

Les compétitions d'adresse des sports Trois-Étoiles

Toute l'année

Introduction

Offrir de participer à une compétition d'adresse amicale adaptée du basket-ball, du base-ball, du soccer, du football ou du hockey sur patins à roues alignées ou sur patins à glace est peut-être ce dont a besoin votre club pour servir les jeunes de votre localité. Le programme des sports Trois-Étoiles permet à votre club d'organiser une ou plusieurs de ces compétitions adaptées de sports populaires avec efficacité avec le minimum de main-d'oeuvre. Plus de 1 000 clubs Optimistes des quatre coins de l'Amérique du Nord parrainent déjà des équipes sportives.

Semblable à une compétition d'adresse de botté ou de passe, le programme des compétitions d'adresse des sports Trois-Étoiles est le moyen idéal de réunir les jeunes de votre localité dans une ambiance de saine compétition et amusante. Chaque compétition est une occasion unique de promouvoir la confiance en soi et la bonne condition physique même si votre club a des ressources limitées. Comme ce programme n'exige pas de contact physique ni d'aptitudes supérieures ou particulières, il représente l'activité idéale pour tous les jeunes même ceux souffrant d'un handicap physique.

Les compétitions d'adresse des sports Trois-Étoiles sont conçues pour les jeunes de 8 à 13 ans. Ces compétitions permettent d'évaluer leurs aptitudes et adresse dans trois domaines dans le sport de votre choix :

- Base-ball :** Course sur les sentiers, performance au bâton et lancer
- Basket-ball :** Dribble, lancer au panier et passe
- Football :** Passe, botté de placement et botté de dégagement
- Soccer :** Botté, dribble et lancer
- Hockey :** Lancer, patinage et maniement du bâton

Se procurer le matériel nécessaire et préparer le site

On doit obtenir tout le matériel au moins deux semaines avant la tenue de la compétition. Si vous prévoyez organiser simultanément trois compétitions, veillez à avoir suffisamment de matériel. Le matériel requis varie selon votre choix de sport. Ce qui suit est la liste de matériel nécessaire :

Pour le base-ball :

- 12 à 18 balles de base-ball
- 4 à 6 bâtons de base-ball, en bois ou en aluminium dont le poids oscillera entre 680 g et 850 g
- 3 casques protecteurs pour jeunes de taille petite, moyenne et grande
- 1 à de 2 ensembles de coussins
- 1 chronomètre - pour la course sur les sentiers
- 2 sifflets - pour garder le contrôle, pour signifier un départ ou un arrêt
- 2 tables à cartes - une pour les inscriptions et l'autre pour le responsable du pointage
- 1 à 3 écriitoires à pince
- 8 à 10 cônes de 61 cm (ou des contenants de boissons de quatre litres remplis à moitié de sable)
- 1 ruban à mesurer de 15 m ou 30 m
- 1 tee
- Formulaire supplémentaires pour la table des inscriptions

Pour le basket-ball :

- 4 à 6 ballons de basket-ball - Usage recommandé : des ballons plus petits pour les 8 à 9 ans et des ballons réguliers pour les 12-13 ans
- 2 sifflets - pour assurer le contrôle, pour signifier un départ, un arrêt
- 2 rouleaux de papier-cache adhésif ou de ruban adhésif utilisé par les sportifs - pour tracer les lignes de départ et d'arrivée et celles pour les lancers de pénalité
- 2 tables à cartes - une pour les inscriptions et une pour le responsable du pointage
- 1 à 3 écriitoires à pince
- 4 cônes de 61 cm (ou des contenants de boisson de quatre litres à moitié remplis de sable)
- Formulaire supplémentaires pour la table des inscriptions

Pour le football

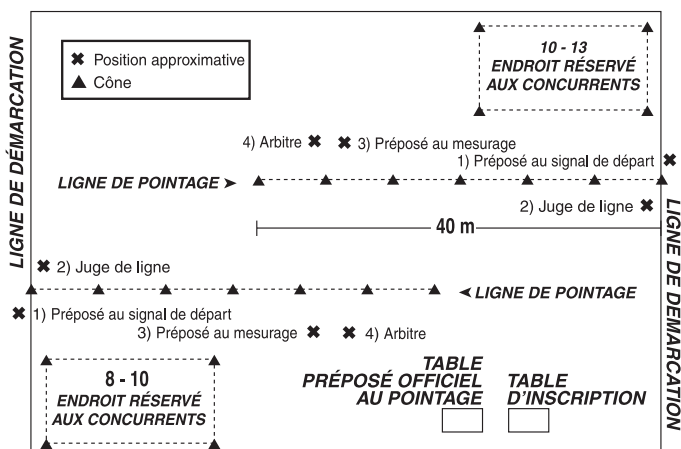
- 6 ballons de football, trois ballons plus petits pour les 9-10 ans et trois réguliers pour les 11-13 ans
- 2 sifflets - un pour chaque préposé au départ
- 4 rubans à mesurer de 30 m
- 2 tables à cartes - une pour les inscriptions et une pour le responsable du pointage
- 1 à 3 écritoires à pince
- 20 cônes de 30 cm (ou des contenants de boisson de quatre litres à moitié remplis de sable)
- 2 marqueurs de ballon (2 fins bâtonnets avec drapeau)
- 2 tees de football pour les bottés de placement
- Formulaire supplémentaires pour la table des inscriptions

Directives supplémentaires pour la préparation du terrain pour le football

(voir figure 1)

Plutôt que d'utiliser des lignes ou d'autres moyens de marquer les distances, Optimist International recommande l'utilisation de cônes pour délimiter votre terrain. Installez un cône à chaque point de départ. Puis, mesurez une distance en ligne droite de 40 m et installez un cône à tous les 6 m environ. Cette disposition sera utilisée pour les trois compétitions. À l'aide des cônes, délimitez une aire de réchauffement à chaque extrémité du terrain, près de la ligne de démarcation. Il pourrait s'avérer utile d'installer un panneau précisant les différents groupes d'âge dans chaque aire de réchauffement. Installez une table pour les inscriptions et une pour le responsable du pointage sur le côté du terrain. La préparation du terrain devrait exiger moins d'une heure de travail pour deux personnes.

Figure 1



Pour le hockey :

- 1 à 2 filets
- 5 à 10 rondelles - hockey sur glace ou roller hockey
- 2 sifflets - pour assurer le contrôle, pour signifier un départ, un arrêt
- 2 tables à cartes - une table pour les inscriptions et une pour le responsable du pointage
- 1 à 3 écritoires à pince
- 14 cônes de 30 cm (ou des contenants de boisson de quatre litres à moitié remplis de sable)
- Formulaire supplémentaires pour la table d'inscription

Les concurrents sont priés d'apporter leurs patins et leurs bâtons. Si vous louez une patinoire ou un terrain, demandez à la direction de louer des patins à vos concurrents.

