

Les règles d'or en E.P.S.

■ Règles de ponctualité et d'assiduité

- La présence en cours d'EPS est obligatoire.
- Les élèves ne peuvent être dispensés d'EPS que sur avis du médecin traitant qui fournira un certificat médical.
- L'inaptitude temporaire d'activités sportives n'exclut pas la présence en cours d'E.P.S. et une participation active autre que motrice (observations, arbitrage, ...).
- Dans le cas où je n'ai pas de certificat médical mais un mot des parents dans mon carnet, j'apporte ma tenue car c'est l'enseignant qui décidera si je pratique ou non.
- Dans les vestiaires je dispose de 7 minutes maximum pour me mettre en tenue et également de 7 minutes maximum pour me changer après ma leçon d'EPS.

■ Règles d'hygiène

- Je possède ma tenue d'EPS à chaque leçon, une tenue adaptée à l'activité et à la météo. Attention beaucoup d'activités se feront à l'extérieur. Soyez vigilant d'adapter votre tenue aux conditions météorologiques.
- Je possède des chaussures de sport différentes de celles portées en journée, dont les lacets sont noués.
- Si j'oublie ma tenue sportive, je suis obligé de pratiquer avec ma tenue de ville (à l'appréciation du professeur d'EPS) ou avec une tenue prêtée.
- Je prends mes précautions pour passer aux toilettes au collège avant de partir en EPS pour utiliser le moins possible les sanitaires des installations municipales.

■ Règles de sécurité

- Pendant les déplacements, je reste en binôme sur le trottoir, je suis le groupe classe, je ne sonne pas aux portes.
- Le déodorant vaporisateur, le téléphone portable, le matériel audio sont interdits dans les vestiaires, lors des déplacements (vers le gymnase, le stade...) et pendant la séance.
- La nourriture, les boissons autres que l'eau, le chewing-gum sont interdits pendant les déplacements, dans les vestiaires et pendant la séance.
- J'enlève tous mes bijoux pour pratiquer (montre, bague, bracelet, collier, boucles d'oreilles).
- J'attache mes cheveux longs.
- Je n'utilise pas le matériel à la sortie des vestiaires (en début ou en fin de séance).
- Je ne commence pas une activité sans l'autorisation du professeur.
- Je ne tente pas d'exercices « risqués » sans l'autorisation et la présence du professeur.

■ Règles de vie en groupe

- Je participe au transport du matériel, à son installation ainsi qu'à son ramassage.
- Je respecte le professeur et les consignes (silence lors de la prise de parole, ...)
- Je respecte les partenaires et adversaires (pas de gestes violents, pas d'insultes, ...)
- Pas de jeux dangereux (se pousser, faire des croches pieds...)
- Le matériel prêté doit rester en état. Toute détérioration de matériel sera réparée ou rachetée par l'élève lui-même.
- J'aide un camarade en difficulté.

■ Recommandations

- Gourde ou bouteille d'eau individuelle **obligatoire**.
- J'ai pris un solide petit déjeuner et/ou déjeuner.

Signature de l'élève précédée de
« Lu et approuvé »

Signature des responsables légaux
précédée de « Lu et approuvé »