

# L'enfant, un orienteur pas comme les autres



## Recommandations pour l'élaboration de parcours destinés aux enfants

## Table des matières

- 1 Introduction
  - 1.1 Prise de conscience
  - 1.2 Groupe de travail
  - 1.3 Objectifs
- 2 Situation actuelle
  - 2.1 Constat
  - 2.2 Règlementations en vigueur
- 3 Recommandations
  - 3.1 L'enfant, un orienteur pas comme les autres
  - 3.2 Respect de la longueur des circuits
  - 3.3 Elaboration de parcours
  - 3.4 Cartographie et correspondance carte/terrain
  - 3.5 Nombre et fréquences des balises
  - 3.6 Positionnement des balises
  - 3.7 Cheminement
  - 3.8 Définitions de postes
  - 3.9 Accès au départ et retour au centre des courses
  - 3.10 Sécurité et « bien être » sur le circuit
- 4 Superviseur FRSO
- 5 Suite et pas fin
- 6 Remerciements
- 7 Annexes
  - 7.1 Fiche de synthèse : élaboration parcours CO destinés aux enfants
  - 7.2 Fiche de synthèse : conseils spécifiques au parcours Jalonné



## 1 Introduction

### 1.1 Prise de conscience

Trop souvent, il est constaté que les parcours élaborés lors de compétitions régionales et/ou nationales ne correspondent pas aux capacités physiques et techniques de nos plus jeunes. Trop de circuits sont proposés en dépit du bon sens, voire en dépit des réglementations en vigueur.

Le degré maximal de difficultés requis est souvent dépassé.

Il s'ensuit une démotivation qui nuit notamment aux politiques menées dans le cadre de la fidélisation des jeunes.

### 1.2 Groupe de travail

Il a donc été décidé, parallèlement aux autres actions prises par la fédération, de constituer un groupe de travail chargé de repréciser les réglementations en vigueur et d'émettre des recommandations afin de pallier aux manquements constatés.

Dans un deuxième temps, si un mandat lui est confié, ce même groupe s'attellera à faire des propositions d'amendement aux règlements afin de les mettre en phase avec la réalité.

Le groupe de travail est actuellement constitué de Christian CHALON, Véronique GOIRE, Aline HERMANS et Philippe SINAËVE.



## 1.3 Objectifs

L'objectif de ce document est de sensibiliser et apporter une aide à tous ceux qui sont en charge de l'élaboration de parcours destinés aux enfants (parcours jalonné et H/D 10-12).

Des réglementations existent, et même si elles sont perfectibles, il s'agit de les appliquer.

Mais il y a la loi et l'esprit de la loi. Dans tous les cas, le traceur gardera à l'esprit que la CO destinée aux enfants doit rester ludique et surtout accessible. Il faut susciter en eux l'envie de revenir et surtout ne pas les décourager.

En ce qui concerne les enfants, un parcours n'est jamais trop facile.



## 2 Situation actuelle

### 2.1 Constat

Le traceur est souvent un orienteur confirmé qui élabore de superbes parcours en général mais dont les spécificités des circuits « enfants » lui sont moins connues.

Les causes principales sont :

- Qu'il n'est pas formé à cette spécificité (formation Niveau 1 ou encadrement régulier de jeunes).
- Qu'il concentre son énergie sur tous les autres parcours avant de terminer par les « jalonné et H/D 10-12 ».
- Qu'il est difficile de faire abstraction de ses qualités en CO pour se resituer comme « débutant ».

## 2.2 Règlements en vigueur

- Le règlement sportif FRSO prévoit les parcours suivants :
  - Un parcours H10-12 et D10-12 (dit techniquement facile).
    - Parcours 6 pour les régionales d'hivers et les compétitions régionales non challenge été.
    - Parcours 9 pour le challenge été.
    - Parcours F pour les championnats de sprint et de moyenne distance.
  - Un parcours ou activité « jalonné » pour toutes les compétitions FRSO.
  - Ces parcours sont facultatifs pour les organisations suivantes :
    - Ultra longue distance.
    - Championnats de relais.
    - Championnat de nuit.
    - Moïse, mémorial Wagner et trophée oro-hydro.
- Le règlement sportif ABSO prévoit les parcours suivants :
  - Un parcours H/D10 jalonné et H/D12 techniquement facile pour toutes les courses nationales.
  - Un parcours H/D10-12 pour les courses nationales de sprint et de moyenne distance.