Directives supplémentaires pour la préparation de la patinoire pour le hockey

Si vous organisez vos compétitions sur glace et que vous avez un grand nombre de concurrents, prévoyez de faire reglacier la patinoire au cours de votre événement.

Pour le soccer :

- 4 à 8 ballons de soccer, ballons plus petits pour les jeunes de 8 et 9 ans et de taille régulière pour les 10-13 ans
- 10 à 20 cônes (ou des contenants de boisson de quatre litres à moitié remplis de sable)
- 1 chronomètre - pour chronométrer la compétition de dribble
- 1 à 3 sifflets - pour garder le contrôle, pour signifier un départ ou un arrêt
- 2 tables à cartes - une pour les inscriptions et une pour le responsable du pointage
- 1 à 3 écritoires à pince
- 1 ruban à mesurer de 15 m ou de 30 m
- Formulaire supplémentaires pour la table des inscriptions

Tenue de vos compétitions d'adresse

Règles d'attribution des points

Règlements généraux

- Les garçons et les filles entre 8 et 13 ans sont admissibles à la compétition.
- L'âge des concurrents au 15 mars de l'année scolaire en cours déterminera la catégorie à laquelle il sera inscrit.
- Chaque concurrent doit soumettre un formulaire d'inscription signé par un parent ou un tuteur.
- Les concurrents doivent apporter leurs chaussures de sport, leurs vêtements, leurs bâtons de hockey et patins, le cas échéant. Les souliers à crampons d'acier ou non et les chaussures spéciales pour botter le ballon ne sont pas autorisés!
- En cas d'égalité pour la première, la deuxième ou la troisième places, chacun des concurrents concernés devra participer à une épreuve de bris d'égalité. Dans cette épreuve, chaque concurrent disposera d'un essai dans chacune des trois compétitions. Le gagnant du bris d'égalité sera le premier. Le concurrent dont le pointage est le deuxième plus élevé sera le deuxième et ainsi de suite.
- Le président du comité de la compétition est le seul juge pour le règlement de tout différend, de tout protêt ou de l'interprétation de tout règlement.

Officiels des compétitions

Préposé au départ

- Explique les règlements aux concurrents
- Inscrit les pointages de chaque compétition
- Remet les formulaires d'inscription sur lesquels sont inscrits les pointages au responsable du pointage

Chronométreur

- Chronomètre les compétitions

Juges

- Approuve la performance des concurrents pour les trois compétitions
- Remet les cônes en place et récupère les balles, les rondelles, etc., si nécessaire

Marqueur officiel

- Compile les pointages finaux
- Détermine les gagnants

Responsable de l'inscription

- Veille aux inscriptions sur place
- Trie les formulaires d'inscription par groupes d'âge et les remet au préposé au départ

Superviseur (président de l'événement sportif)

- Supervise tous les aspects de l'événement

Compétitions d'adresse au base-ball :

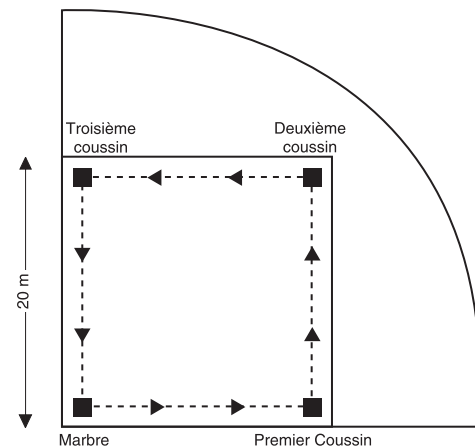
Course sur les sentiers

Chacun des concurrents devra courir sur les sentiers, en partant du marbre en direction du premier coussin, puis en direction du deuxième coussin, puis vers le troisième coussin pour enfin revenir au marbre. Les points seront accordés en fonction de la vitesse. Quatre points seront déduits du total de départ de 100 points pour chaque seconde écoulée. Trois points seront déduits du total pour chaque coussin non touché. La distance entre les coussins devra être d'environ 20 m (voir figure 2). Le préposé au départ a la responsabilité de trier les concurrents selon l'âge, d'expliquer les règlements, de répondre aux questions, de donner le signal de départ aux concurrents et de noter les résultats sur les formulaires d'inscription. Vous aurez besoin de quatre juges pour vous assurer que les concurrents touchent chacun des coussins. Le chronométreur actionnera le chronomètre au départ du marbre et l'arrêtera au retour au marbre.

Matériel requis :

- Un ensemble de coussins
- Un chronomètre
- 1 ruban à mesurer

Figure 2



Performance au bâton

(voir figure 3)

Les concurrents pourront tenter à six reprises de frapper la balle le plus loin possible soit dans les airs soit au sol. Toutefois, pour obtenir 10 points (coup de circuit) la balle doit franchir la distance réglementaire dans les airs. Les concurrents peuvent être frappeur gaucher, droitier ou ambidextre. Dessinez un cercle d'attente, ainsi le prochain frappeur pourra s'y réchauffer en attendant son tour au bâton.

Les concurrents de 8 et 9 ans auront la possibilité d'utiliser un « t-ball ». Toutefois, s'ils le désirent, ils pourront essayer de frapper la balle lancée par un lanceur. Dans la plupart des cas un lance-balles automatique n'est pas approprié. Par conséquent, il est recommandé que des adultes lancent à une vitesse modérée afin que les jeunes puissent frapper la balle.

Le préposé au départ a la responsabilité de trier les concurrents, d'expliquer les règlements, de répondre aux questions, de donner le signal de départ aux concurrents et de noter les résultats sur les formulaires d'inscription.

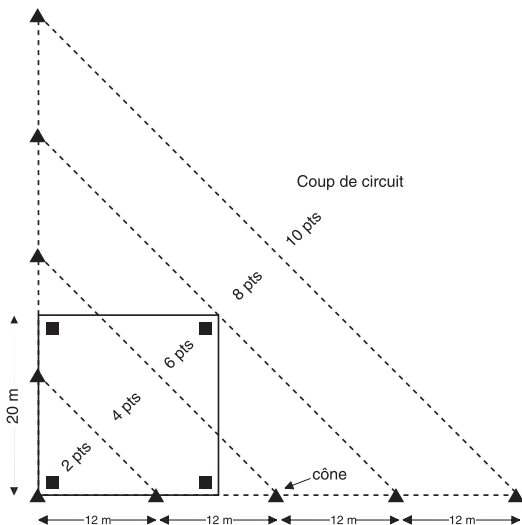
Deux juges seront nécessaires (l'un au champ gauche et l'autre au champ droit) pour marquer l'endroit où la balle tombera s'il s'agit d'un coup de circuit ou l'endroit où elle s'arrêtera pour tout autre balle frappée qui ne serait pas un coup de circuit.

