

ATHLÉTISME

REGLEMENT POUR LES JEUNES OFFICIELS

(Ce document a été réalisé à partir du texte édité par l'UNSS Essonne. Il est une version adaptée à l'organisation des EPMT pour l'année 2015 sur Mayotte)

Ce document a pour ambition de donner les bases réglementaires de l'athlétisme pour les activités pratiquées à Mayotte en ce moment. Il se veut être une aide à la formation de nos Jeunes Officiels qui auront pour mission d'encadrer les compétitions UNSS relais, quadrathlon, EPMT. La grande diversité des épreuves en athlétisme nécessite que nous validions les compétences de nos Jeunes Officiels par groupe d'épreuve et par domaine d'intervention.

- J.O. Courses, dans les différents rôles :
 - Officiel de départ :
 - Aide starter
 - Starter
 - Starter de rappel
 - Officiel d'arrivée :
 - Juge d'arrivée
 - Chronomètreur
 - Commissaires de courses :
 - Pour toutes les courses. (Sprint, haies, demi-fond et relais)
- J.O. Concours :
 - Lancers, dans les différents rôles :
 - Juge de chute
 - Juge de mesure
 - Secrétaire
 - Sauts, dans les différents rôles :
 - Juge de chute
 - Juge de mesure
 - Secrétaire

La validation progressive dans les différents rôles permettra d'accéder au statut de **J.O. Juge Arbitre** Courses – Sauts – Lancers.

Pour nos premières journées de formation et de validations chaque A.S doit, si possible, préparer et présenter des J.O. répartis dans les cinq domaines d'intervention présentés ci-dessus. Il est préférable de préparer nos élèves pour un domaine (ex : J.O. lancer, officiel d'arrivée...). Nous le validerons et ensuite ils compléteront leur formation.

LES COURSES : COURTES, LONGUES, HAIES ET RELAIS

A- ORGANIGRAMME

JUGE ARBITRE GENERAL

	Courses de sprint 50m-80m-100m	Course demi-fond 1000m	Haies 60m – 200m	Relais
Juge arbitre courses	1	1	1	1
Aides starters	2	2	2	8
Starter	1	1	1	1
Starter de rappel	1	1	1	1
Commissaires de courses	1	1	1	4
Juges d'arrivées	6	6	6	6
Chronométreurs	6	6	6	6

1. Juge arbitre des courses

Il est situé de telle sorte à pouvoir observer toutes les courses, il en surveille le bon déroulement. Il est le seul habilité à disqualifier un concurrent suite à une faute signalée par un commissaire de course.

2. Officiels de départ

Aide starter :

- Il récupère les coureurs à la chambre d'appel, les conduit au départ de la course.
- Il attribue les couloirs devant les plots numérotés.
- Il vérifie la bonne position des coureurs dans les starting-blocks et la position des mains par rapport à la ligne
- Il avise le starter que tout est en ordre, en levant le bras

Starter :

- Il se place de manière à être vu des chronométreurs, de façon à ce que la flamme ou la fumée du pistolet soit visible.
- Il doit être à distance à peu près égale de chaque coureur.
- Il s'assure que les officiels d'arrivée sont prêts, par un coup de sifflet auquel le Chef chrono doit répondre.
- Il donne les commandements de départ :
 - A vos Marques. (Placement des coureurs)
 - Prêts (personne ne bouge)
 - Coup de feu
- Il donne l'avertissement pour faux départ ou la disqualification pour un deuxième faux départ.

Starter de rappel :

- Il est l'adjoint du starter et veille à ce que le départ soit régulier.
- En cas de faux départ, il rappelle les coureurs par un coup de feu ou deux coups de sifflet si on ne dispose pas d'un second pistolet.

3. Commissaires de courses

Ils sont les adjoints du Juge Arbitre des courses et lui communiquent toutes infractions qui peuvent disqualifier un concurrent ou une équipe.

- **Ils sont placés par le juge arbitre :**
 - - en Courses d'obstacle : à chaque ligne de haies,
 - - en "Plat" : sur tout le pourtour de la piste (surtout les virages)
 - - en Relais : aux zones de transmission (entrées et sorties)

En cas d'infraction, ils lèvent un drapeau jaune

- Relais : passage hors zone, sortie du couloir après transmission,.....
- "Plat" : sortie du couloir, bousculade en peloton,.....
- Obstacle : haie non franchie, haie renversée volontairement,...