### 3 Recommandations

#### 3.1 L'enfant, un orienteur pas comme les autres

- Nous recommandons à chaque traceur de tenir compte des points repris ci-dessous. Ils ne peuvent que contribuer à se mettre « dans la peau » d'un enfant à qui on va demander de s'aventurer dans l'inconnu.

Le groupe de travail est bien conscient que certains de nos jeunes sont beaucoup plus expérimentés et autonomes que la moyenne, mais contrairement aux catégories adultes où l'on se base sur les meilleurs pour déterminer la difficulté proposée, chez les enfants, il est conseillé de se baser sur la moyenne inférieure.

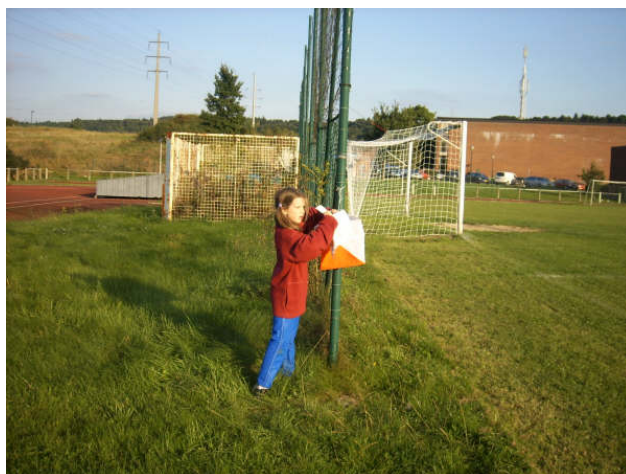
- Spécificités liées à l'enfant.
  - Taille (angle de vue sur le plan vertical limité).
  - Capacité physique et technique relativement faible.
  - Ecart phénoménal dans les aptitudes en fonction de l'âge.
  - Autonomie en milieu inconnu limitée car besoin de réconfort.
  - Concentration qui diminue rapidement car l'envie de jouer et de passer à autre chose reprend vite le dessus.
- Critères de réussite lors des formations et stages.
  - Acquérir une autonomie en milieu inconnu.
  - Décrypter la symbolique de base de la carte (pas le relief, pas certains objets particuliers) et pouvoir la comparer avec le terrain (et vice et versa).
  - Pouvoir se situer sur le terrain par le système de « triangulation » et donc sans boussole.
  - Orientation « spatiale » : carte orientée, ils doivent pouvoir opter pour une direction à prendre.
  - Suivre un cheminement simple : carte orientée - puce sur la carte.
  - Pas d'utilisation de description de postes IOF (tout en français).
  - Acquérir une vitesse d'exécution en intégrant tous ces paramètres.

### 3.2 Respect de la longueur des circuits.

- Les distances prévues pour les parcours sont des maxima.
- La longueur des circuits doit être calculée sur le cheminement réel qu'emprunterait la majorité des enfants et non pas être calculée « ligne rouge ».

### 3.3 Elaboration des parcours.

- Commencez par les parcours enfants, ce sont ceux qui sont les plus contraignants.
- Ces circuits vous imposeront notamment, plus que tout autre, le départ et l'arrivée qui doivent être sur des lignes directrices.
- Ils vous imposeront également la zone générale de course qui doit offrir un maximum de lignes directrices pour élaborer ces circuits.
- Dans le cas où vous ne pouvez pas appliquer ces principes, il faut délocaliser les H/D10 et H/D12 pour pouvoir rencontrer ces critères.
- Si vous estimez ne pas être assez à l'aise pour l'élaboration de ce type de circuit, passez le témoin à un « initié ».



Dans tous les cas, faites contrôler votre travail par le « superviseur » de la fédération.