La présence d'un ou de deux adultes sera nécessaire pour lancer la balle aux concurrents, soit un pour ceux âgés de 10 et 11 ans et un autre pour les 12 et 13 ans.

Matériel requis :

- 12 balles de base-ball - deux jeux de six pour que l'activité se déroule rondement

Figure 3



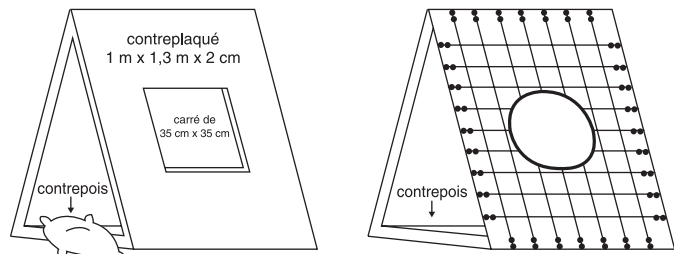
- 4 à 6 bâtons - dont le poids oscillera entre 680 g et 850 g
- 3 casques de frappeurs (protecteurs) - de taille pour les jeunes : petit, moyen, grand
- 1 ensemble de coussins
- 1 « t-ball »
- 8 cônes - pour marquer la distance à laquelle la balle a été frappée
- 1 ruban à mesurer

Lancer

Les concurrents auront droit à six lancers pour viser la cible. Les points seront accordés en fonction de la précision de chaque lancer. Huit points seront accordés pour chacun des lancers qui atteindra la cible et quatre points seront accordés pour chacun des lancers qui atteindra le tableau ou le matériel sur lequel se trouve la cible. Les concurrents se verront retrancher trois points s'ils mordent sur la ligne de démarcation et pour chaque manquement au règlement, du total obtenu des lancers. Aucun point ne sera accordé pour un lancer qui toucherait le sol avant d'atteindre la cible. Un grand nombre de cibles peuvent être utilisées (voir figure 4). La meilleure cible possible serait un « panneau à rebonds ». Ce dernier peut être acheté mais dans la majorité des cas une école secondaire pourra vous en fournir un pour votre compétition.

Le préposé au départ a la responsabilité de trier les concurrents, d'expliquer les règlements, de répondre aux questions, de donner le signal de départ aux concurrents et de noter les résultats les formulaires d'inscription. Un juge se chargera de contrôler la validité de chaque lancer effectué par un concurrent et de surveiller si ce dernier ne mord pas sur la ligne de démarcation. L'autre juge se chargera de noter les lancers, de remettre les résultats au préposé au départ et de récupérer les balles.

Figure 4



Distance des lancers

8-9 ans	10 m
10-11 ans	13 m
12-13 ans	16 m

Matériel requis

- 6 balles de base-ball
- 6 cônes - pour marquer les distances
- 1 ruban à mesurer

Compétitions d'adresse au basket-ball :

Dribble

Les concurrents dribblent avec la main gauche ou la main droite sur un parcours délimité par quatre cônes qu'ils doivent contourner et par la suite retourner à leur point de départ (voir figure 5). Les points seront accordés en fonction de la vitesse et du contrôle du ballon. Si un concurrent exécute une fausse manoeuvre à un point du trajet, le juge devrait exiger qu'il recommence à partir de l'endroit où l'erreur a été commise. Le chronomètre devra être en marche pendant toute la démonstration du concurrent. Les concurrents débiteront avec un pointage de 75 points. Trois points seront retranchés du total de 75 points pour chaque seconde passée à compléter le parcours.

Le préposé au départ a la responsabilité de trier les concurrents, d'expliquer les règlements, de répondre aux questions, de donner le signal de départ aux concurrents et de noter les résultats sur les formulaires d'inscription.

Figure 5

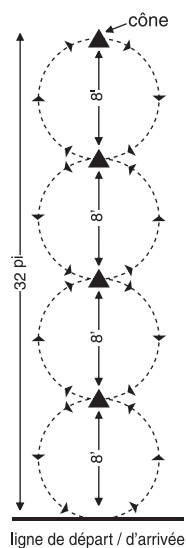
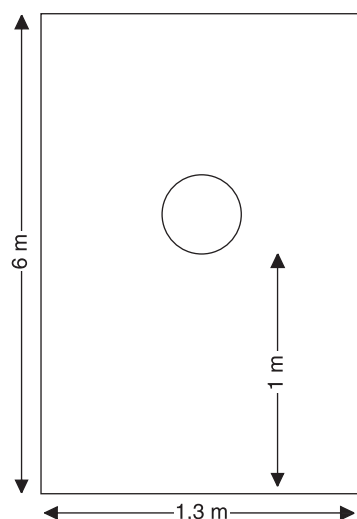


Figure 6



Le chronométrateur actionne le chronomètre dès que le préposé au départ donne le signal. Le chronomètre s'arrête dès que le concurrent passe la ligne d'arrivée. Un juge devra contrôler la validité de la participation de chacun des concurrents.

Matériel requis

- 4 cônes - placés à 2,5 m l'un de l'autre.
- 1 ballon de basket-ball
- 1 chronomètre
- ruban - ruban gommé indiquant la direction, la ligne de départ et la ligne d'arrivée.

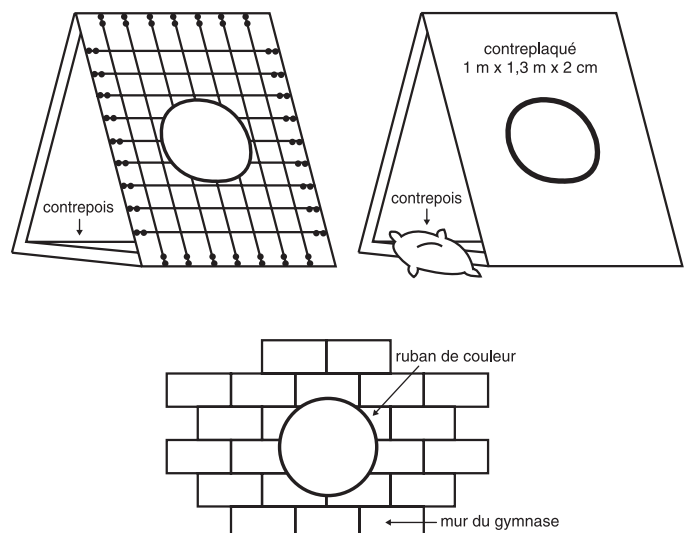
Passe

Les concurrents tenteront 6 passes, trois passes au sol et trois passes poussées ou par-dessus la tête en direction d'une cible à partir d'un point déterminé. La cible devrait être un cercle de 30 cm situé à un mètre du sol (voir figures 6 et 7). Les concurrents se verront accorder un pas en direction de la ligne de démarcation et ne devront en aucun cas la toucher ou la dépasser. Huit points seront accordés pour une passe qui touchera n'importe quelle portion de la surface de la cible même minime. Aucun point ne sera accordé pour une passe qui manquera complètement la cible.

