

# **CROSS SOLIDAIRE du collège jeudi 17 octobre 2024 après-midi au stade municipal de Capbreton**

**DEFI SPORTIF** personnel et collectif avec *HOPE TEAM EAST* et le *SECOURS POPULAIRE !*

**Ce défi sportif s'inscrit dans le cadre du projet d'établissement et d'EPS**, puisqu'il rassemble tous les élèves et personnel du collège sur cet événement ; **participation obligatoire de tous les élèves du collège comme chaque année ; Et comme l'an dernier, participation des classes de CM2 de l'Ecole de Saint Exupéry de Capbreton !**

Respect-Solidarité-Ambition-Altruisme

**Un défi sportif**, individuel et collectif, au profit des enfants et adolescents accompagnés par *Hope Team East* et *Secours Populaire* de Capbreton

**Un défi pour soi et pour les autres**

**Un défi personnalisé** : un objectif donné par son professeur d'EPS en fonction de sa VMA (vitesse maximale aérobie), pour les élèves de 5°, 4° et 3° ;

**Un défi mesurable** : par rapport au temps réalisé sur le parcours du cross du collège et de sa VMA

**Un défi ambitieux-atteignable-réaliste** :

-Pour les élèves de 5°, 4° et 3° : réaliser le cross à minimum 90% de sa VMA

-Pour les élèves de 6° : réaliser le parcours du cross jusqu'au bout.

Chaque élève, à la fin de sa course, a son classement, mais aussi le temps qu'il a mis, la vitesse à laquelle il a couru. **Chacun peut ainsi voir ses progrès d'une année sur l'autre** et se centrer sur sa performance, au-delà de la compétition.

**Un défi temporellement défini** : cross du collège le jeudi 17 octobre 2024 après-midi.

**Organisation :**

**4 courses avec classements séparés par année de naissance :**

1° course : benjamines (filles de 6°, 5° et CM2 de l'école de Saint Exupéry)

2° course : benjamins (garçons de 6°, 5° et CM2 de l'école de Saint Exupéry)

3° course : minimes et cadettes filles (filles de 4° et 3°)

4° course : minimes et cadets garçons (garçons de 4° et 3°)

**Podiums à l'issue de l'après-midi**

**A chaque défi réussi par un élève, 1 euro symbolique sera versé par le collège aux 2 associations (50/50).**

De plus, **chaque famille** qui le souhaitera **pourra faire un don**. Comment ? **En flashant le QRcode sur l'affiche jointe ou en déposant un chèque à l'ordre du FSE (la totalité des dons sera reversée aux 2 associations) ou du liquide dans la boîte à dons qui sera en place à l'accueil du collège dès le 1° octobre.**

**Alors vous aussi participez à cette action solidaire !**

**Flashez ! A vos dons ! Partez !**

L'équipe EPS et d'EMC du collège Jean Rostand Capbreton