter tout en leur permettant de pratiquer une activité physique. Les participants alterneront entre des ateliers sportifs et des missions journalistiques afin de vivre pleinement les deux dimensions de l'UNSS.

Les participants seront répartis en équipes de 5 à 6 élèves afin de favoriser la coopération et les échanges entre établissements.

Déroulement prévisionnel

8h00 – 8h45 | Accueil des établissements

- Émargement.
- Répartition des équipes.
- Distribution des Passeports JR Games.
- Installation des participants.

8h45 – 9h15 | Ouverture de l'événement

- Présentation de la journée.
- Présentation des missions des Jeunes Reporters.
- Explication du fonctionnement des ateliers et des rotations.
- Présentation des productions attendues.

9h15 – 12h15 | Rotations Sport & JR

Les équipes participent à plusieurs ateliers en alternant les rôles afin que chaque élève soit à la fois sportif et Jeune Reporter.

Exemples d'activités sportives : Beach-volley ; Ultimate ; Bach rugby ; Laser run ; Athlétisme (relais) ; Beach Handball ; Course d'orientation ; Défis de coopération ; Parcours d'obstacles…

Exemples de missions Jeunes Reporters

- Réaliser des photos d'action.
- Mener une interview d'un participant ou d'un enseignant.
- Filmer une courte séquence vidéo.
- Identifier et mettre en valeur une valeur de l'UNSS observée durant les épreuves (respect, entraide, fair-play…).
- Rédiger une légende photo ou un court article.
- Réaliser une publication de valorisation de l'événement.

12h15 – 12h45 | Pause déjeuner

12h45 – 13h45 | Temps rédaction

Les équipes exploitent les contenus réalisés durant la matinée afin de produire un mini-reportage comprenant :

- une sélection de photos légendées ;
- une courte vidéo (30 à 60 secondes) ;
- une interview ;
- un mini-article ou une publication de valorisation.

13h45 – 14h45 | Restitution des productions

Présentation des réalisations de chaque équipe devant l'ensemble des participants.

Projection des photos et des vidéos, lecture de certains articles et valorisation des productions.

14h45 – 15h00 | Cérémonie de clôture

Remise des récompenses ? Pas obligatoire.

Exemples de distinctions : Meilleure phot ; Meilleure interview ; Meilleure vidéo ; Meilleur reportage ; Prix des valeurs de l'UNSS ; Grand Prix JR Games Mayotte

Photo de groupe et départ des établissements.

Le Passeport JR Games

Chaque équipe reçoit en début de journée un Passeport JR Games, véritable fil rouge de l'événement.

Ce support accompagne les élèves tout au long de la journée et recense les différentes missions à réaliser lors des ateliers sportifs et journalistiques.

Exemples de missions :

- Capturer une émotion en photo.
- Réaliser une interview.
- Filmer une action sportive.
- Identifier une valeur de l'UNSS (respect, fair-play, entraide…).
- Rédiger une légende ou un court article.

Le Passeport JR Games guide les équipes tout au long de la journée, structure leur travail et favorise la découverte des différentes facettes du Jeune Reporter.

Productions attendues

À l'issue de la journée, chaque équipe présentera :

- 5 photos légendées ;
- 1 interview ;

- 1 vidéo de 30 à 60 secondes ;
- 1 mini-article ou une publication valorisant l'événement.

Jeunes secouristes

Les élèves sont formés durant l'AS et certifiés via GIPSCI au sein de leur établissement avant de venir sur les manifestations :

- Formation GQS minimum pour les rencontres districts ou départementales.
- Formation PSC obligatoire pour les évènements académiques (cross, La Mahoraise, trail, SOP et autres championnats de niveau académique)

Les équivalences UNSS (jeune secouriste départemental pour le GQS ou jeune secouriste académique pour le PSC) seront délivrées à l'issue de la présence et de l'évaluation de l'élève sur 2 évènements. Un diplôme sera remis aux élèves ainsi qu'un tee-shirt jeune secouriste UNSS.