4. Officiels d'arrivée :

Juges d'arrivée :

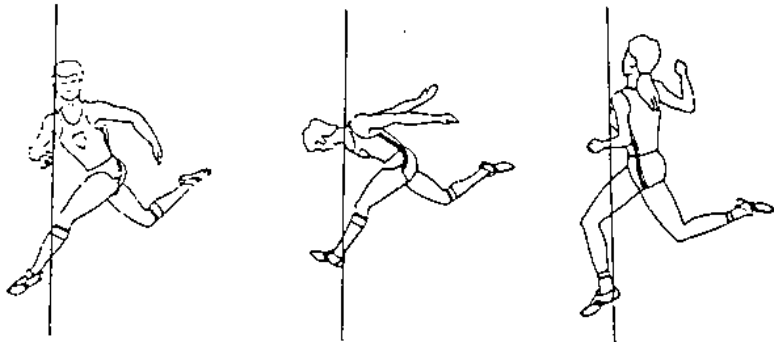
Trois juges sont placés d'un côté de la ligne d'arrivée, trois de l'autre. (On ne peut pas les mettre sur un escalier)

Ils sont sous la responsabilité d'un chef des juges (prof).

- Chacun détermine l'arrivée d'un ou 2 coureurs :
 - Chef : 1^{er}
 - Juge A : 1^{er} et 2^{ème}
 - Juge B : 2^{ème} et 3^{ème}
 - Juge C : 3^{ème} et 4^{ème}
 - Juge D : 4^{ème} et 5^{ème}
 - Juge E : 5^{ème} et 6^{ème}
- Le juge d'arrivée prend comme repère le passage du buste à la verticale de la ligne d'arrivée et il note :
 - Le n° de couloir
 - La couleur du maillot et le nom du collègue

Le chef des juges collecte les fiches et détermine le classement.

Buste à la verticale de la ligne d'arrivée



Chronométrateurs :

Ils sont placés dans le prolongement de la ligne d'arrivée, à au moins 5 mètres de la piste, sur une échelle pour leur permettre de bien voir la ligne.

Ils sont sous la responsabilité d'un chef des chronométrateurs.

- Chacun devra chronométrer 1 ou 2 coureurs. (On ne chronomètre pas par couloir mais par ordre d'arrivée.)
 - Chef : 1^{er}
 - Juge A : 1^{er} et 4^{ème}
 - Juge B : 1^{er} et 4^{ème}
 - Juge C : 2^{ème} et 5^{ème}
 - Juge D : 2^{ème} et 5^{ème}
 - Juge E : 3^{ème} et 6^{ème}
 - Juge F : 3^{ème} et 6^{ème}

Jamais deux coureurs à la suite.

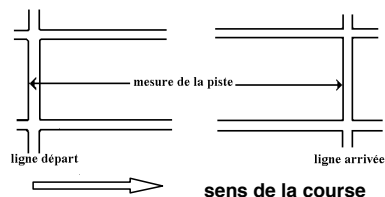
- Avant chaque départ de course, le Chef chono indique au starter, par un coup de sifflet, que tout est prêt.
- Le chronométrage débute dès que l'on voit la flamme ou la fumée du pistolet (et non, quand on entend la détonation)
- Il s'arrête lorsque le buste de l'athlète passe à la verticale de la ligne d'arrivée.
- La lecture des temps se fait au 1/10 de seconde
- Les chronométrateurs transmettent leurs temps au Chef chrono.

On ne ramène les chronomètres à 0, que sur ordre du chef Chrono

C - REGLES COMMUNES AUX COURSES

1) Distance à parcourir

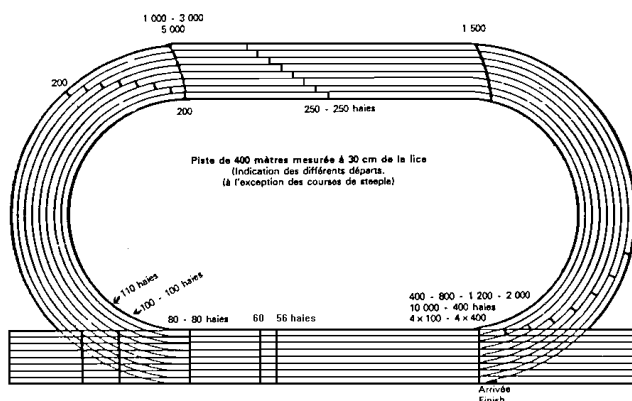
- La ligne de départ fait partie de la distance à parcourir.
- La ligne d'arrivée ne fait pas partie de la distance à parcourir.