### 3.4 Cartographie et correspondance carte/terrain

- Optez, si possible, pour des cartes à grande échelle (1/5000 maximum). Elles vous offriront plus de possibilités de pose de postes et vous permettront de réduire la distance des segments.  
Un simple agrandissement d'une 1/10000 existante fera l'affaire si vous y apportez les corrections nécessaires.
- Les zones de départ et d'arrivée doivent être sans ambiguïté.
- Les corrections sur le terrain doivent être reportées directement sur la carte du concurrent et pas uniquement sur la carte mère.
- Les zones où il subsiste des doutes doivent être balisées.
- Prenez conscience des spécificités des cartes « zones boisées » et « zones bâties ». La manière d'y aborder les difficultés est différente.

### 3.5 Nombre et fréquences des balises

Le souci général du traceur est de limiter le nombre de balises à poser, oubliez ce principe pour les enfants.

L'activité doit rester ludique (chasse au trésor) et tenir compte du niveau de concentration des enfants.

La norme 1 poste toutes les 5min pour les adultes doit être ramenée ici à 1 poste toutes les 3 à 4min.

Ceci correspondra en moyenne à 1 poste tous les 250m, sans dépasser la limite de 400m.

### 3.6 Positionnement des balises

- Ils ne doivent pas nécessairement avoir « leurs balises propres », mais si votre parcours est bien fait, vous verrez que vous n'en utiliserez pas beaucoup pour les autres concurrents.
- Pour le jalonné les H/D 10, les balises sont placées sur les lignes





directrices (Objet IOF).

- Pour les H/D 12, les balises sont placées hors lignes directrices, à maximum 25m de celles-ci et un point d'attaque sur la ligne directrice doit permettre d'y accéder.
- Placer une balise aux changements de direction qui ne sont pas évidents. Cette balise forcera l'enfant à s'arrêter et à se réorienter.
- Remarque :  
Le règlement ABSO exige un poinçonnage électronique (EMIT), la FRSO suggère un poinçonnage manuel.

### 3.7 Cheminements

- Parcours H/D 10 et 12
  - Tous les cheminements doivent pouvoir être réalisés sur lignes directrices.
  - Le niveau technique sera déterminé par les différents choix de cheminements et la possibilité « de couper à travers tout ».
  - Si un segment ne peut se faire sur ligne directrice (zone inadaptée, trop technique, inévitable), le jalonner en continu sur le terrain et l'indiquer sur la carte.
- Jalonné
  - Les principes repris ci-dessus sont également de stricte application.
  - Le circuit est matérialisé par une ligne rouge discontinue sur la carte et des jalons sur le terrain. Les deux doivent évidemment être en concordance.
  - La ligne rouge sur la carte ne peut masquer les détails de celle-ci.
  - Les jalons doivent être facilement identifiables, identiques sur l'ensemble du parcours et placés visiblement. Ils ne doivent pas être trop espacés, d'un jalon, l'enfant doit au moins voir le jalon suivant.
  - Le traceur n'est pas tenu de proposer le « cheminement idéal » mais doit calculer la distance de son circuit sur base de la ligne rouge (rappel).



### 3.8 Définitions de postes

- Les définitions IOF doivent être « traduites » également en français (...dans la langue maternelle pour les nationales...). Cette fonctionnalité existe dans Ocad.
- Utiliser un vocabulaire adapté aux enfants (trou en forme de cuvette, arbre remarquable « sapin », etc.).  
Il y a peu de chance que réentrant, dalot, sente, hallier appartiennent à son vocabulaire.

### 3.9 Accès au départ et retour au centre des courses

- Si la distance « secrétariat - départ » et/ou « arrivée - secrétariat » dépasse les 500m, prévoir une navette.  
Cette navette sera également appréciée par nos « plus » aînés.
- Choisir éventuellement une autre zone de course, plus proche du secrétariat.

