

ATHLETISME

Qu'est-ce que l'athlétisme ?

Athlétisme vient du mot grec « athos » qui signifie **combat**. C'est l'art de dépasser les performances des adversaires en vitesse, en hauteur, en endurance ou en distance.

C'est un sport qui comporte plusieurs disciplines regroupées en Courses, Sauts, Lancers, Epreuves combinées et Marche.

Les premières traces de concours athlétiques remontent aux civilisations antiques.



Amphore panathénaïque du peintre Cléophradès – 500av JC – Musée du Louvre

Cite quelques disciplines connues :

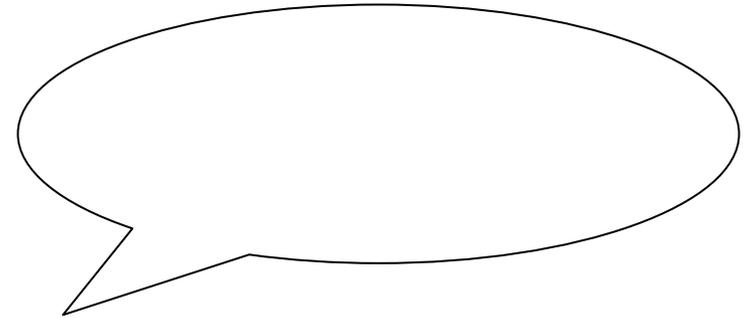
.....
.....

ENDURANCE : Courir 20 min sans arrêt

Mes performances :

dates	Nombre de tours	Nombre d'arrêts

Mon commentaire personnel



Ce que je dois améliorer :

.....
.....

SAUTER HAUT

Mes performances

Dates	Hauteur sautée

Mon commentaire personnel :

.....

Ce que je sais faire	Ce que j'ai du mal à faire

Le p'tit journal du sport!

Je suis journaliste – Je suis journaliste – Je suis journaliste

Le sais-tu ? Le record du monde de saut en hauteur masculin est de 2m45 depuis 1993 et le record féminin est de 2m09 depuis 1987

SAUTER LOIN

Mes performances

Dates	Longueur sautée

Mon commentaire personnel :

.....

Ce que je sais faire	Ce que j'ai du mal à faire

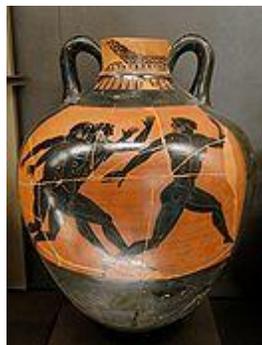
Le p'tit journal du sport!

Je suis journaliste – Je suis journaliste – Je suis journaliste

Le sais-tu ? Le record du monde de saut en longueur masculin est de 8m95 depuis 1991 et le record féminin est de 7m52 depuis 1988

COURIR VITE :

La course de vitesse existe depuis l'antiquité.



Amphore (500 av JC)

Lors des jeux olympiques antiques, les athlètes participaient déjà à des courses de vitesse, notamment le *stadion*, mesurant 192,27m (600 fois la longueur du pied d'Héraclès, fils de Zeus !)

Nous courons le 80m !

Inscris dans ce tableau tes performances :

Tes impressions sur ta première course :

.....
.....
.....
.....



Jesse Owens remporte la finale du 200m aux jeux olympiques de Berlin en 1936.



Départ d'un 100m, homme.

Chaque coureur court dans son couloir. Il est interdit d'en sortir. Leurs pieds sont calés dans des starting blocks.

Le sais-tu ? Le 100m est une course très rapide appelée aussi **le sprint**. Le coureur est donc un **sprinter**.
Record masculin, 2009 (Usain Bolt) : 9s58
Record féminin , 1988 (Florence Griffith-Joyner) : 10s49

Le p'tit journal du sport!

Commente une course !

Je suis journaliste – Je suis journaliste – Je suis journaliste

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

LANCER LOIN

Le principe même du lancer s'inspire du geste ancestral du chasseur.

Le lancer du poids a pour origine la mythologie grecque où des lancers de pierre sont décrits par Homère.

Le lancer du disque est l'épreuve athlétique la mieux décrite par les Grecs. Le « **solos** » était un disque percé d'un trou à travers lequel on passait une corde, alors que le « **diskos** », était plat, en pierre ou en bronze.

Le javelot, instrument de chasse utilisé par les plus anciennes civilisations mais aussi arme employée par de nombreuses armées de l'Antiquité, est à l'origine de la discipline du lancer de javelot.

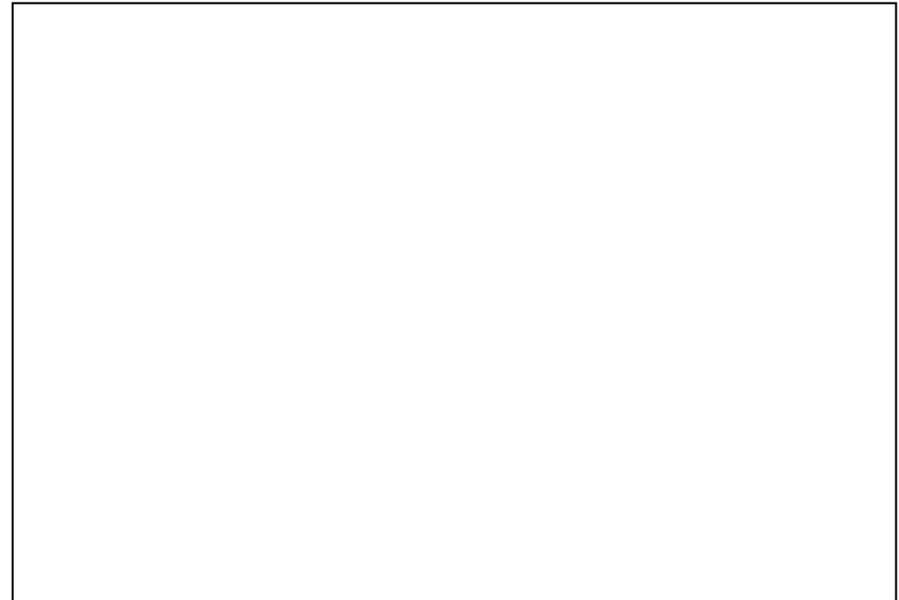
Je lance une balle de tennis le plus loin possible.
Note tes performances

Mon geste :

.....

.....

Je dessine mon lancer et la trajectoire de ma balle!



La balle doit

.....

.....

.....



Lancer du poids- Record masculin : 23m12
Record féminin : 22m63



Lancer du marteau- Record masculin : 86m74
Record féminin : 77m96



Lancer du javelot – Record masculin : 98m48
Record féminin : 72m28