2) Départ

- Les concurrents attendront les ordres du starter à la place que l'aide starter leur aura affectée.
- A la suite de chaque ordre du starter, **les concurrents se mettent en place** le plus rapidement possible, puis s'immobilisent, sans contact **SUR** et **AU DELA** de la ligne
- Le départ est donné par un coup de pistolet.
- Un athlète faisant un faux départ reçoit un avertissement du starter.
- Si un concurrent est responsable du 2ème faux départ, il est disqualifié par le starter.

3) La piste



4) Les fautes entraînant une disqualification du coureur

- Effectuer deux faux départs
- Sortir de son couloir **et** gêner un concurrent
- Bousculer volontairement un concurrent
- Fautes techniques : franchissement haies, passage témoin

C - REGLES SPECIFIQUES

Les courses de sprint : BF/BG MF/MG : 50m – CF/CGJSF/JSG : 100m

- L'utilisation des starting-blocks est obligatoire
- "A VOS MARQUES", les athlètes se place dans leurs starting-blocks en ayant 5 point d'appui :
 - les 2 mains derrières la ligne sans la toucher
 - les 2 pieds contre les starting-blocks
 - le genou de la jambe arrière posé sur le sol
- Lorsque tous les concurrents sont parfaitement immobiles, le starter donne le commandement "PRET". Les coureurs passent sur 4 appuis :
 - Les 2 mains derrières la ligne sans la toucher
 - Les 2 pieds contre les starting-blocks
- Le coup de pistolet ne sera donné que lorsque tous les concurrents sont en position correcte et parfaitement immobiles.

Les commissaires de courses se centrent sur :

- Les sorties de couloir provoquant une gêne.
- Les bousculades volontaires.

Les courses de haies :

Les distances par catégories

	Distance	Hauteur	Nombre	1ère H	Ecart	dernière H
BF/BG/MF	50	65	5	11,5	7,5	8,5
MG	80	76	8	12	8	12
CF/JSF	200	65	10	21,46	18,28	14,02
CG/JSG	200	76	10	21,46	18,28	14,02

Règles de départ identiques aux courses de sprint

Les commissaires de courses se centrent sur :

Même chose que pour le sprint + les fautes spécifiques aux haies :

- Renverser **volontairement** une haie (de son couloir ou d'un autre couloir) avec les mains ou les pieds.
- Passer un pied ou une jambe à l'extérieur d'une haie.
- Franchir une haie qui n'est pas dans son couloir.

La course de demi-fond : Le 1000m :

Cette course ne se dispute pas en couloir.

Règles du départ :

- Les athlètes attendent les ordres du starter en se tenant à 3 m derrière la ligne de départ.
- Il n'y a qu'un seul commandement préparatoire en 1/2 fond : "A VOS MARQUES"
- Au commandement "à vos marques", les athlètes se placeront derrière la ligne de départ, sans qu'aucune partie de leur corps n'ait de contact avec (ou au delà de) la ligne.
- Le coup de pistolet n'est donné que lorsque tous les concurrents sont en position correcte et parfaitement immobiles.

Les commissaires de courses se centrent sur :

Les bousculades possibles juste après le départ et dans les plotons.

Les relais :

BF/BG MF/MG : 4 X 60m

CF/CG JSF/JSG : 4X 100m

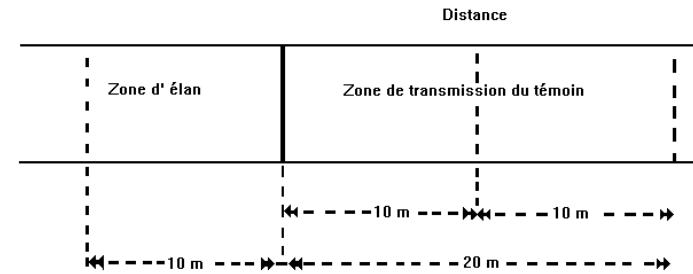
Règles du départ : elles sont identiques au sprint.