### 3.10 Sécurité et « bien être » sur le parcours

Les parcours destinés aux enfants doivent absolument éviter les zones dangereuses et les zones « d'inconfort » telles que :

- La proximité et traversées de routes ou de voies de chemin de fer (non-désaffectée).
- Les zones où les appuis sont moins fermes (chablis, pierriers, végétation saisonnière).
- Les carrières, marais, zones humides, ruines, etc.
- Les ruisseaux, ravins, ronces (ce qui s'enjambe facilement pour un adulte n'est pas le cas pour un enfant)



**Danger**

Le terme « inconfort » peut prêter à sourire, mais placer les enfants dans des situations où ils pataugent (parfois accompagnés de parents non orienteurs) dans des massifs de ronces ou des marais, ne les incitera sûrement pas à revenir.

## 4 Superviseur FRSO

La fédération a désigné Stéphane DMYTERKO comme « superviseur » pour les parcours enfants.

Il est en charge de prendre contact avec les clubs organisateurs pour « canaliser » le niveau de difficulté et le respect des réglementations en vigueur.

Nous recommandons que cette action soit proactive et que le traceur soumette d'initiative ses parcours à Stéphane.

DMYTERKO Stéphane

Rue Crèvecoeur 4

B-4659 HERVE

087/678680 et 0479/795304

[herv@swing.be](mailto:herv@swing.be)

## 5 Suite et pas fin

Comme nous l'avons mentionné en début de document, ce sujet mérite que l'on ne s'arrête pas en si bon chemin.

Dans l'urgence, nous avons tenu à faire part de nos recommandations pour l'élaboration de ces circuits spécifiques.

Nous nous sommes rendus rapidement compte que ceci sera insuffisant et que la démarche initiée ne devait pas en rester là.

Une adaptation des réglementations tant fédérales que nationales devrait être entamée.

Nous avons l'intention, si mandat nous est donné, de proposer des modifications aux règlements sportifs pour l'adapter aux conclusions de nos réflexions.

Il appartiendra aux assemblées générales (FRSO-ABSO) d'accepter ou non ces propositions.



## 6 Remerciements

Nous tenons à remercier les personnes suivantes pour leur contribution à l'élaboration de ce GUIDE

- Stefan Thiels pour son aimable autorisation d'utiliser les données de son article « 10 tips voor een goede omloop »
- Alain Vandercammen pour la mise à disposition de ses notes de cours traitant de l'initiation à la CO.
- Tous ceux qui en ont déjà fait lecture et qui nous ont encouragés.



## FICHE DE SYNTHÈSE 1

### Elaboration de parcours CO destinés aux enfants

- ☺ Commencez vos parcours avec les circuits enfants
- ☺ Vérifiez la concordance terrain et carte
- ☺ Respectez la longueur maximale prévue des parcours (cheminement réel)
- ☺ Maximum 500m de cheminement vers le départ, sinon prévoir une navette
- ☺ Définition des postes « en clair »
- ☺ Un minimum de 10 postes. (1 poste toutes les 3 minutes ou 250m)
- ☺ Les cheminements sont des lignes directrices faciles et évidentes
- ☺ Maximum 400 m pour la longueur des segments
- ☺ Si zone peu claire inévitable, jalonnez en continu
- ☺ Evitez les zones dangereuses et de faire « patauger » par plaisir
- ☺ Imprimer les cartes à une échelle supérieure (1/5000, 1/2500)
- ☺ **Un parcours enfant n'est JAMAIS assez facile**

## FICHE DE SYNTHÈSE 2

### Conseils spécifiques au parcours Jalonné

- ☺ La longueur du parcours jalonné (en suivant les jalons) doit être de 2 à max 3 kms
- ☺ Le parcours doit être entièrement jalonné, avec des jalons facilement identifiables et identiques tout le long du parcours.
- ☺ Le parcours jalonné comprend des détours par rapport au cheminement 'idéal'.



- ☺ Le cheminement jalonné est matérialisé sur la carte par une ligne rouge discontinue et doit être en concordance avec le jalonnage placé sur le terrain.
- ☺ Le cheminement jalonné doit suivre des lignes directrices.
- ☺ Placez les jalons dans le sens inverse à celui du parcours  
(Ce placement 'à contre courant' permet de vérifier que depuis chaque jalon placé, le jalon suivant est visible !)