



# REGLEMENT DU CROSS

1. Présentation du cross :.....	2
2. Objectifs : .....	2
3. Accueil des élèves de 6 <sup>e</sup> et 5 <sup>e</sup> : .....	2
4. Accueil des élèves de 4 <sup>e</sup> et 3 <sup>e</sup> : .....	3
5. Horaires des courses : .....	3
6. Distance des courses:.....	3
7. Chronométrage : .....	3
8. Notation : .....	4
9. Attitude des élèves :.....	4
10. Attitude des coureurs :.....	4
11. Incident sur la course : .....	4
12. Responsabilité : .....	4
13. Collation : .....	5
14. Les signaleurs : .....	5

## 1. Présentation du cross :

L'équipe EPS organise cette année encore un cross destiné à **TOUS** les élèves du collège. Il s'inscrit dans la continuité des apprentissages sportifs. A ce titre, il est **OBLIGATOIRE**. Seuls les élèves ayant fourni un certificat médical seront dispensés de pratique.

En fonction du niveau de classe, les élèves auront une distance de course à parcourir adaptée à leurs possibilités.

## 2. Objectifs :

- En 6<sup>e</sup> : entrer dans la continuité des apprentissages du cycle de demi-fond. L'objectif est de réinvestir les acquis du cycle sur une course longue (gérer son effort, placer sa respiration, adapter sa foulée, se dépasser).
- En 5<sup>e</sup> : développer l'EPI « corps, santé, bien être et sécurité ». En exploitant les compétences déjà acquises en 6<sup>e</sup>, approfondir les principes de course afin de pouvoir les réinvestir dans un objectif d'entretien de son corps et de sa santé.
- En 4<sup>e</sup> / 3<sup>e</sup> : lutter contre la sédentarité. L'objectif est que l'élève continue de développer les caractéristiques nécessaires à la réussite de la course telles que la persévérance, la gestion de l'effort, la connaissance de soi et de ses capacités. Prendre goût à l'effort afin de pouvoir pratiquer en autonomie dans la vie quotidienne.

## 3. Accueil des élèves de 6<sup>e</sup> et 5<sup>e</sup> :

**Les élèves de 6<sup>e</sup> et 5<sup>e</sup> doivent être présents dans leurs cours habituels de 8h30 à 11h30.** Les cours sont banalisés à partir de 11h30 (pas de cours l'après-midi). Les demi-pensionnaires auront accès à la cantine à 11h30.

Les élèves se présenteront au portillon de la cours menant au stade à 13h00 (aucun retard ne pourra être accepté puisque nous quitterons le collège à 13h00 pour se rendre au stade) et seront emmenés par les enseignants pour débiter leur course.

Les filles seront appelées sur la ligne de départ à 13h20 pour un départ de course à 13h30.

Les garçons seront appelés sur la ligne de départ à 14h00 pour un départ de course à 14h10.

A la fin de leur course, les élèves rendront leur dossard et prendront leur collation avant de rejoindre la zone spectateur.

Tous les élèves de 6<sup>e</sup> et 5<sup>e</sup> seront libérés directement du stade Leduc à 15h00.

#### 4. Accueil des élèves de 4<sup>e</sup> et 3<sup>e</sup> :

**Les élèves de 4<sup>e</sup> et 3<sup>e</sup> doivent être présents dans leurs cours habituels de 8h30 à 11h30**, les cours sont banalisés à partir de 11h30 (sauf exception pour certaines classes, en fonction de leurs enseignants qui peuvent poursuivre les cours jusqu'à 12h30). Pas de cours l'après-midi. Les demi-pensionnaires auront accès à la cantine à 12h30.

Les élèves se présenteront au portillon de la cours menant au stade à 14h00 (aucun retard ne pourra être accepté puisque nous quitterons le collège à 14h00 pour se rendre au stade) et seront emmenés par les enseignants et les assistants d'éducation pour débiter leur course.

Les filles seront appelées sur la ligne de départ à 14h30 pour un départ de course à 14h40.

Les garçons seront appelés sur la ligne de départ à 15h00 pour un départ de course à 15h10.

A la fin de leur course, les élèves rendront leur dossard et prendront leur collation avant de rejoindre la zone spectateur.

Tous les élèves de 4<sup>e</sup> et 3<sup>e</sup> seront libérés directement du stade Leduc à 16h00.

#### 5. Horaires des courses :

- 6<sup>e</sup> / 5<sup>e</sup> filles : 13h30
- 6<sup>e</sup> / 5<sup>e</sup> garçons : 14h10
- 4<sup>e</sup> / 3<sup>e</sup> filles : 14h40
- 4<sup>e</sup> / 3<sup>e</sup> garçons : 15h10

La durée maximale estimée de chaque course est de 30 minutes.

#### 6. Distance des courses:

- 6<sup>e</sup> / 5<sup>e</sup> filles : 1 740 mètres
- 6<sup>e</sup> / 5<sup>e</sup> garçons : 1 740 mètres
- 4<sup>e</sup> / 3<sup>e</sup> filles : 2 390 mètres
- 4<sup>e</sup> / 3<sup>e</sup> garçons : 3 145 mètres

#### 7. Chronométrage :

- chaque élève sera chronométré de façon individuelle.
- un classement individuel sera établi pour chaque course.
- un classement par classe sera également établi en calculant le temps moyens de tous les coureurs d'une classe.

## 8. Notation :

- tous les élèves se verront attribuer une note sur 20, comptant dans la moyenne de l'EPS.
- chaque élève ayant terminé la course aura au minimum 10/20, les 10 points restant seront attribués en fonction du temps mis pour réaliser la course.
- **un élève ayant fourni une dispense de pratique par certificat médicale sera dispensé de course et exempté de note. En revanche un élève absent, ou refusant de courir pour des raisons non justifiées par certificat médical, se verra attribuer la note de 0/20.**

## 9. Attitude des élèves :

Tout élève est tenu de respecter les règles s'appliquant dans le cadre des déplacements lors d'un cours d'EPS, des cours quels qu'ils soient ou d'une sortie scolaire, tout comme le règlement intérieur du collège.

Tout élève pris en défaut se verra appliquer les sanctions prévues dans le règlement intérieur du collège.

## 10. Attitude des coureurs :

Tous les élèves doivent respecter les autres coureurs ainsi que les personnels encadrant les courses et les spectateurs.

Tout élève pris en délit de triche ou de gêne volontaire des autres coureurs, sera disqualifié et sanctionné selon les modalités du règlement intérieur du collège et bénéficiera de la note de 0/20.

## 11. Incident sur la course :

Si un incident (médical, violence, ...) intervient sur des élèves participants à la course, prévenir immédiatement les organisateurs, ou à défaut le collège, afin de faire intervenir immédiatement les secouristes, l'infirmière du collège, les collègues titulaire du PSC 1.

## 12. Responsabilité :

L'établissement ne peut être responsable des personnes et des élèves ne faisant pas partie de l'établissement ou n'ayant pas répondu à l'appel.

Un élève quittant l'établissement, sans autorisation, dans les horaires précisés ci-dessus, n'est plus sous la responsabilité de l'établissement.

### 13. Collation :

A l'arrivée de chaque course, chaque élève recevra une collation (exemple : jus de fruits et gâteau) et aura accès au point d'eau située juste à côté du terrain de football.

### 14. Les signaleurs :

Les signaleurs sont des personnels de l'établissement. Ils sont chargés de signaler la présence de cette manifestation sportive. Au moment du passage des coureurs, ils devront avertir et arrêter les passants le temps de la course.