Les commissaires de courses sont les adjoints du Juge Arbitre des Relais et lui communiquent toutes infractions qui peuvent disqualifier une équipe

En plus de vérifier les règles appliquées au sprint ils se centrent sur :

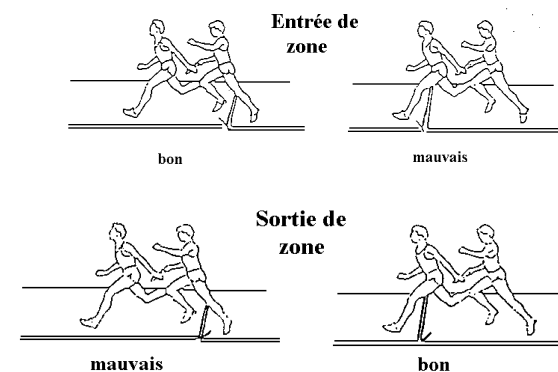
- Le témoin qui doit être porté à la main durant toute la course.
Si le témoin tombe, il doit être ramassé par l'athlète qui l'a perdu sans gêner les autres concurrents. Il repart de l'endroit où il a perdu son témoin.
- La transmission du témoin dans la zone de transmission
La transmission du témoin commence dès qu'il est touché par le coureur receveur, et se termine au moment où il est uniquement dans la main du coureur receveur

La zone de transmission :



Trois fautes possibles :

1. Le passage hors zone : la transmission du témoin doit se faire à l'intérieur d'une zone de passage de 20m
2. la gêne, l'athlète ne reste pas dans son couloir après la transmission jusqu'à ce que tous les concurrents soient passés
3. La sortie de couloir



Ils lèvent le drapeau :

Drapeau blanc : passage correct

Drapeau Jaune : mauvais passage

LES LANCERS : POIDS ET JAVELOT

A- ORGANIGRAMME

JUGE ARBITRE GENERAL

	J.O POIDS	J.O JAVELOT
Juge arbitre du concours	1	1
Juges de chute	1	2
Juges de mesure	2	2
Secrétaire	1	1

1. Juge arbitre du concours

Chef du concours, il surveille le bon déroulement de l'ensemble du concours et vérifie le mesurage. Le plus souvent, il valide les tentatives des concurrents (élan, sortie), à l'aide de drapeaux.

DRAPEAU BLANC ⇒ Bon **DRAPEAU ROUGE** ⇒ Mauvais

2. Juges de chute

Dans les lancers, ils ne s'occupent que du point de chute de l'engin à l'intérieur du secteur délimité par 2 lignes droites.

L'athlète ne doit pas sortir de la zone d'élan avant que l'engin n'ait touché le sol. Il plantera une fiche pour que la mesure puisse se faire.

3. Juges de mesure

a) A LA CHUTE :

Il place le point "0" du décimètre, à la marque la plus proche de la limite d'élan

b) A L'AIRE d'ELAN :

Pour les lancers, le ruban doit être tendu et passer par le point d'intersection des 2 lignes du secteur de chute.

4. Secrétaire

Il tient la feuille de concours et note chaque tentative.

« X » = Essai nul « O » = Essai réussi «  » = Essai non tenté

« 9,85 » = Performance

Exemple	1	2	3	4	5	6	Performance	Classement
Ibrahim		10,01	10,33	X	X	9,91	10,33	1er
Said	9,98	10,33		10,00	X	X	10,33	2ème

C - REGLES COMMUNES AUX CONCOURS DE LANCERS

1) Ordre de passage des concurrents

Il est tiré au sort avant le concours ; l'ordre sera ensuite respecté. Exception faite des essais différés : voir paragraphe 5.

3) Echauffement

Chaque concurrent peut avoir 2 tentatives d'essai, effectuées dans l'ordre du tirage au sort.

Dès que le concours débute, il y a **interdiction formelle d'utiliser les engins** ou les aires d'élan et de chute, pour son échauffement.

4) Nombre d'essais

S'il y a plus de 8 concurrents, chacun aura droit à 3 essais ; puis, les 8 meilleurs auront 3 essais supplémentaires.

En cas d'ex-aequo pour cette 8ème place, les concurrents sont départagés et si l'ex-aequo subsiste, ils sont tous les deux qualifiés pour les essais supplémentaires.