- Déroulement des rencontres :
  - avant : dans chaque établissement le collègue responsable de l'AS jeune secouriste prépare les élèves de manière ciblée sur les conduites à tenir qui répondent particulièrement à l'activité encadrée
  - le jour J :
    - le ou les enseignants font un briefing des secouristes avec un rappel rapide des conduites à tenir
    - délivrance d'une fiche individuelle comportant 10 questions secourisme en lien avec le briefing et un avis global sur l'implication du jeune secouriste durant l'évènement
    - passage du questionnaire. Les réponses peuvent servir à former des brigades en fonction des niveaux constatés. Répartition des élèves sur les postes
    - durant la manifestation, l'enseignant vérifie l'investissement de ses élèves, répond à leurs questions, les accompagne si besoin dans leurs interventions.
    - En fin de rencontre, le ou les enseignants regroupent les jeunes secouristes, font un bilan des interventions réalisés, entourent sur chaque fiche d'élèves le niveau d'implication du jeune secouriste.
    - Report sur une fiche synthèse du score questionnaire et avis global de chaque élève. Les fiches individuelles sont conservés par l'enseignant (permet de refaire un point sur ce qui est acquis et ce qui doit être retravaillé).
  - après : transmission au référent de la fiche synthèse et d'un rapide bilan (nombre d'interventions, nombre de secouristes adaptés à l'évènement , positionnement des postes...)
- Action spécifique de formation : 100 GQS
- Objectif : former 100 jeunes secouristes en GQS sur une ½ journée (7 formateurs sur un créneau de 3H) . Impliquer ces élèves sur les évènements UNSS à venir.

Jeunes éco-responsables

Planning :

- ECO-CO à Tsararano - 30 septembre
- Savoir Pagayer 23 septembre
- Formation JO 28 octobre : intervention d'une association (Parc marin, céta maoré, autre) animée pour les élèves
- J1 Eco-R 25/11 : Sortie Kayak à Acoua avec les mêmes intervenants que l'année

précédente

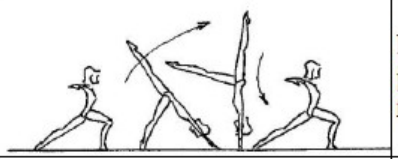
- J2 Eco-R 24-31/04 : Sortie Kayak à Sakouli, sur la journée
- J3 Eco-R 26/05 : Sortie Ilots Choizil

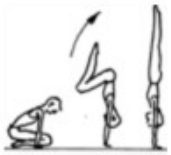
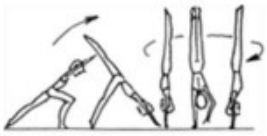
ANNEXES

N°1 GYMNASTIQUE

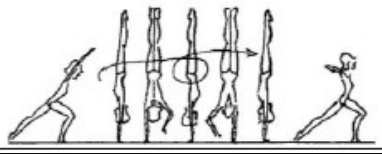
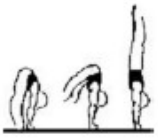
EXIGENCE : ELEMENT PASSANT PAR L'APPUI TENDU RENVERSE

(ATR)

A	DESSINS	TEXTE	FAUTES TYPIQUES
1 ATR		De la fente avant, venir **à l'ATR une jambe** à la verticale, puis revenir en fente AV. Si 2 jbs : **B** Si 2 jbs tenu 2s : **C**	⇨ Manque d'alignement (0,10 ; 0,30 ; 0,50)

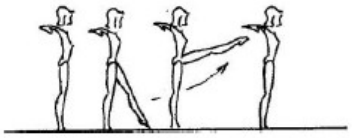
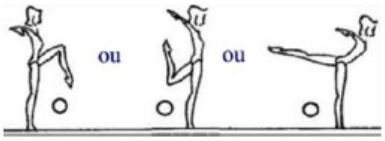
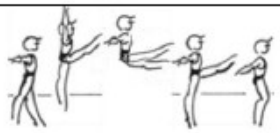
B	DESSINS	TEXTE	FAUTES TYPIQUES
1 ATR		De la station à genoux, assis sur les talons, pieds en extension, mains au sol, **placement du dos, corps groupé genoux serrés jusqu'à l'ATR.**	⇨ Manque d'alignement (0,10 ; 0,30 ; 0,50)
2 ATR	 ATR + Valse (1/2 tour)	**ATR passager et valse.** (valse : ½ tour en ATR = 180°)	⇨ Manque d'alignement (0,10 ; 0,30 ; 0,50) ⇨ **Si moins de 180° = élément A2**

