

Règlement intérieur en EPS

29

■ Le matériel pour bien pratiquer

La leçon d'EPS se prépare la veille. Un petit coup d'œil à la météo permet d'éviter quelques déconvenues. Même en cas de temps pluvieux, température basse... le cours aura lieu. Il est donc nécessaire de **prévoir une tenue adaptée** en fonction du temps (Kway, polaire ...)

Pour des raisons d'hygiène et de santé, **une tenue différente et propre pour pratiquer est obligatoire** :

- un pantalon de sport ou legging
- un short (facultatif /par beau temps)
- un tee-shirt
- des chaussettes
- un sweat pour se couvrir
- une paire de chaussures de sport flexible et légère pour des meilleurs appuis et protéger tes articulations lors des activités extérieures. Tes lacets seront impérativement serrés et attachés.
- des élastiques si tu as les cheveux longs ou mi-longs : ils devront être attachés pendant toute la durée du cours.

Attention certaines activités exigent un **équipement spécifique** : **la natation** nécessite un maillot de bain, un bonnet de bain et des lunettes de piscine (pas de masque) ; **la course d'orientation** demande de porter des vêtements longs (afin de se protéger d'éventuelles tiques) et d'une montre ; le canoë-kayak nécessite une vieille paire de chaussures fermées et un tee-shirt en lycra ; **les sports dans les salles municipales** (basket, handball, volley, badminton) devront obligatoirement se pratiquer avec **une paire de chaussures propres à semelles claires** pour ne pas marquer le sol. *(Si tu as cette possibilité d'une 2^{ème} paire (facultatif) alors demande qu'elle soit adaptée aux sports collectifs et/ou de raquettes : avec un bon amorti et stables pour les changements de directions)*

Pour chaque séance, nous te demandons de te munir d'un stylo (noir/bleu) pour les observations et évaluations ainsi que de ton carnet de bord (à présenter au début de chaque cours)

Nous te conseillons également d'apporter une **petite bouteille d'eau pour t'hydrater en cours.**

Enfin pour finir, n'oublie pas de **manger le matin** où tu as cours d'EPS pour éviter toute « défaillance » pendant l'effort (hypoglycémie, crampes, vertiges...).

Et rappelle toi ceci : une **bonne nuit de sommeil** permet d'être en forme le lendemain !

■ La dispense EPS

« Tout élève dispensé (avec un mot parental ou un certificat médical) se doit d'être présent en cours d'EPS (obligation académique). L'élève sera évalué sur les compétences méthodologiques et sociales de l'EPS. Le mot ou le certificat sera présenté en début de cours au professeur d'EPS.

En fonction de la dispense l'enseignant envisagera l'aménagement du cours pour l'élève. L'élève dispensé devra donc apporter ses affaires d'EPS afin d'avoir une tenue appropriée (chaussures propres pour l'accès aux salles, vêtements de pluie ...)

Dans le cas d'un cours à l'extérieur de l'établissement et/ou d'une impossibilité pour l'élève de se déplacer, l'enseignant pourra l'autoriser à ne pas assister au cours.

Enfin, nous vous remercions par avance de ne pas prendre systématiquement les rendez-vous médicaux de vos enfants sur les créneaux EPS. Merci de votre compréhension »

Règlement intérieur en EPS

30

■ Les règles à respecter

- Lorsque le cours commence, c'est à dire dès la sonnerie et jusqu'à la fin du cours (sonnerie), tu as pour **interdiction d'aller sur la cour même si tu es prêt !** De même, il est interdit de partir des salles de sport sans être accompagné par ton professeur ; tu dois donc attendre son accord pour partir avec tout le groupe.

Bien entendu, tu prendras tes précautions pour passer aux toilettes sur les temps de récréations ou avant le début du cours.

Nous rappelons qu'un cours d'EPS commence dès que tu es avec ton professeur, c'est-à-dire que les temps de vestiaires et les trajets pour se rendre sur une installation ou un site à l'extérieur du collège (course d'orientation, base de kayak ...) font également partie du cours.

- **Les déodorants spray ne sont pas autorisés** car certains élèves sont fragiles sur le plan pulmonaire et inhaler un spray dans un milieu clos comme un vestiaire peut-être dangereux pour leur santé .

Nous te demandons donc d'utiliser un déodorant «boule»

- **Le chewing gum est proscrit en EPS** afin que tu ne l'avales pas (de travers) en courant ou que tu le jettes par terre et que quelqu'un marche dessus, **de même il est interdit de cracher par terre.**

- Pour les activités pratiquées sur le terrain de foot, tu ne pourras pas utiliser des chaussures moulées ou des crampons. En effet, tous les élèves n'en possèdent pas et cela crée un déséquilibre. De plus, nous tenons à préserver notre terrain de sport. Pour ta sécurité il est aussi **interdit de se suspendre aux buts de foot**

-Enfin, **le téléphone portable et les objets de valeurs sont interdits en EPS.** Organise-toi pour les laisser dans ton casier avant le début du cours.

Attention : nous attirons ton attention sur le fait que tu peux être poursuivi pénalement si tu prends en photo ou si tu filmes des élèves et/ou des adultes sans leur accord et que tu diffuses ces images sur les réseaux sociaux.

C'est strictement interdit et illégal !

Parce que si toi ça t'amuse, celui qui subit cette «attaque» souffre énormément. Cela s'appelle du **harcèlement scolaire.** N'oublie jamais que tu ne dois pas faire subir à l'autre ce que tu ne voudrais pas subir toi même !

Le non-respect de ces règles entrainera systématiquement des sanctions.

Pour le bon déroulement des cours et le bien être de chacun

Les professeurs d'EPS

Lu et signé le :

Signature de l'élève

Signatures des parents