Inversement, il peut y avoir moins de 8 finalistes, puisque l'on ne peut être qualifié sans avoir réalisé une performance mesurée.

Le nombre d'essais peut être réduit (accord avant la compétition pour certaines épreuves).

5) Essais différés

Un concurrent, inscrit dans une course ou un autre concours, pourra être autorisé à effectuer un essai avant ou après son tour initialement prévu.

DANS TOUS LES CAS, IL FAUT PREVENIR LE CHEF DU CONCOURS.

6) Délais pour les essais

- 1 mn

- Si le concurrent est amené à effectuer 2 essais consécutifs, le délai est alors multiplié par 2.

- Pendant ce laps de temps, le concurrent peut donc entrer et sortir de la zone d'élan. Dans les lancers, il peut poser son engin à l'intérieur ou à l'extérieur de l'aire de lancer.

7) Elan

Celui-ci doit être pris dans une zone bien définie. Il s'agit d'un cercle (Poids, Marteau, Disque), ou d'un couloir terminé par un arc de cercle (Javelot).

8) Gêne

Le Juge Arbitre, chef du concours, peut autoriser l'athlète à effectuer un essai de remplacement.

LANCER DE POIDS

Poids pour chaque catégorie									
BF	BG	MF	MG	CF	CG	JF	JG	SF	SG
2 Kg	3 Kg	3 Kg	4 Kg	3 Kg	5 Kg	4 Kg	6 Kg	4 Kg	7,260 Kg

I - Rôle des juges

- Le juge arbitre du concours:
 - vérifie le matériel, l'aire de lancer
 - répartit les rôles entre les juges
 - détermine la validité des jets au départ
 - vérifie le mesurage
 - établit le classement du concours
 - Contrôle temps de passage (1')
- Le juge de chute :
 - pose la fiche de mesure au point de chute,
 - valide la chute du poids à l'intérieur du secteur.
- Le juge de mesure :
 - relève la performance selon la règle III ci-dessous
- Le secrétaire du concours :
 - tient la feuille sur laquelle sont inscrits les noms des concurrents,
 - inscrit les performances annoncées par le chef du concours.

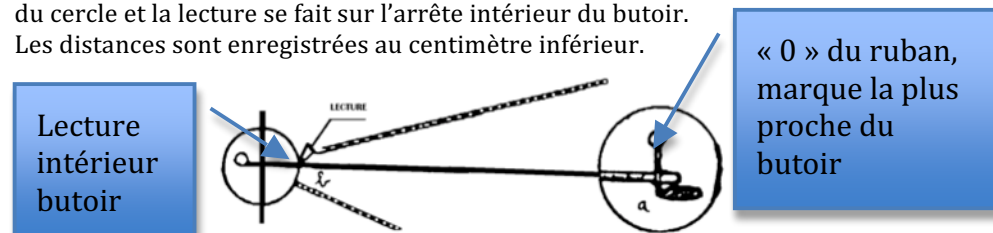
II - Déroulement du concours

- Les athlètes ont deux lancers d'échauffement dans l'ordre de la feuille du concours.
- Le lancer de poids s'effectue de l'intérieur du cercle en commençant le jet dans une position stationnaire.
- Le concurrent est autorisé à toucher l'intérieur de la bande de fer et du butoir.
- Le poids est lancé d'une seule main en avant de l'épaule. Au moment du lancer le poids doit toucher ou être très proche du menton, la main ne peut être abaissée pendant le lancer.**
- Le poids ne doit pas être ramené en arrière du plan des épaules.

III - Comment mesurer un jet

Le mesurage se fait de la marque la plus proche faite par la chute du poids, à l'intérieur de la circonférence du cercle. Le 0 est au niveau de la fiche. Le ruban passe par le centre du cercle et la lecture se fait sur l'arrête intérieure du butoir.

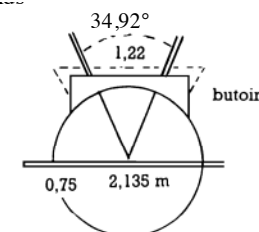
Les distances sont enregistrées au centimètre inférieur.



IV- Classement

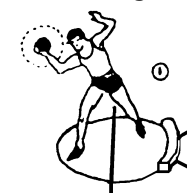
Pour le lancer de poids, l'athlète ayant fait la meilleure performance sera premier, en cas d'ex-æquo on considérera la meilleure 2ème performance, ou la 3ème, etc...