Le préposé au départ a la responsabilité de trier les concurrents, d'expliquer les règlements, de répondre aux questions, de donner le signal de départ aux concurrents et de noter les résultats sur les formulaires d'inscription.

Vous aurez besoin de deux juges, un pour vérifier que le concurrent ne mord pas sur ligne de démarcation, l'autre pour noter les passes réussies.

Figure 7





Suggestions pour la cible :

- Un panneau à rebonds que l'on trouve généralement dans tous les gymnases.
- Un cercle sur le mur du gymnase fait avec du ruban.
- Un panneau de bois stratifié de 1 m sur 1,3 m d'une épaisseur de 2 cm sur lequel on aura peint un cercle, fixé solidement pour assurer le retour du ballon.

Distance des passes

8-9	3,6 m
10-11	4,6 m
12-13	5,5 m

Matériel requis :

- 1 cible
- 1 ballon de basket-ball
- 1 ruban à mesurer - pour mesurer la distance des passes

Le lancer au panier

Les concurrents exécuteront six lancers, quatre lancers de pénalité à différentes distances selon l'âge et deux lancers de n'importe quel endroit à l'extérieur de la bouteille. Chaque panier (lancer réussi) vaut 10 points, un pointage parfait étant de 60 points. Les points ne seront pas accordés si un concurrent mord sur la ligne des lancers de pénalité.

Le préposé au départ a la responsabilité de trier les concurrents, d'expliquer les règlements, de répondre aux questions, de donner le signal de départ aux concurrents et de noter les résultats sur les formulaires d'inscription.

La présence de deux juges sera nécessaire. Le premier pour noter le nombre de paniers et l'autre pour retourner le ballon aux concurrents.

Si des paniers dont on peut ajuster la hauteur sont disponibles, nous vous recommandons les hauteurs suivantes :

8-9 ans	2,8 m
10-11 ans	2,9 m
12-13 ans	3 m (hauteur réglementaire)

Distances pour les lancers

8- 9 ans	3,4 m
10-11 ans	4 m
12-13 ans	4,6 m

Matériel requis :

- 1 ballon de basket-ball
- 1 rouleau de ruban à masquer - pour marquer les distances des lancers
- 6 cônes

Compétitions d'adresse au football :

Ordre des compétitions

Terrain no 1 Terrain no 2

Passe

8	3,33m
9	4 m
10	4,33m

Botté de placement

8	3,33m
9	4 m
10	4,33m

Botté de dégagement

8	3,33m
9	4 m
10	4,33m

Pointage

Chaque participant aura droit à un essai par compétition. Les points seront accordés selon la distance et la précision. La distance signifie la distance à laquelle le ballon a été lancé ou botté à partir de la ligne de démarcation. La précision signifie la distance à laquelle le ballon est tombé de la ligne de démarcation. La distance moins la déviation donnera le pointage du concurrent. Chaque 30 cm représente un point et le pointage est alloué au plus près quinze centimètres pour un demi-point. La somme du pointage de la passe, du botté de placement et du botté de dégagement donnera le pointage total du concurrent.

Le préposé au départ a la responsabilité de trier les concurrents dans l'aire de réchauffement, d'expliquer les règlements, de répondre aux questions, de donner le signal de départ aux concurrents et de noter les résultats sur les formulaires d'inscription. L'adjoint du préposé au départ se chargera de surveiller que le concurrent ne mord pas sur la ligne de démarcation, aidera ce dernier et mesurera la distance parcourue par le ballon pour chaque compétition. À l'aide d'un marqueur, l'arbitre

devra indiquer l'endroit exact où le ballon est tombé la première fois. L'adjoint du préposé au départ tiendra le bout du ruban à mesurer et celui qui est responsable de mesurer tiendra l'autre bout du ruban à l'endroit indiqué par l'arbitre. La personne responsable de mesurer la distance, avec l'aide de l'arbitre, mesurera la déviation. La déviation sera déterminée en mesurant entre la ligne de démarcation et l'endroit où le ballon est tombé à un angle de 45 degrés.

Pénalités

Si un concurrent mord sur la ligne de démarcation en effectuant une passe ou un botté de dégagement, on soustraira des points de pénalité de son pointage. Chaque 15 cm de plus signifie 1/2 point de pénalité. Pour ce qui est de la compétition du botté de placement, les concurrents peuvent dépasser la ligne de démarcation sans pénalité.

Compétitions d'adresse au hockey :

Lancers

Les concurrents effectueront leurs lancers dans un filet dont les dimensions sont réglementaires (ou une reproduction approximative) et la rondelle devra pénétrer l'une des deux zones de tir allant des poteaux vers le centre du filet et mesurant 45 cm (voir figure 8). Les concurrents devront effectuer 10 lancers, 5 lancers frappés ou du poignet et cinq lancers du revers ou vice versa. Cinq points seront accordés pour chaque rondelle ayant atteint le fond du filet, peu importe de quel côté. Les lancers devront être décrochés à partir de la ligne de démarcation ou avant celle-ci. Si un concurrent mord sur la ligne de démarcation en effectuant son lancer, le lancer est annulé. Pour s'assurer que les concurrents effectuent un lancer et non une passe, un madrier mesurant 2,5 m sur 5 cm sera installé à mi-chemin entre le filet et la ligne de démarcation (voir figure 9). On devrait retirer le madrier pour les débutants.

