

# Challenge Académique

## « Bouge... une priorité pour ta santé »

### Casteljaloux – Lac de Clarens



**bouge...**  
une priorité pour ta santé!

**14**  
**Juin**  
**2016**



**CONDITION DE PARTICIPATION** : ouvert uniquement aux classes des collèges engagés dans le programme "Bouge...". Tous les participants seront couverts par l'UNSS (licence promotionnelle).

**Chaque élève doit être en possession de son attestation de savoir nager (Attestation en Annexe)**

**ENGAGEMENT** au moyen du fichier EXCEL transmis qui permettra de constituer les équipes à retourner pour **le 9 Mai** délai de rigueur à :

[sr-bordeaux@unss.org](mailto:sr-bordeaux@unss.org)

NB : le nom de votre établissement apparaît dans l'onglet au bas du fichier EXCEL.

**DEPLACEMENT / TRANSPORT / ACCES /**

Renvoyez à votre Service Départemental dès réception de la présente circulaire, la fiche transport en annexe

#### INFORMATIONS SPORTIVES ET REGLEMENTAIRES

**RDV 9h15**

#### ORGANISATION

Site /adresse	Lac de Clarens –Casteljaloux (route de Mont de Marsan)
Contact local	Organisation générale : Fabrice LHOUMEAU DSD UNSS 47 au 06.87.41.22.81 Coordination régionale : Christian DURRIEU DR Adjt UNSS
Planning de la journée	<b>9:15 / 10:00</b> : Arrivée sur site - encas - récupération des casquettes évènementielles à porter, du dossier de la journée – validation des compositions d'équipe. <b>10:30 /12:30</b> : ateliers sportifs <b>12:45/13:30</b> : <b>Flash mob' en démonstration</b> (à réviser et apporter la bande son sur clé USB) - Pique-nique équilibré, éviter les chips, barres chocolatées, soda... (chaque établissement est responsable du pique-nique de ses classes) <b>13:30/15:30</b> : ateliers sportifs <b>15:30/16:00</b> : <b>Baignade autorisée et surveillée uniquement pendant le traitement des résultats</b> pour donner les classements – puis protocole - palmarès – prise de paroles – goûter. départ des établissements à partir de 16h00

#### FORMULE DES RENCONTRES SPORTIVES

8 ateliers d'Activités Physique de Pleine Nature (APPN) sur sable, dans l'eau, par équipe de 4 élèves		
N°1	Canoë (2 places)	Circuit en boucle chronométré sous forme de relais.
N°2	VTT Trial	Circuit en boucle chronométré sous forme de relais.
N°3	Molky	Cumul des scores de chaque équipier.
N°4	Jungle Cross	Parcours chronométré dans le sable et dans l'eau
N°5	Paddle	Circuit en boucle chronométré sous forme de relais.
N°8	Lutte sur sable	Pratique de la lutte sur sable
N°9	Tyrolienne	Traversée Aller / Retour du Lac de Clarens.
N°6	Bâtons Musicaux	10 équipiers pour récupérer 9 bâtons (principe des chaises musicales)
N°7	Speedminton	Pratique du Badminton sur sable

Dans chaque activité sauf aux ateliers Tyrolienne, Speedminton et Bâtons musicaux, un **classement** est établi à la place, transformée en points correspondant au nombre d'équipes présentes.

Le « Jeu Quizz Mutualité » pourra rapporter un bonus de 0 à 5 points.

La Lutte sur sable par équipe pourra également rapporter un bonus de 0 à 5 points.

L'activité « Tyrolienne » sera réalisée par groupe entre deux ateliers d'activité.

Le total des points sera fait sur 6 activités + bonus permettant de définir le classement final.

**DES L'ARRIVEE SUR LES SITES** : remettre les documents nécessaires au secrétariat

#### MATERIEL ET TENUE

Une casquette évènementielle sera donnée à chaque participant.

**Prévoir un T- shirt si possible aux couleurs de l'établissement (débardeur déconseillé cause coup de soleil) une paire de chaussure de sport fermée, une tenue de bain, une serviette, une tenue de rechange, et bien sûr de la crème solaire...**

**JURY D'ORGANISATION**: UNSS + enseignants du 47 + enseignants accompagnateurs + Mutualité Française.

**RESTAURATION/ CONVIVIALITE** : La restauration du midi est de la responsabilité des A.S. **Il est vivement conseillé d'amener les repas en glacière, sac isothermes...** Chaque A.S est invitée à apporter **pain, chocolat et jus de fruits 100% pur jus** pour le goûter.

#### CONSIGNES DE SECURITE

**Les enseignants et accompagnateurs sont responsables de leur classe durant toute la journée et également pendant le temps réservé à la baignade :**

- faire respecter les consignes de sécurité durant toute la journée et même sur le temps de baignade
- chaque A.S doit prévoir sa **trousse de 1<sup>er</sup> secours**

Challenge Académique  
« Bouge... une priorité pour ta santé »  
Casteljaloux – Lac de Clarens



bouge...  
une priorité  
pour ta santé!

14  
Juin  
2016



## Attestation de savoir nager scolaire

Nous professeurs d'EPS certifiés :

Nom de l'établissement :

NUMACA:

certifions que :

L'élève

en classe de

Maîtrise le savoir-nager défini par l'arrêté du 8 juillet 2015 (parcours de capacités, connaissances et attitudes).