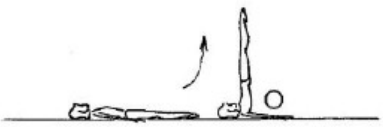
C	DESSINS	TEXTE	FAUTES TYPIQUES
1 ATR		De la station à genoux, assis sur les talons, pieds en extension, mains au sol, **placement du dos, monter les jambes tendues serrés à l'ATR.**	⇨ Manque d'alignement (0,10 ; 0,30 ; 0,50)
2 ATR		De l'ATR, tour complet en appui sur 1 bras pour se retrouver en appui dorsal sur 1 jambe. **(Healy)**	⇨ Manque d'alignement (0,10 ; 0,30 ; 0,50)
1 ATR		Départ libre et ATR roulade ou **½ tour à l'ATR** (180°) jambes serrées tendues. ○	⇨ Manque d'alignement (0,10 ; 0,30 ; 0,50) ⇨ **Si ½ tour non terminé à l'ATR = élément B1**

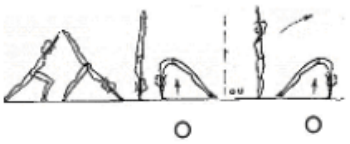
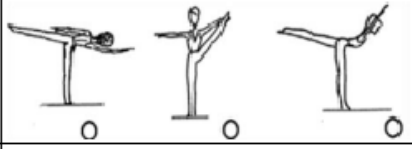
D	DESSINS	TEXTE	FAUTES TYPIQUES
1 ATR		De la fente AV, venir à l'**ATR** puis **1 tour à l'ATR** jambes serrées et tendues.	⇨ Manque d'alignement (0,10 ; 0,30 ; 0,50) ⇨ **Si tour non terminé = élément C1**
1 ATR		**ATR en force** passager.	⇨ Manque d'alignement (0,10 ; 0,30 ; 0,50) ⇨ Rupture de rythme (0.10 ; 0.30)

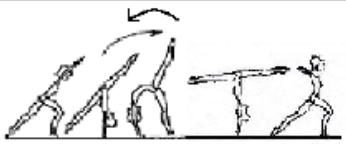
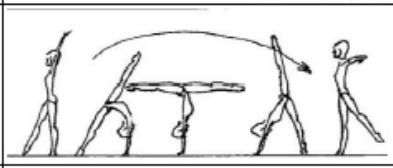
EXIGENCE : ELEMENT DE SOUPLESSE, DE MAINTIEN OU D'APPUI

(SM – AP)

A	DESSINS	TEXTE	FAUTES TYPIQUES
2 SM		De la station couchée dorsale, extension dorsale pour arriver en position assise, dos droit, jambes ½ fléchies. **Onde dorsale**	⇨ Manque d'extension (0,10 ; 0,30 ; 0,50)
3 SM		**Grand battement** jambe à l'horizontale, jambe d'appui tendue.	⇨**Si jambe sous l'horizontale = élément non comptabilisé**
4 SM		**Elément de maintien** sur 1 pied, jambe d'appui tendue, tenu 2 sec, bras libres **Attitude AV ou AR ou arabesque**	⇨ **Si non tenu = élément non comptabilisé**
3 SM		**Planche faciale jambes écartées.** (Tenue 2 sec)	⇨ Dos rond (0,10 ; 0,30 ; 0,50) ⇨ **Si non tenu = élément non comptabilisé**
4 AP		**De l'appui facial tendu, ½ tour à l'appui dorsal tendu en passant par l'appui costal passager sur un bras.**	⇨ Corps relâché (0,10 ; 0,30 ; 0,50)
10	 Ciseaux de jambes	**Saut, impulsion 1 jambe, ciseaux de jambes, revenir sur la jambe libre.**	⇨ Hauteur insuffisante (0,10 ; 0,30 ; 0,50)

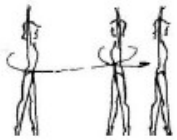
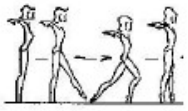
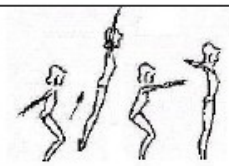
B	DESSINS	TEXTE	FAUTES TYPIQUES
2 SM		De la station couchée dorsale, s'établir en **pont** (tenu 2 sec.), jambes serrées et tendues.	⇨ Jambes fléchies (0,10 ; 0,30 ; 0,50) ⇨ **Si non tenu = élément non comptabilisé**
3 SM		**Chandelle** tenue 2 sec, bras tendus en appui au sol.	⇨ Manque d'alignement (0,10 ; 0,30 ; 0,50) ⇨**Si non tenu = élément non comptabilisé**