Figure 8

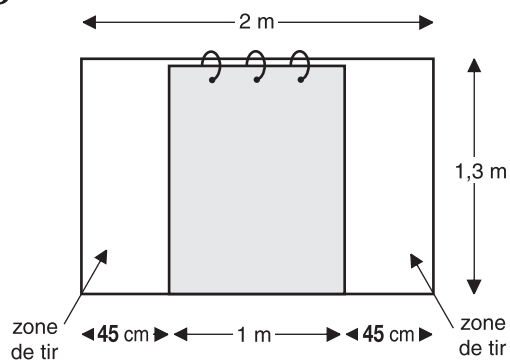
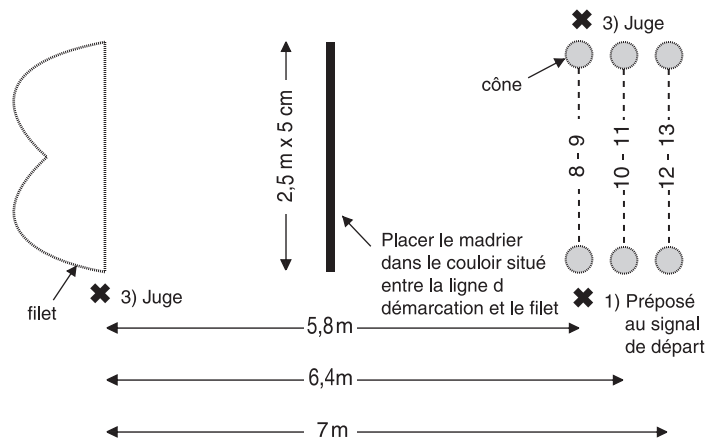


Figure 9



Le préposé au départ a la responsabilité de trier les concurrents, d'expliquer les règlements, de répondre aux questions, de donner le signal de départ aux concurrents et de noter les résultats sur les formulaires d'inscription. Deux juges sont nécessaires, un pour surveiller les lancers ratés et l'autre pour compiler les buts et récupérer les rondelles. S'il y a un grand nombre de participants deux filets seront nécessaires.

Distances des lancers

8-9 ans	6,58 m
10-11 ans	6,4 m
12-13 ans	7 m

Équipement requis

- 1 ou 2 filets
- 5 à 10 rondelles
- 2 cônes

Autre matériel requis

- Un madrier de 2,5 m sur 5 cm - placé à mi-chemin entre la ligne de démarcation et le filet
- Un panneau de bois stratifié de 2 cm - couvrant le centre du filet laissant 45 cm de chaque côté
- Un filet de hockey

Patinage

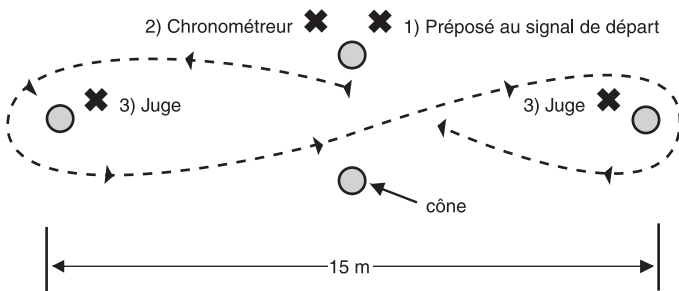
On accorde 45 secondes aux concurrents pour patiner autour de deux cônes en se déplaçant en forme de 8 (voir figure 10). Cinq points seront accordés à chaque fois que le concurrent contourne un cône sans commettre d'erreur. Si le concurrent déplace ou heurte ou renverse un cône, aucun point ne lui sera alors accordé.

Le préposé au départ a la responsabilité de trier les concurrents, d'expliquer les règlements, de répondre aux questions, de donner le signal de départ aux concurrents et de noter les résultats sur les formulaires d'inscription. Le chronométreur actionne le chronomètre dès que le préposé au départ donne le signal. Il devra crier « terminé » dès que les 45 secondes allouées seront écoulées. Les juges comptabiliseront le nombre de tours exécutés sans faute et remettront les cônes en place si nécessaire.

Matériel requis

- 4 cônes
- 1 chronomètre

Figure 10



Si possible, utiliser les cercles de mise en jeu situés aux extrémités de la glace.

Le maniement du bâton

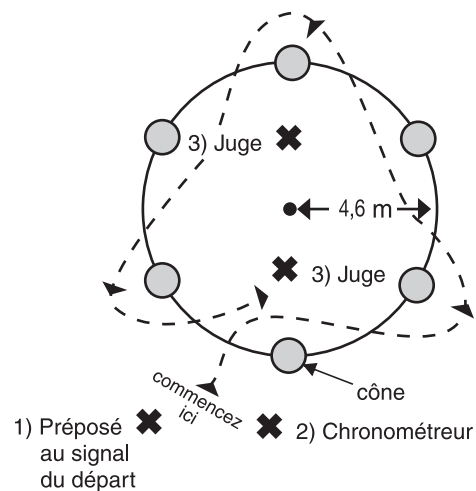
Les participants devront démontrer leur habileté dans le maniement de bâton en manoeuvrant autour de six cônes formant un cercle de 9 m de diamètre. Les participants disposent de 40 secondes pour contourner autant de cônes que possible tout en gardant le contrôle de la rondelle. Les participants ainsi que la rondelle doivent passer du bon côté des cônes (voir figure 11). Pour chaque cône contourné avec succès, deux points seront alloués. Si un participant heurte ou déplace un cône à l'extérieur du cercle, aucun point ne sera accordé pour ce cône.

Le préposé au départ a la responsabilité de trier les concurrents, d'expliquer les règlements, de répondre aux questions, de donner le signal de départ aux concurrents et de noter les résultats sur les formulaires d'inscription. Le chronométreur actionne le chronomètre dès que le préposé au départ donne le signal. Il devra crier « terminé » dès que les quarante secondes allouées seront écoulées. Vous avez besoin de deux juges. Le premier pour compiler le nombre de cônes contournés avec succès et l'autre pour signaler qu'un concurrent ou la rondelle est passé(e) du mauvais côté du cône. Les juges devront remettre en place les cônes renversés si nécessaire.

Matériel requis :

- 2 rondelles
- 1 chronomètre
- 6 cônes

Figure 11



Compétitions d'adresse au soccer :

Dribble (voir figure 12)

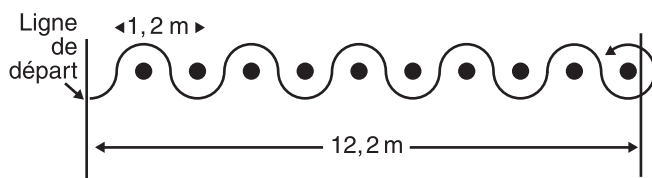
On allouera 10 secondes à chaque concurrent pour dribbler avec le ballon autour des cônes (voir figure 12). On accordera un point par cône contourné correctement.