Le \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_ à

Cachet de l'établissement  
et signature du chef d'établissement

Nom et signature du prof EPS

BO [n°30 du 23 juillet 2015](#)

Le savoir-nager

Le savoir-nager correspond à une maîtrise du milieu aquatique. Il reconnaît la compétence à nager en sécurité, dans un établissement de bains ou un espace surveillé (piscine, parc aquatique, plan d'eau calme à pente douce). Il ne doit pas être confondu avec les activités de la natation fixées par les programmes d'enseignement.

Son acquisition est un objectif des classes de CM1, CM2 et sixième (qui constitueront le cycle de consolidation à compter de la rentrée 2016). Le cas échéant, l'attestation scolaire « savoir-nager » pourra être délivrée ultérieurement.

Sa maîtrise permet d'accéder à toute activité aquatique ou nautique susceptible d'être programmée dans le cadre des enseignements obligatoires ou d'activités optionnelles en EPS, ou à l'extérieur de l'école, notamment pour la pratique des activités sportives mentionnées aux articles A. 322-42 et A. 322-64 du [code du sport](#).

Il est défini comme suit :

Parcours à réaliser en continuité, sans reprise d'appuis au bord du bassin et sans lunettes :

- à partir du bord de la piscine, entrer dans l'eau en chute arrière ;
- se déplacer sur une distance de 3,5 mètres en direction d'un obstacle ;
- franchir en immersion complète l'obstacle sur une distance de 1,5 mètre ;
- se déplacer sur le ventre sur une distance de 15 mètres ;
- au cours de ce déplacement, au signal sonore, réaliser un surplage vertical pendant 15 secondes puis reprendre le déplacement pour terminer la distance des 15 mètres ;
- faire demi-tour sans reprise d'appuis et passer d'une position ventrale à une position dorsale ;
- se déplacer sur le dos sur une distance de 15 mètres ;
- au cours de ce déplacement, au signal sonore réaliser un surplage en position horizontale dorsale pendant 15 secondes, puis reprendre le déplacement pour terminer la distance des 15 mètres ;
- se retourner sur le ventre pour franchir à nouveau l'obstacle en immersion complète ;
- se déplacer sur le ventre pour revenir au point de départ.

Connaissances et attitudes :

- Savoir identifier la personne responsable de la surveillance à alerter en cas de problème ;
- connaître les règles de base liées à l'hygiène et la sécurité dans un établissement de bains ou un espace surveillé ;
- savoir identifier les environnements et les circonstances pour lesquels la maîtrise du savoir-nager est adaptée.

# Challenge Académique « Bouge... une priorité pour ta santé » Casteljaloux – Lac de Clarens



**bouge...**  
une priorité pour ta santé!

**14** 2016  
**Juin**



MINISTÈRE DE LA VILLE, DE LA JEUNESSE ET DES SPORTS

CNDS CENTRE NATIONAL POUR LE DÉVELOPPEMENT DU SPORT

Courrier à l'attention des parents

**bouge...**  
une priorité pour ta santé!



Votre enfant a participé tout au long de l'année au programme de prévention santé :

**« Bouge... une priorité pour ta santé ! »**

Ce programme a pour objectif de favoriser la pratique d'une activité physique régulière et l'adoption d'une alimentation équilibrée. Pour cela, des interventions d'éducation pour la santé ont été organisées tout au long de l'année.

Votre enfant va maintenant participer à une journée régionale sur le site de Casteljaloux (Lot-et-Garonne) le mardi 14 juin 2016 regroupant l'ensemble des élèves d'Aquitaine engagés dans le programme.

Pour cette journée, nous vous demandons de bien vouloir prévoir :

- Un pique-nique équilibré comprenant fruits et légumes, sandwich, produit laitier et une bouteille d'eau (portant son nom).
- Un sac comprenant un maillot de bain et une serviette mais également des vêtements de rechange (chaussures y comprises).
- Compte tenu de la période estivale, de la crème solaire. Une casquette sera offerte aux élèves en arrivant.

Pour la réussite de cette journée qui se veut conviviale et sportive, nous vous demandons le respect des horaires pour les bus du matin qui les conduiront sur le site.

Merci pour votre participation,

Avec le soutien de



**CNDS**  
CENTRE NATIONAL  
POUR LE  
DÉVELOPPEMENT  
DU SPORT



## Bouge Mutualité française / UNSS

### Etablissements engagés journée Bouge 14/06/16



**bouge...**  
une priorité  
pour ta santé!

**CHALLENGE "BOUGE..."**

**Mardi 14 Juin 2016**

**Casteljaloux (47), Lac de Clarens**



Département	Ville	Collège
24	ANNESSE ET BEAULIEU	Collège La Roche Beaulieu
33	AMBARES ET LAGRAVE	Collège Claude Massé
40	GABARRET	Collège Jules Ferry -
40	MIMIZAN	Collège Jacques Prévert
47	VILLENEUVE SUR LOT	Collège Anatole France
64	MOURENX	Collège Pierre Bourdieu



## FICHE TRANSPORT

**A faxer à votre Service départemental  
Dès connaissance de votre participation**

**Etablissement :**

**VILLE:**

**Numaca :**

**Correspondant:**

**Tel:**

**Mail:**

**Si le déplacement est organisé par le Service départemental,**

- Mon établissement souhaite être transportée
- Mon établissement sera autonome en accord avec le Service départemental

# EFFECTIF

**Effectif total à transporter:**

accompagnateur(s) +

élèves

Soit

personnes

**Signature de l'enseignant responsable**