V - L'aire de lancer de poids

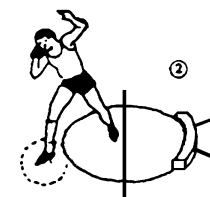


VI - Les Fautes

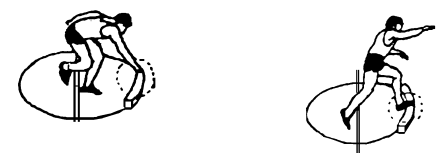
- Le poids est éloigné du menton



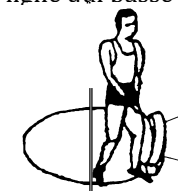
- Le lanceur touche le sol à l'extérieur du cercle



- Le lanceur touche le haut du butoir



- Le lanceur sort devant la ligne qui passe par le centre du cercle



LANCER DE JAVELOT

Poids pour chaque catégorie									
BF	BG	MF	MG	CF	CG	JF	JG	SF	SG
400 g	500 g	500 g	600 g	600 g	700 g	600 g	800 g	600 g	800 g

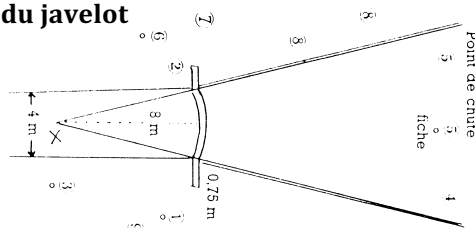
I - Rôle des juges

- Le juge arbitre du concours:
 - vérifie le matériel, l'aire de lancer
 - répartit les rôles entre les juges
 - détermine la validité des jets au départ
 - vérifie le mesurage
 - établit le classement du concours
 - Contrôle temps de passage (1')
- Le juge de chute :
 - Ils repèrent l'impact au sol et l'un d'eux pose la fiche de mesure au point de chute.
 - valide la chute du javelot à l'intérieur du secteur, de plus, l'arrivée de l'engin doit se faire par la pointe avant toute autre partie.
 - L'un d'eux se charge de rapporter les javelots
- Le juge de mesure :
 - relève la performance selon la règle IV ci-dessous
- Le secrétaire du concours:
 - tient la feuille sur laquelle sont inscrits les noms des concurrents, inscrit les performances annoncées par le chef du concours.

II - Déroulement du concours

- Les athlètes ont deux lancers d'échauffement dans l'ordre de la feuille du concours.
- Le javelot sera tenu à la corde de prise. Le javelot doit être lancé par dessus l'épaule ou au-dessus de la partie supérieure du bras utilisé pour le lancer. Il ne doit pas être projeté dans un mouvement rotatif.**

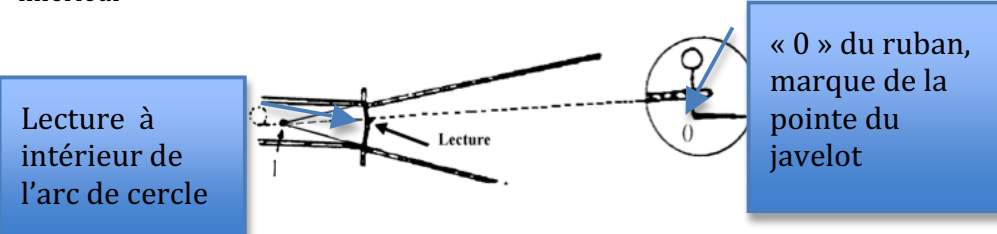
III - Aire de lancer du javelot



IV - Comment mesurer un jet

Le mesurage se fait de la marque la plus proche faite par la pointe de la tête du javelot, à l'intérieur de l'arc de cercle.

Le 0 est au niveau de la fiche. Il faut tendre le ruban en le faisant passer par petit triangle matérialisant l'intersection des lignes de secteur. La lecture se fait sur le bord intérieur de l'arc de cercle. Les distances sont enregistrées au centimètre inférieur



IV- Classement

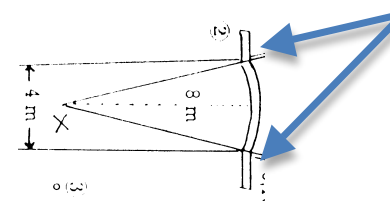
Pour le lancer du javelot, l'athlète ayant fait la meilleure performance sera premier, en cas d'ex-æquo on considérera la meilleure 2ème performance, ou la 3ème, etc...