Le préposé au signal de départ a la responsabilité de trier les concurrents, d'expliquer les règlements, de donner le signal de départ aux concurrents et de noter les résultats sur les formulaires d'inscription. Le juge se chargera de contrôler la validité de chaque essai effectué par les concurrents et de transmettre le pointage mérité au responsable du pointage. Le chronomètreur chronométrera le concurrent tout au long de chaque essai.

Matériel requis :

- 1 ballon de soccer
- 10 cônes
- 1 chronomètre
- 1 ruban à mesurer

Figure 12



Botté

Les concurrents auront droit à trois bottés en direction du but à partir des aires réservées à cet effet et aux distances déterminées. Les bottés peuvent être effectués avec n'importe lequel des deux pieds. Les points seront accordés en fonction de la précision de chaque botté. Placer les cônes le long de la ligne du but, à 1,2 m des poteaux verticaux de ce dernier (voir figure 13). 10 points seront accordés pour chacun des lancers qui atteindra la cible, c'est-à-dire que le ballon doit pénétrer le filet entre l'un des deux poteaux verticaux et un cône. Aucun point ne sera accordé pour un botté qui entrerait dans le filet mais entre les cônes.

Le préposé au signal de départ a la responsabilité de trier les concurrents, d'expliquer les règlements, de répondre aux questions, de donner le signal de départ aux concurrents et de noter les résultats sur les formulaires d'inscription.

Vous aurez besoin de deux juges. L'un des juges se chargera de contrôler la validité de chaque botté effectué par un concurrent et de récupérer les ballons. L'autre juge se chargera de noter les bottés et de remettre les résultats au préposé au signal de départ.

But

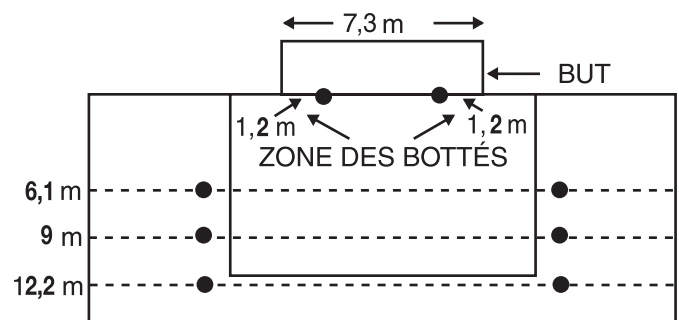
Distance des bottés :

8-9 ans	6,1 m
10-11 ans	9 m
12-13 ans	12,2 m

Matériel requis

- 3 ballons de soccer
- 3 cônes - pour délimiter les distances
- 1 ruban à mesurer

Figure 13



Lancer

Les concurrents pourront lancer à six reprises selon la technique prescrite (les deux pieds sont bien à plat et on tient le ballon avec ses deux mains pour le ramener au-dessus et en arrière de la tête pour le lancer). On accorde cinq points pour chaque lancer qui parcourra ou surpassera la distance prescrite entre les cônes (voir figure 14).

Le préposé au signal de départ a la responsabilité de trier les concurrents, d'expliquer les règlements, de donner le signal de départ aux concurrents et de noter les résultats sur les formulaires d'inscription. Vous aurez besoin de deux juges. L'un se chargera de contrôler la validité de chaque lancer.

L'autre s'assurera que le lancer a atteint la cible et mesurera la distance de ce dernier.

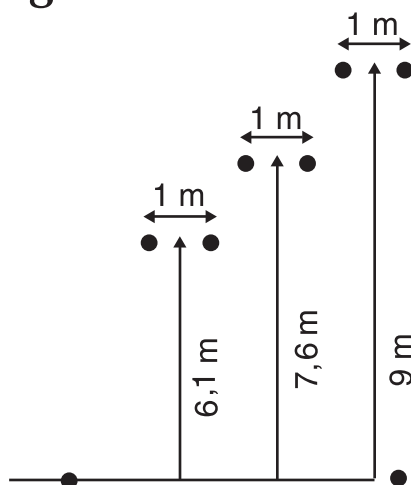
Distance des lancers

8-9 ans	6,1 m
10-11 ans	7,6 m
12-13 ans	9 m

Matériel requis

- 1 ballon de soccer
- 6 cônes
- 1 ruban à mesurer

Figure 14



Pointage

Une fois la compétition terminée, le préposé au départ devra remettre les formulaires d'inscription dûment remplis pour les trois compétitions au marqueur officiel. Ce dernier doit calculer le total des points et les reporter sur la feuille de pointage maîtresse. À l'aide de la feuille de pointage maîtresse, le marqueur officiel devra désigner les gagnants de la première, deuxième et troisième place de chacune des six catégories d'âge. Les résultats seront vérifiés par le président du comité de ces compétitions d'adresse des sports Trois-Étoiles et être tenus secrets jusqu'à la remise des prix.

Remise des prix

La remise des prix doit être le clou de votre événement sportif. Les gagnants de la première, de la deuxième et de la troisième places de chacune des six catégories d'âge doivent recevoir le trophée officiel des compétitions d'adresse des sports Trois-Étoiles. Chaque concurrent doit recevoir un drapeau officiel Trois-Étoiles. Puisque tous les concurrents sont des gagnants et que l'on devrait leur rendre hommage.

Vous trouverez ci-dessous une liste de façons de rendre votre remise de prix vraiment spéciale :

- Inviter une vedette locale du monde du sport pour prononcer quelques mots et remettre les prix
- Donner des prix de présence comme des articles de sport
- Récompenser toute performance exceptionnelle
- Servir des rafraîchissements
- Remercier les parents
- Prendre des photos de groupe

Nettoyer l'emplacement

Lorsqu'on quitte l'emplacement, il doit être aussi propre, sinon plus, que lorsqu'on est arrivé.



Base-ball Trois-Étoiles Optimiste

Formulaire d'inscription et directives

Âge (encercler un choix) 8 9 10 11 12 13

Nom _____ N° de tél. (_____) _____

Adresse _____

Nom de l'école fréquentée _____ Date de naissance _____ / _____ / _____

Quel âge aurez-vous le 15 mars? _____

Autorisation des parents _____ *Les parents sont cordialement invités à cet événement sportif.*
(Signature)

- Les concurrents ne peuvent participer qu'à un seul événement sportif local.
- Les concurrents se mesureront à des concurrents du même âge, selon l'âge au 15 mars.
- Les concurrents peuvent utiliser leur propre bâton de base-ball.
- Les décisions des juges sont irrévocables et sans appel.