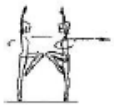
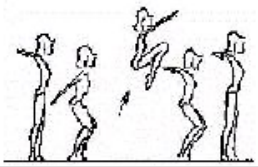
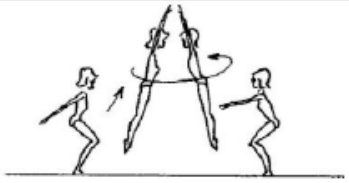
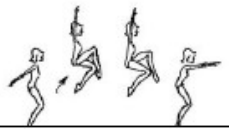
C	DESSINS	TEXTE	FAUTES TYPIQUES
4 AP	 ½ tour + ½ tour	**De l'appui facial tendu, 1 tour complet à l'appui facial tendu en passant par l'appui dorsal tendu passager.**	⇨ Manque d'alignement (0,10 ; 0,30 ; 0,50)
2 SM		ATR puis descente en **pont avant** (tenu 2 sec) ou de la station debout, descente en **pont arrière** (tenu 2 sec).	⇨ Jambes fléchies (0,10 ; 0,30 ; 0,50) ⇨ **Si non tenu = élément non comptabilisé**
3 SM		Sur 1 pied **planche costale** ou **faciale**, tenue 2 sec. jambe libre au minimum à l'horizontale ou **Y** tenu 2 secondes.	⇨ Hauteur insuffisante de la jambe libre (0,10 ; 0,30 ; 0,50) ⇨ **Si non tenu = élément non comptabilisé**
4 AP	 ½ cercle	De l'appui tendu facial, ½ cercle à l'appui tendu dorsal.	⇨ Toucher le sol avec les pieds (0,30) ⇨ Manque d'alignement (0,10 ; 0,30 ; 0,50) ⇨ **Si non terminé = élément non comptabilisé**

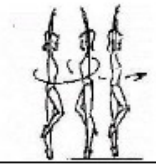
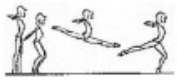
D	DESSINS	TEXTE	FAUTES TYPIQUES
2 SM		Départ debout renversement avant, pose d'un pied au sol et revenir à la position initiale. **Tic-Tac.**	⇨ Arrêt (0,30)
3 SM		**Souplesse AR** d'une jambe.	⇨ Jambes fléchies (0,10 ; 0,30 ; 0,50)
4 SM		**Souplesse AV** d'une jambe.	
3 SM		**Grand écart antéro-postérieur** (tenu 2 sec) ou **Ecrasement facial jambes écartées** (tenu 2 sec).	⇨ Ecart de jambes insuffisant (0,10 ; 0,30 ; 0,50) ⇨ **Si non tenu = élément non comptabilisé**
4 AP	 1 cercle	**De l'appui tendu facial, 1 cercle à l'appui tendu facial.**	⇨ Toucher le sol avec les pieds (0,30) ⇨ Manque d'alignement (0,10 ; 0,30 ; 0,50) ⇨ **Si non terminé = élément C4**

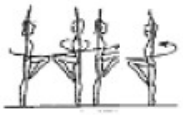
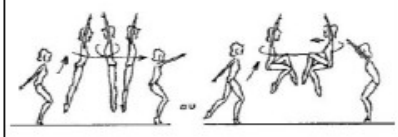
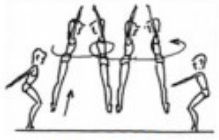
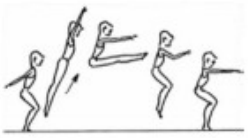
EXIGENCE : LIAISON GYMNIQUE DE 2 ELEMENT DONT 1 SAUT

(LG)

A	DESSINS	TEXTE	FAUTES TYPIQUES
5 LG		**Tour naturel** sur ½ pointes, bras libres.	
6 LG		**1 pas chassé** AV sur ½ pointes, bras libres.	
7 LG		**Saut vertical**, appel 2 pieds, jambes tendues serrées, réception 2 pieds.	⇨ Hauteur insuffisante (0,10 ; 0,30 ; 0,50) ⇨ Corps relâché (0,10 ; 0,30 ; 0,50)

