



## Cross départemental et parcours santé

### Matinée « Sans tabac »

17 octobre 2020

|   |  |
|---|--|
| <b>Visée</b>                            | Le cross départemental 1 <sup>er</sup> degré est un incontournable de la fin de première période d'année scolaire. C'est un rassemblement sportif et familial qui vient clore, pour la majorité des élèves, un cycle d'endurance réalisé en classe. Depuis trois ans, c'est également l'occasion pour tous les accompagnateurs (enseignants, parents, frères et sœurs, amis, ..) qui le souhaitent, de réaliser une activité de marche ou de course à pied durant 10 minutes, pour le simple plaisir de pratiquer ensemble ! Enfin, c'est aussi l'occasion de sensibiliser les élèves à l'importance du souffle, et par conséquent aux dangers du tabac.   |
| <b>Mots-clés</b>                        | Endurance – activité physique – santé – convivialité   |
| <b>Principe</b>                         | <p>En classe, en amont ou en aval de la matinée :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input checked="" type="checkbox"/> <b>Un cycle d'endurance en période 1</b></li> <li><input checked="" type="checkbox"/> <b>Animation en classe par « La Ligue contre le cancer »</b></li> </ul> <p>Un samedi matin</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input checked="" type="checkbox"/> <b>Cross</b> : 4 Courses d'endurance sur une distance donnée pour les élèves de CM1 et de CM2 (garçons et filles nés en 2010 et 2011 principalement)</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> <b>Parcours santé</b> : Course à pied ou marche durant un temps donné (10 minutes), seul ou à plusieurs, en famille</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> <b>Atelier de sensibilisation animé par « La Ligue contre le cancer »</b></li> </ul> |
| <b>Public concerné</b>                  | <p>Elèves de CM1 et de CM2 pour les courses d'endurance</p> <p>Accompagnateurs adultes et enfants de plus de 6 ans pour le parcours santé</p>  |
| <b>Date</b>                             | <b>Samedi 17 octobre 2020 - matin</b>  |
| <b>Lieu</b>                             | Hippodrome de Notre Dame de Monts/St Jean de Monts   |
| <b>Objectifs</b>                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>➔ Pratiquer un cycle d'endurance en classe en vue de participer au cross</li> <li>➔ Sensibiliser les élèves à l'importance du souffle</li> <li>➔ Vivre un moment sportif, familial et convivial</li> </ul>  |
| <b>Organisation</b>                     | <p>UGSEL Vendée et le réseau « écoles-collège » de St Jean de Monts</p> <p>Partenaires : club local d'athlétisme et « la Ligue contre le cancer »</p>  |
| <b>Accompagnement de l'UGSEL Vendée</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li><input checked="" type="checkbox"/> Organisation des inscriptions</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> Mise à disposition de ressources pédagogiques <ul style="list-style-type: none"> <li>- Pour un cycle d'endurance</li> <li>- Pour la sensibilisation au souffle « le souffle c'est la vie »</li> </ul> </li> </ul>  |
| <b>Inscription</b>                      | <b>Modalités communiquées courant septembre 2020</b>   |

**ÉDUQUER... TOUT UN SPORT !**