Renseignements sur l'événement sportif Emplacement _____

Date _____ / _____ / _____ Heure _____

Course sur les sentiers

Chaque concurrent devra faire le tour des sentiers une fois dans le plus court laps de temps possible. Quatre points sont déduits pour chaque seconde écoulée d'un total de base de 100 points. Trois points seront déduits pour chaque coussin non touché.

Nombre de secondes écoulées = X

100 - (4 X) = pointage

POINTAGE _____

Performance au bâton

Chaque concurrent devra frapper six fois la balle le plus loin possible. Le champ sera marqué d'arcs à différentes distances, dans un ordre croissant

Distance	Points
Raté	0
En-deça du premier arc	2
Entre le premier et le deuxième arc	4
Entre le deuxième et le troisième arc	6
Entre le troisième et le quatrième arc	8
Au-delà du quatrième arc	10

Essais

1	
2	
3	
4	
5	
6	

POINTAGE _____

Lancer

Chaque concurrent doit lancer six fois la balle en direction d'une cible. Cette dernière sera placée à la distance prescrite selon l'âge.

Distance de la cible:

Âge	Mètres
8-9	9 m
10-11	12,2
12-13	15

Pointage

Cible atteinte 8 points
 Aire entourant la cible atteinte 4 points
 Complètement raté 0 points
 Mordre sur la ligne de démarcation . . . 3 points

Essais

1	
2	
3	
4	
5	
6	

POINTAGE _____

TOTAL DES POINTS (les trois compétitions) _____

Prière de photocopier si vous avez besoin d'exemplaires supplémentaires.



Concours de base-ball Trois-Étoiles Optimiste

Feuille de pointage maîtresse

Parrainé par le Club Optimiste _____

Date de l'événement sportif ____/____/____ Groupe d'âge _____

Emplacement _____ Président du comité _____

Concurrent	Aptitudes au bâton	Lancers	Course sur les sentiers	Pointage total	Rang
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
16					
17					
18					
19					
20					

Prière de photocopier si vous avez besoin d'exemplaires supplémentaires.



Basket-ball Trois-Étoiles Optimiste

Formulaire d'inscription et directives

Âge (encercler un choix) 8 9 10 11 12 13

Encerlez un choix Garçon Fille

Nom _____ N° de tél. (_____) _____

Adresse _____

Nom de l'école fréquentée _____ Date de naissance _____ / _____ / _____

Quel âge aurez-vous le 15 mars? _____

Autorisation des parents _____ *Les parents sont cordialement invités à cet événement sportif.*
(Signature)

- Les concurrents ne peuvent prendre part qu'à un seul événement sportif local.
- Les concurrents se mesureront à des concurrents du même âge, selon l'âge au 15 mars.
- Le port d'espadrilles est exigé.
- Les décisions des juges sont irrévocables et sans appel.

Renseignements sur l'événement sportif Emplacement _____

Date _____ / _____ / _____ Heure _____

Dribble

Chaque concurrent dribblera sur un parcours délimité par quatre cônes et reviendra au point de départ le plus rapidement possible. Trois points seront déduits du pointage de base de 75 points pour chaque seconde écoulée. Par exemple, si un concurrent met 20 secondes pour compléter le parcours, son pointage est de 15. $(75 - (3 \times 20) = 15)$

Nombre de secondes écoulées = X

$75 - (3 \times \quad) = \text{pointage}$

POINTAGE _____

Passé

Chaque concurrent aura droit à six essais, trois rebonds et trois passes poussées ou lancées par le dessus de la tête en direction d'une cible, à partir de la distance prescrite. Le concurrent aura le droit à un pas en direction de la ligne de démarcation mais il ne devra pas la mordre.

Distance de la cible

Âge	Mètres
8-9	3,6
10-11	4,6
12-13	5,5

	x = lancer réussi o = lancer manqué				Nombre de lancers réussis
3 passes directes					
3 passes avec rebond					
Nombre total de lancers réussis					

8 points à chaque fois que le cible est atteinte = pointage _____

Lancer au panier

Chaque concurrent aura droit à six lancers, quatre lancers de pénalité à la distance prescrite selon l'âge et deux de n'importe quel endroit à l'extérieur de la bouteille. L'essai est annulé si le concurrent mord sur la ligne de démarcation des lancers de pénalité.

Distance du panier :

Âge	Mètres
8-9	3,4
10-11	4
12-13	4,6

	x = lancer réussi o = lancer manqué				Nombre de lancers réussis
4 lancers de pénalité					
2 autres lancers					
Nombre total de lancers réussis					

10 points pour chaque panier réussi = POINTAGE _____

TOTAL DES POINTS (les trois compétitions) _____

Prière de photocopier si vous avez besoin d'exemplaires supplémentaires.



Concours de basket-ball Trois-Étoiles Optimiste - Feuille de pointage maîtresse

Parrainé par le club Optimiste _____

Date de l'événement sportif ____/____/____ Groupe d'âge _____

Emplacement _____ Président du comité _____

Concurrent	Dribble	Passe	Lancer au panier	Pointage total	Rang
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
16					
17					
18					
19					
20					

Prière de photocopier si vous avez besoin d'exemplaires supplémentaires.



Football Trois-Étoiles Optimiste

Formulaire d'inscription et directives

Âge (encercler un choix) 8 9 10 11 12 13

Nom _____ N° de tél. (_____) _____

Adresse _____

Nom de l'école fréquentée _____ Date de naissance _____ / _____ / _____

Quel âge aurez-vous le 15 mars? _____

Autorisation des parents _____ *Les parents sont cordialement invités à cet événement sportif*
(Signature)

- Les concurrents ne peuvent prendre part qu'à un seul événement sportif local.
- Les concurrents se mesureront à des concurrents du même âge, selon l'âge au 15 mars.
- Les espadrilles à semelle molle et les chaussures de tennis sont permises. Les souliers à crampons d'acier ou non et les chaussures spéciales pour botter le ballon **ne sont** pas autorisés.
- Les décisions des juges sont irrévocables et sans appel.

Renseignements sur l'événement sportif Emplacement _____

Date _____ / _____ / _____ Heure _____

Pointage

Les points seront attribués selon la distance parcourue par le ballon et la précision. Des points de pénalité seront déduits si le concurrent mord sur la ligne de démarcation. Uniquement dans le cas des bottés de placement, les concurrents seront autorisés à mordre sur la ligne de démarcation sans pour autant en être pénalisés.

Distance - déviation = pointage

Passé

Distance	
Moins la déviation	
Moins la pénalité	
Pointage	

Botté de placement

Distance	
Moins la déviation	
Pointage	

Botté de dégagement

Distance	
Moins la déviation	
Moins la pénalité	
Pointage	

TOTAL DES POINTS (les trois compétitions) _____

Prière de photocopier si vous avez besoin d'exemplaires supplémentaires.