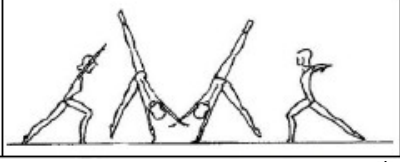
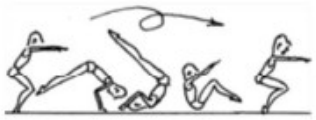
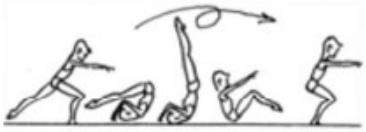
B	DESSINS	TEXTE	FAUTES TYPIQUES
5 LG		**½ tour sur 1 pied** sur ½ pointes, position de la jambe libre indifférente.	
6 LG		Impulsion 2 pieds, **saut groupé**.	⇨ Genoux sous l'horizontale (0,10 ; 0,30 ; 0,50) ⇨ Hauteur insuffisante (0,10 ; 0,30 ; 0,50)
7 LG		**Saut vertical avec ½ tour**, appel 2 pieds, jambes tendues serrées, réception 2 pieds.	⇨ Hauteur insuffisante (0,10 ; 0,30 ; 0,50) ⇨ Corps relâché (0,10 ; 0,30 ; 0,50)
7 LG		**Saut de chat.** Genoux serrés	⇨ Genoux sous l'horizontale (0,10 ; 0,30 ; 0,50)

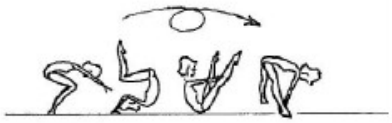
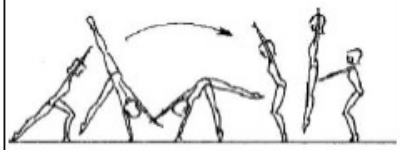
C	DESSINS	TEXTE	FAUTES TYPIQUES
10		Appel 2 pieds saut carpé, jambes écartées et tendues à l'horizontale et réception 2 pieds.	⇨ Hauteur insuffisante (0,10 ; 0,30 ; 0,50) ⇨ Position carpée insuffisante (0,10 ; 0,30 ; 0,50)
5 LG		**Tour sur 1 pied** sur ½ pointes, position de la jambe libre indifférente.	⇨ **Si tour non terminé = élément B5**
6 LG	 ou 	Impulsion 2 pieds, **saut cosaque.** ou Impulsion 2 pieds, **saut sissone.**	⇨ Saut cosaque : genoux sous l'horizontale (0,10 ; 0,30 ; 0,50) ⇨ Saut sissone : écart de jambes insuffisant (0,10 ; 0,30 ; 0,50)
7 LG		**Saut de chat.** Genoux écartés	⇨ Genoux sous l'horizontale (0,10 ; 0,30 ; 0,50)
7 LG		**Saut de chat ½ tour.** Genoux serrés	⇨ **Si saut de chat ½ tour non terminé = élément** ⇨ Genoux sous l'horizontale au saut de chat (0,10 ; 0,30 ; 0,50)

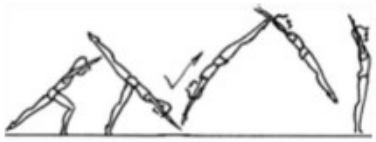
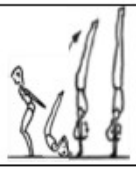
D	DESSINS	TEXTE	FAUTES TYPIQUES
5 LG		**1 Tour et ½ sur 1 pied** sur ½ pointes, position de la jambe libre indifférente.	⇨ **Si tour et 1/2 non terminé = élément C5 ou B5**
6 LG	 ou 	**Grand jeté AV** au grand écart. ou **Saut changement de jambe.**	⇨ Ecart de jambes insuffisant (0,10 ; 0,30 ; 0,50) ⇨ **Ecart de jambes inférieur à 135° = élément non comptabilisé**
7 LG		Appel 2 pieds, **saut vertical tour complet** réception 2 pieds ou **Saut de chat ½ tour.** Genoux écartés	⇨ **Si tour complet non terminé = Elément B7** ⇨ **Si saut de chat ½ tour non terminé = élément C7** ⇨ Genoux sous l'horizontale au saut de chat (0,10 ; 0,30 ; 0,50)
9	 1 tour 1/2	**Appel 2 pieds saut vertical avec 1 tour ½** et réception 2 pieds. (1 tour de 540°)	⇨ Hauteur insuffisante (0,10 ; 0,30 ; 0,50) ⇨ **Si 1 tour ½ non terminé= élément C9**
10		Appel 2 pieds, **saut carpé, jambes serrées et tendues à l'horizontale** et réception 2 pieds.	⇨ Hauteur insuffisante (0,10 ; 0,30 ; 0,50) ⇨ Position carpée insuffisante (0,10 ; 0,30 ; 0,50)

