

LBFA ET SI ON JOUAIT À L'ATHLÉ?

Et si on remettait l'enfant au centre des débats en lui offrant une approche de l'athlétisme très attrayante basée sur la coopération et le jeu?



Imaginons deux athlètes, un enfant de 8 ans et un adulte de 24 ans. Tous deux pratiquent le lancer de poids avec une masse différente mais avec des règles identiques! Pourtant tout le monde s'accordera à dire qu'ils n'ont ni le même profil ni les mêmes qualités physiques. Imaginons ensuite que l'enfant accroche à l'athlétisme et qu'il continue jusqu'à ses 28 ans. Il aura ainsi pratiqué l'athlétisme durant 20 ans et donc le "même" lancer de poids pendant tout ce temps! Cet exemple est bien entendu réducteur de la diversité de notre sport. Mais nous tentons ainsi de montrer que le système actuel n'est peut-être pas idéal. L'enfant n'est pas un adulte miniature. Il a des besoins différents de ceux d'un adulte ou

même d'un adolescent. La Charte des Droits de l'Enfant (Genève, 1988) nous rappelle quelques droits fondamentaux: celui de s'amuser et de jouer comme un enfant, de participer à des compétitions adaptées et de ne pas être nécessairement un champion. C'est dans cette optique que l'I.A.A.F. (International Association of Athletics Federations) a lancé le Kids' Athletics. Le principe est simple: il s'agit d'une forme de compétition en équipes mixtes (club, sexe et catégorie) pour les enfants jusqu'à 12 ans. Les performances individuelles ne sont pas comptabilisées, c'est en équipe que l'on réalise des résultats. Un classement entre équipes et un diplôme de participation pour chaque enfant finalise la rencontre.

En deux heures, chaque enfant s'adonne à sept épreuves différentes. Tous les ateliers auxquels il participe sont axés autour des mouvements de base -courir, sauter, lancer et marcher- dont il aura besoin plus tard lors de son apprentissage des techniques athlétiques plus élaborées.

Les avantages sont nombreux et différents des compétitions "ordinaires" où chaque enfant attend patiemment vingt minutes entre chaque saut. Avec le Kids' Athletics, l'enfant se dépense un maximum en un minimum de temps. En deux heures, son planning est chargé! Tous les enfants sont ainsi mis sur un pied d'égalité. Le projet est d'autant plus astucieux que les officiels peuvent aisément être remplacés par les entraîneurs, les bénévoles ou même les parents. Cette approche de l'athlétisme est très attrayante pour les enfants, car elle se base sur la coopération et le jeu.

> La LBFA encourage et peut aider à la mise en place des organisations de Kids' Athletics par les clubs. Retrouvez toutes les informations sur le site www.lbfa.be (onglet formations - dossiers pédagogiques).



NOUVELLE FORMATION DEVENEZ ACCOMPAGNANT ANIMATEUR EN ATHLÉTISME

A l'initiative du Brussels Athletics, la LBFA a relancé au mois de février dernier une formation orientée vers l'école d'athlétisme.

Cette formation "accompagnant animateur en athlétisme" vise à apporter, en un week-end de cours, un maximum de bases pour l'encadrement de nos jeunes. Alliant la théorie à la pratique, elle s'adresse aux parents et aux jeunes athlètes dès 16 ans. Le contenu des cours est varié et permet d'obtenir des clés pour l'encadrement de l'apprentissage ainsi que pour l'animation et la motivation des enfants de 6 à 13 ans dans nos écoles d'athlétisme.

Les enfants jouent au foot, au tennis, au basketball mais pourquoi n'entend-on jamais dire qu'ils "jouent à l'athlétisme"? La notion de jeu est pourtant indispensable pour l'enfant. Non content de se dépenser, il apprend à socialiser, à se fidéliser à une activité et in fine à se développer. Comment faire "jouer l'enfant à l'athlé" tout en développant les qualités nécessaires au sport olympique n°1? Là est tout l'enjeu de l'athlétisme moderne et de cette formation "d'accompagnant animateur".

L'athlétisme est plus qu'un sport, il se veut une école du développement moteur de l'enfant. Il faut donc lui proposer des situations pédagogiques amusantes. L'apprentissage de techniques développées trop tôt peut lasser l'enfant, l'empêcher de s'épanouir et à terme l'empêcher de trouver une finalité dans son sport.

L'idée est donc de viser le développement de l'enfant dans son ensemble, de lui amener des situations et des défis adaptés à son âge mais également de lui donner les clés pour la pratique future de l'athlétisme qui se veut un des sports les plus complets. Une part belle de la formation est laissée au Kids Athletics, forme de compétition adaptée aux enfants et différente des compétitions "classiques" pour adultes.

L'exigence principale de cette formation est une présence active des candidats lors des 16 heures de cours afin d'obtenir le diplôme d'accompagnant animateur en athlétisme de la LBFA. Il s'agit également d'un réel tremplin vers les autres niveaux de formations d'entraîneurs organisées par la ligue et certifiées par l'ADEPS. Jusqu'à présent, quatre formations ont été organisées à Bruxelles, Verviers et Nivelles mais les clubs peuvent également faire une demande d'organisation auprès de la LBFA. Les 3 formateurs de la LBFA, Frédéric Xhonneux, Jérôme Schmitz et Simon Berteau, ont déjà encadré près d'une centaine de candidats lors de ces 4 sessions. A qui le tour?

> Plus d'informations sur le site www.lbfa.be (onglet formations).



CALENDRIER ATHLÉTIQUE A VOS AGENDAS!

La saison hivernale 2014-2015 sera lancée le 26 octobre à l'occasion de la Lotto Cross Cup Relays de Gand. Voici toutes les dates importantes de l'hiver prochain, en cross et en salle.

CHAMPIONNATS INDOOR

- 03-04/01/2015
- Championnats provinciaux
- 17/01 > Gand
- Championnats LBFA cadets-scolaires
- 24/01 > Gand
- Championnats LBFA toutes catégories
- 31/01-01/02 > Gand
- Championnats de Belgique & LBFA d'épreuves combinées
- 08/02 > Gand
- Championnats de Belgique de relais 4x200m (Flanders Indoor)
- 21/02 > Gand
- Championnats de Belgique toutes catégories
- 07/03 > Gand
- Championnats de Belgique juniors et espoirs
- 08/03 > Gand
- Championnats de Belgique cadets et scolaires
- 14/03 > Gand
- Championnats de Belgique masters
- 22/03
- Championnats de Belgique de cross masters

LOTTO CROSS CUP

- 26/10 > Gand
- Lotto Cross-Cup Relays
- 09/11 > Mol
- Lotto Cross-Cup
- 30/11 > Roeselare
- Lotto Cross-Cup
- 21/12 > Bruxelles
- Iris Lotto Cross-Cup
- 25/01/2015 > Hannut
- Lotto Cross-Cup
- 15/02 > Rotselaar
- Lotto Cross-Cup
- 01/03 > Bour (Championnats LBFA)
- Lotto Cross-Cup
- 15/03 > Wachtelebeke (Championnats de Belgique)
- Finale Lotto Cross-Cup

CHAMPIONNATS INTERNATIONAUX

- 14/12 > Samokov (Bulgarie)
- Championnats d'Europe de cross
- 04-08/03/2015 > Prague (CZE)
- Championnats d'Europe indoor



INFO : WWW.LBFA.BE - LBFA@SKYNET.BE - 02/ 474 72 04