



Le cross du collège 2022 : Informations 6è-5è-4è-3è

Le cross du collège aura lieu le **mercredi 19 octobre de 8h30 à 12h** pour les classes de CM2, 6èmes, 5èmes, 4èmes et 3èmes.

Objectifs :

Il s'agit d'un temps fort dans la vie du collège, regroupant une grande partie de l'équipe éducative ainsi que tous les élèves, qu'ils soient coureurs, spectateurs ou organisateurs (pour les dispensés).

Cette épreuve de course fait partie intégrante de l'activité demi-fond, pratiquée de la 5ème à la 3ème. Celle-ci est axée prioritairement sur l'amélioration de la capacité à gérer un effort soutenu sur une courte distance : 850m (CM2-6è), 1400m (5è, 4è et 3è).

Bien que le demi-fond ne soit pas programmé en 6ème, les élèves ont pratiqué la course en primaire et pratiquent tout de même en EPS des activités à base de course, telles que la course d'orientation ou le combiné athlétique...

Ainsi, le cross sera pour eux un prolongement de ce qu'ils connaissent déjà et aussi l'occasion de participer avec tous les autres élèves, dans une ambiance conviviale, sur un parcours adapté à leurs capacités : parcours de 850m sur le stade.

Dans cette optique, le cross est donc obligatoire, d'autant qu'il aura lieu sur une matinée scolaire. Les élèves devront apporter une tenue adéquate comme ils le font d'habitude et seul un certificat médical pourra justifier d'une inaptitude à la course à pied. Dans ce cas, les élèves ne pouvant courir seront sollicités pour tenir d'autres rôles relatifs à l'organisation de cet événement, en plus d'encourager et supporter leur classe.

Organisation générale (horaires prévisionnels) :

- Courses CM2 – 6èmes : 9h15-9h30
- Courses 5èmes : 9h45-10h
- Remises de récompenses CM2-6èmes : 10h-10h15
- Courses 4èmes : 10h15-10h30

Pause pour que tous les élèves soient changés et prêts pour supporter les classes de 3èmes.

- Courses 3èmes : 11h - 11h15

L'organisation sera expliquée en détails aux élèves avant le jour du cross et affichée sur un panneau dans la cour du collège.

Les élèves devront apporter :

- une tenue de sport avec change complet ;
- de quoi manger si le petit déjeuner n'a pas été pris avant de partir ;
- une gourde ;
- un vêtement de pluie et/ou vêtement chaud selon les conditions météo prévues.

Après avoir couru, les élèves se changent et deviennent ensuite spectateurs pour encourager les autres niveaux de classe.

Un goûter avec boisson leur sera offert à la fin de la course, **ce qui ne remplace pas le petit déjeuner, primordial avant une épreuve sportive (pain, céréales, laitage, confiture, fruits...).**

En cas de météo défavorable le cross pourra être annulé et les cours seront alors maintenus selon l'emploi du temps habituel des élèves. Ils seront prévenus le lundi précédent l'évènement.