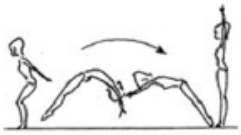
EXIGENCE : 2 ELEMENTS ACROBATIQUE DANS DES SENS DIFFERENTS

(AC av, ar, lat)

A	DESSINS	TEXTE	FAUTES TYPIQUES
9 AC		Départ libre, **roulade AV** arrivée sur 1 ou arrivée sur 2 pieds.	⇨ Aide des mains à l'arrivée = Appui supplémentaire (0,50)
10 AC		Départ fente, bras dans le prolongement du corps, **roue** arrivée libre.	⇨ Manque d'alignement (0,10 ; 0,30 ; 0,50)
5 AC AV		**Roulade AV arrivée 2 pieds, arrivée pieds serrés.**	⇨ Aide des mains à l'arrivée = Appui supplémentaire (0,50)
6 AC AV	 Passage par la chandelle	**De la fente AV rouler en AV avec passage par la chandelle, arrivée 2 pieds serrés.**	⇨Manque d'ouverture (0,50) ⇨ Aide des mains à l'arrivée = Appui supplémentaire (0,50)

B	DESSINS	TEXTE	FAUTES TYPIQUES
8 AC		**Roulade AR groupée**, arrivée jambes fléchies.	⇨ Faute d'axe (0,10 ; 0,30 ; 0,50)
9 AC		Départ libre, **roulade AV** arrivée jambes écartées avec ou sans l'aide des mains entre les jambes.	⇨ Jambes fléchies (0,10 ; 0,30 ; 0,50)
10 AC		**Roue pied-pied.** Le 2ème pied vient se placer à côté du 1er pied puis saut vertical.	⇨ Manque d'alignement (0,10 ; 0,30 ; 0,50)
7 AC AR		**Roulade Arrière, arrivée jambes tendues écartées** ou **serrées.**	⇨ **Si jambes fléchies = élément A7** ⇨Appui supplémentaire des mains (0,50)

C	DESSINS	TEXTE	FAUTES TYPIQUES
5 AC AV		Roulade Avant jambes tendues et serrées.	⇨ Appui supplémentaire (0,50) ⇨ **Si Jambes fléchies = élément A5**
6 AC AV		Saut de mains, réception 2 pieds. **Valeur : 1,20**	⇨ Manque d'alignement (0,10 ; 0,30 ; 0,50)
7 AC AR		Roulade Arrière bras fléchis passage à l'ATR jambes serrées et tendues.	⇨ **Si non passage à l'ATR= élément B7**
8 AC LAT		**Rondade.**	⇨ Corps cassé à l'arrivée (0,10 ; 0,30 ; 0,50)

D	DESSINS	TEXTE	FAUTES TYPIQUES
8 AC		**Flic Flac AR** arrivée sur 1 ou 2 pieds. **Valeur : 1,20**	⇨ Corps relâché (0,10 ; 0,30 ; 0,50) ⇨ Corps cassé (0,10 ; 0,30 ; 0,50)
9 AC		**Salto AV groupé, carpé ou tendu** réception 2 pieds ou pieds décalés. **Valeur : 1,20**	⇨ Hauteur insuffisante (0,10 ; 0,30 ; 0,50)
10 AC	 	**Salto AR groupé ou tendu** ou **Salto AR tempo.** **Valeur : 1,20**	⇨ Hauteur insuffisante (0,10 ; 0,30 ; 0,50)
7 AC AR		**Roulade Arrière bras tendus passage à l'ATR jambes serrées et tendues.**	⇨ **Si corps non à la verticale ou si bras fléchis = élément C7**
5 AC AV		**Saut de l'Ange corps tendu et Roulade Avant.**	⇨ Hauteur insuffisante (0,10 ; 0,30 ; 0,50) ⇨ Manque d'alignement (0,10 ; 0,30 ; 0,50)

N°2 SAVOIR NAGER

Mon livret de natation

Ce carnet apartient à

2024

IL Y A DES GROSSES VAGUES



PERSONNE NE ME SURVEILLE



Je ne vais pas dans L'eau si ..

IL Y A DE LA POLLUTION

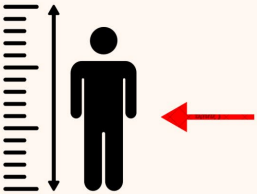


IL Y A DE L'ORAGE



IL Y A DES OBJETS COUPANTS (MARÉE BASSE ..)