VI - Les Fautes

- Le lancer ne sera pas valable si le concurrent, après qu'il ait commencé le lancer, touche avec n'importe quelle partie de son corps ou de ses membres le sol à l'extérieur de la piste d'élan y compris les lignes la délimitant.



- La queue du javelot touche le sol en premier ou le javelot tape à plat.
- Le lanceur quitte la piste d'élan avant que le javelot ait touché le sol.
- Le lanceur sort en coupant l'arc de cercle ou les lignes qui le prolonge



LES SAUTS : LONGUEUR, TRIPLE BOND ET TRIPLE SAUT

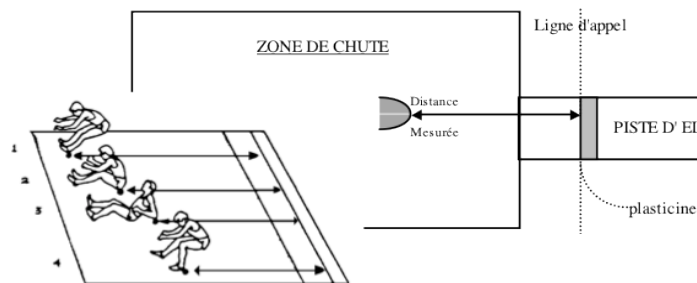
A- ORGANIGRAMME

JUGE ARBITRE GENERAL

	J.O. SAUTS
Juge arbitre du concours	1
Juges de chute	1
Juges de mesure	2
Secrétaire	1

I - Rôle des juges

1. Le juge arbitre du concours:
 - Il se place dans le prolongement de la planche.
 - vérifie l'installation (planche d'appel, plasticine, zone de chute, sable...)
 - répartit les rôles entre les juges
 - détermine la validité des sauts et l'indique avec un drapeau
DRAPEAU BLANC ⇒ Bon **DRAPEAU ROUGE** ⇒ Mauvais
 - vérifie le mesurage
 - établit le classement du concours
 - Contrôle temps de passage (1')
2. Le juge de chute :
 - Il ratisse après chaque saut
 - Il plante la fiche à la marque la plus proche de la planche d'appel laissée par l'athlète et tient le décimètre au point « 0 »
3. Le juge de mesure :
 - Il tient l'autre extrémité du décimètre (vers la planche d'appel).
 - La performance sera lue au niveau de la ligne d'appel, au cm inférieur.



4. Le secrétaire du concours:
 - tient la feuille sur laquelle sont inscrits les noms des concurrents, inscrit les performances annoncées par le chef du concours.

II - Déroulement du concours

- Les athlètes prennent leurs marques. Aucune marque sur la piste d'élancement, mais sur le côté de la piste.
- l'appel se fait à partir de la planche. Immédiatement après la ligne d'appel se trouve la plasticine afin de retenir l'empreinte du pied de l'athlète quand il fait une faute de pied.
- les athlètes sautent dans l'ordre indiqué sur la feuille du concours.
- entre chaque essai, le sable est remis en état, ainsi que la plasticine.

III- Classement

L'athlète ayant fait la meilleure performance sera premier, en cas d'ex- æquo on considérera la meilleure 2ème performance, ou la 3ème, etc...

VI - Multi bond

Même règlement que pour le saut en longueur avec un saut comprenant trois bonds.

Le juge arbitre peut proposer plusieurs planches à 4m, 6m ou 8m ... en fonction du niveau des concurrents, pour assurer une réception dans la fosse.

VII - Le triple saut

Triple saut avec une particularité : le saut s'effectuera de telle sorte que le concurrent retombe sur le pied avec lequel il a pris son premier appel puis au second saut sur l'autre pied à partir duquel le troisième saut est fait.



VII- Les Fautes

Un concurrent fait une faute :

- S'il ne respecte pas la technique de saut (longueur, multi bond, triple saut)
- Si le concurrent laisse une marque sur la plasticine.
- S'il prend son appel en dehors des extrémités latérales de la planche.
- Si après avoir sauté, il marche en arrière dans la zone de chute