Concours de football Trois-Étoiles Optimiste

Feuille de pointage maîtresse

Parrainé par le Club Optimiste _____

Date de l'événement sportif ____/____/____ Groupe d'âge _____

Emplacement _____ Président du comité _____

Concurrent	Passe	Botté de placement	Botté de dégagement	Pointage total	Rang
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
16					
17					
18					
19					
20					

Prière de photocopier si vous avez besoin d'exemplaires supplémentaires.



Hockey Trois-Étoiles Optimiste

Formulaire d'inscription et directives

Âge (encercler un choix) 8 9 10 11 12 13

Nom _____ N° de tél. (_____) _____

Adresse _____

Nom de l'école fréquentée _____ Date de naissance _____ / _____ / _____

Quel âge aurez-vous le 15 mars? _____

Autorisation des parents _____ *Les parents sont cordialement invités à cet événement sportif.*
(Signature)

- Les concurrents ne peuvent prendre part qu'à un seul événement sportif local.
- Les concurrents se mesureront à des concurrents du même âge, selon l'âge au 15 mars.
- Les concurrents doivent apporter leurs bâtons de hockey et leurs patins.
- Les décisions des juges sont irrévocables et sans appel.

Renseignements sur l'événement sportif Emplacement _____
Date _____ / _____ / _____ Heure _____

Lancer

Chaque concurrent aura droit à dix lancers (cinq lancers frappés ou du poignet et cinq lancers du revers) dans un filet dont les dimensions sont réglementaires (ou une reproduction approximative). Les concurrents effectueront les lancers à la distance prescrite selon l'âge.

5 lancers du poignet

Distance du filet :

5 lancers du revers

Âge	Mètres
8-9	5,8
10-11	6,4
12-13	7

Nombre de buts X 5 = pointage _____

Patinage

Chaque concurrent contourne deux cônes le plus grand nombre de fois possibles en 45 secondes.

Nombre de tours complétés autour de chaque cône X 5 points = pontage _____

Maniement du bâton

Chaque concurrent contourne six cônes formant un cercle en manipulant le bâton et la rondelle. Deux points attribués pour chaque cône contourné avec succès par le concurrent et la rondelle en 40 secondes.

Nombre de cônes contournés avec succès X 2 = pointage _____

TOTAL DES POINTS (les trois compétitions) _____

Prière de photocopier si vous avez besoin d'exemplaires supplémentaires.



Concours de hockey Trois-Étoiles Optimiste

Feuille de pointage maîtresse

Parrainé par le Club Optimiste _____

Date de l'événement sportif ____/____/____ Groupe d'âge _____

Emplacement _____ Président du comité _____

Concurrent	Lancers	Patinage	Maniement du bâton	Pointage total	Rang
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
16					
17					
18					
19					
20					

Prière de photocopier si vous avez besoin d'exemplaires supplémentaires.



Soccer Trois-Étoiles Optimiste

Formulaire d'inscription et directives

Âge (encercler un choix) 8 9 10 11 12 13

Nom _____ N° de tél. (_____) _____

Adresse _____

Nom de l'école fréquentée _____ Date de naissance _____ / _____ / _____

Quel âge aurez-vous le 15 mars? _____

Autorisation des parents _____ *Les parents sont cordialement invités à cet événement sportif.*
(Signature)

- Les concurrents ne peuvent prendre part qu'à un seul événement sportif local.
- Les concurrents se mesureront à des concurrents du même âge, selon l'âge au 15 mars.
- Les espadrilles à semelle molle et les chaussures de tennis sont permises. Les souliers à crampons d'acier ou non et les chaussures spéciales pour botter le ballon **ne sont** pas autorisés.
- Les décisions des juges sont irrévocables et sans appel.

Renseignements sur l'événement sportif Emplacement _____

Date _____ / _____ / _____ Heure _____

Dribble

Chaque concurrent aura droit à un essai, soit dribbler en alternance de droite à gauche de 10 cônes situés à 1,2 m l'un de l'autre. Un point sera attribué pour chaque cône contourné avec succès en 10 secondes.

Nombre total de cônes contournés avec succès = pointage _____

Botté

Chaque concurrent devra botter trois fois en direction d'un but modifié.

Premier botté	
Deuxième botté	
Troisième botté	

Nombre de buts X 10 = pointage _____

Lancer

Chaque concurrent a droit à six lancers. Le pointage est attribué selon la distance et la précision. Cinq points sont attribués pour chaque lancer réussi.

Premier lancer	
Deuxième lancer	
Troisième lancer	
Quatrième lancer	
Cinquième lancer	
Sixième lancer	
Total	

Nombre de cônes contournés avec succès X 5 = pointage _____

TOTAL DES POINTS (les trois compétitions) _____

Prière de photocopier si vous avez besoin d'exemplaires supplémentaires.



Concours de soccer Trois-Étoiles Optimiste

Feuille de pointage maîtresse

Parrainé par le Club Optimiste _____

Date de l'événement sportif ____/____/____ Groupe d'âge _____

Emplacement _____ Président du comité _____

Concurrent	Dribble	Botté	Lancer	Pointage total	Rang
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
16					
17					
18					
19					
20					

Prière de photocopier si vous avez besoin d'exemplaires supplémentaires.



Formulaire d'évaluation du programme Respect de la loi

Nom de club _____ Numéro de club _____

Nom de l'activité _____

Résumé des activités

Nombre de membres de club participants _____ Nombre de personnes atteintes _____

Veillez encercler toute autre organisation qui a travaillé avec votre club sur le projet :

École *Groupe jeunesse* *Groupe de citoyens/de bénévoles* *Centre communautaire*
Entreprise locale *Bureau gouvernemental*

Coût lié au parrainage de cette activité _____

Avez-vous obtenu des commandites? *Oui* *Non*

Publicité reçue (encercler toutes les réponses qui s'appliquent) : *Journaux* *Bulletin d'information* *Radio*

Avez-vous recruté de nouveaux membres lors de cette activité? *Oui* *Non*

Votre club parrainera-t-il cette activité une autre fois?

Quelles recommandations proposeriez-vous pour améliorer cette activité?

Merci d'avoir pris le temps de remplir ce formulaire. Ces renseignements sont extrêmement importants.

Veillez nous envoyer le formulaire par la poste à Optimist International, Service des programmes, 4559, boulevard Métropolitain Est, Saint-Léonard (Québec), H1R 1Z4, par télécopieur en composant le (514) 721-1104, ou par courriel à l'adresse service@optimist.org.