Le poulpe

1. JE SAIS FAIRE L'ÉTOILE 5 SEC EN FAIBLE PROFONDEUR



2. JE SAIS FAIRE LE POULPE 5 SEC, JE SUIS RELACHÉ

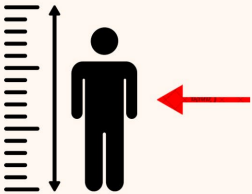


3. JE FAIS LA PIERRE, UN ÉLÈVE ME POUSSE AU FOND DE L'EAU, JE REMONTE À LA SURFACE



4. JE FAIS LA PIERRE, UN ELEVE ME POUSSE AU FOND DE L'EAU, JE REMONTE A LA SURFACE ET JE FAIS UNE ETOILE 5SEC SUR LE VENTRE





COURSE DE REQUINS (20M)

1. JE RAMPE DANS L'EAU EN M'AIDANT DES BRAS UNIQUEMENT



2. JE FAIS TOUTE LA COURSE EN SAUT DE DAUPHIN

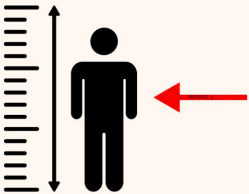


3. JE NAGE 20M EN POSANT 1 FOIS LES PIEDS A TERRE. JE ME TOURNE SUR LE DOS POUR RESPIRER



4. JE NAGE 20M SANS POSER LES PIEDS A TERRE. JE PARCOURS 20M





LA MÉDUSE

1. JE FAIS L'ÉTOILE DORSALE 5 SEC AVEC DU MATERIEL (FRITES, PLANCHE ...)



2. JE FAIS L'ÉTOILE DORSALE 5 SEC SEUL

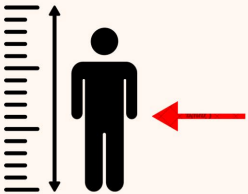


3. JE FAIS UNE ÉTOILE DORSALE, JE PARCOURS 10M SANS POSER LES PIEDS PAR TERRE



4. JE FAIS L'ETOILE DORSALE 5SEC, PUIS L'ETOILE SUR LE VENTRE 5SEC, PUIS A NOUVEAU SUR LE DOS 5SEC. PAS DE PRISE D'APPUIS





LA FUSEE EN BINÔME

1. JE GLISSE SEUL JUSQU'AU SABLE



2. JE FAIS LA FUSÉE A DEUX SUR 5M

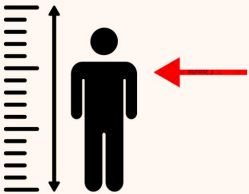


3. JE FAIS LA TORPILLE : DEPART EN FUSÉE A DEUX, JE ME TOURNE SUR LE DOS PENDANT LA GLISSE



4. JE FAIS LA FUSÉE ET JE PARCOURS 10M SANS POSER LES PIEDS PAR TERRE ET SANS INSPIRER





ENTREE DANS L'EAU

1. JE RENTRE DANS L'EAU EN ROULANT SUR LE COTÉ. JE DEMARRE ALLONGÉ



2. JE SAUTE LES PIEDS EN AVANT. JE DÉMARRE A CROUPIS/DEBOUT

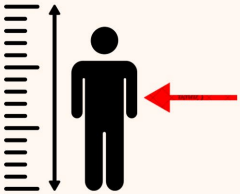


3. JE RENTRE DANS L'EAU LA TÊTE LA PREMIERE. JE DEMARRE A GENOUX



4. JE RENTRE DANS L'EAU EN BASCULE ARRIÈRE. JE DEMARRE ASSIS SUR LES FESSES. JE FINIS EN ETOILE SUR LE DOS 5SEC





IMMERSION

1. J'ATTRAPE DU SABLE



2. JE PASSE SOUS UNE LIGNE D'EAU SANS LA TOUCHER



3. JE PASSE SOUS UN PADDLE SANS TOUCHER LES PIEDS PAR TERRE



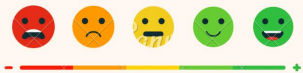
4. JE FAIS UN PLONGEON CANARD POUR ALLER CHERCHER DU SABLE



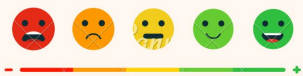
RESSENTIS

Nombre d'étoiles validées :

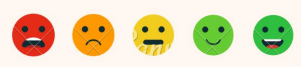
SÉANCE 2



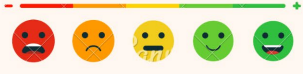
SÉANCE 2



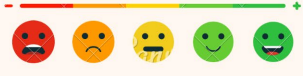
SÉANCE 3



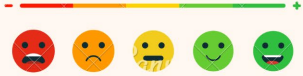
SÉANCE 4



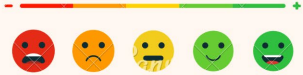
SÉANCE 5



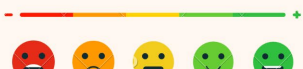
SÉANCE 6



SÉANCE 7

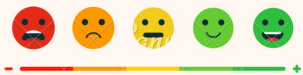


SÉANCE 7

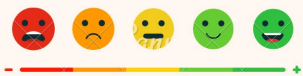


RESSENTIS

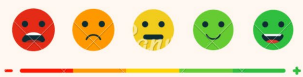
SEPTEMBRE



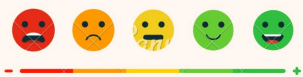
OCTOBRE



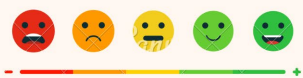
NOVEMBRE



DECEMBRE

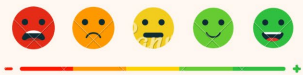


JANVIER

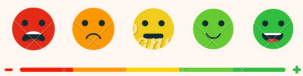


RESSENTIS

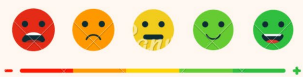
FEVRIER



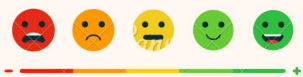
MARS



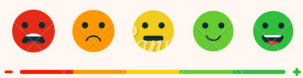
AVRIL



MAI



JUIN



Nombre d'étoiles validées

SEPTEMBRE	○	FEVRIER	○
OCTOBRE	○	MARS	○
NOVEMBRE	○	AVRIL	○
DECEMBRE	○	MAI	○
JANVIER	○	JUIN	○

N° 3 : Pass Nautique

Pass Nautique en lagon

Adaptation à Mayotte de l'arrêté du 28.02;22

Parcours à réaliser avec ou sans gilet sans reprise d'appuis

Sécurité: suivre l'élève à l'aide d'une embarcation, objet flottant ou palmes

1

Départ sur objet flottant: entrée dans l'eau sautée



2

Réaliser une flottaison sur le dos pendant 5s

3

Réaliser une sustentation verticale pendant 5s

4

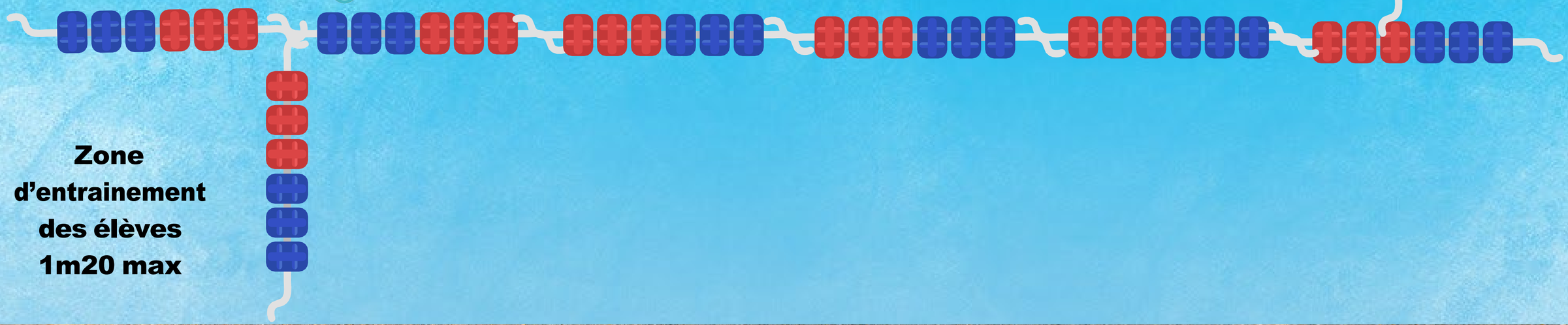
Se déplacer sur le ventre sur une distance de 20m



5

Franchir une ligne d'eau, une embarcation ou un objet flottant





Zone d'entrainement des élèves 1m20 max

