« Le cross ou les cross au collège Jules Ferry »

Le fameux cross du collège… monument incontournable pour beaucoup d'établissements, moment de recrutement privilégié pour les échéances UNSS, compétition traditionnelle qui se perpétue et se reproduit chaque année.

Nous avons essayé de creuser un peu, de voir quelles épreuves pouvaient être mises en place, pour changer des pratiques souvent individuelles et axées exclusivement sur la performance. Les cross traditionnels laissaient en effet des souvenirs mitigés à nos élèves ; l'image de ces courses était très négative et rimait avec « compétitif, difficulté, douleur, essoufflement, nul », l'évocation du cross amenait toujours « encore le cross ! »… Pas tout à fait l'image de moment fort que nous souhaitions mettre en avant.
L'objectif principal était donc de réintroduire au centre de cette manifestation le plaisir de faire ensemble, de participer collectivement à un événement.

Pourquoi les Cross ?

a) ***un cross « collectif » ou le « cross par classe»***

Ce cross répond à la lassitude de nos élèves envers les cross individuels compétitifs. Il valorise le fait d'être ensemble, de réaliser un effort physique à plusieurs, de participer à la performance de sa classe, de s'entraider et d'élaborer une stratégie…. Ce cross « collectif », est en fait une sorte de relais par classe, chaque classe ayant à composer 6 relais (de 4 élèves en fonction du nombre d'élève dans la classe). Le travail essentiel de préparation étant que chaque élève choisisse ses partenaires au sein de sa classe pour remplir un tableau avec les relais successifs. Chaque relais aura le jour du cross à réaliser un parcours ENSEMBLE avant de passer le témoin au relais suivant.

L'objectif état de faire participer tous les élèves, les inaptes se voient confier des rôles précis :mise en place et gestion du ravitaillement, chronométrage, photographie, vidéo…
Une classe a terminé lorsque les 6 relais ont réalisé leur parcours et un classement est donc établi à l'issue de la course. Chacun participe donc à une performance collective, apportant sa pierre à l'édifice, réalisant avec ses amis une partie du résultat final.

b) Le cross individuel ou « cross des as »

Le deuxième cross est beaucoup plus classique, nous ne le développerons pas, il est destiné aux élèves volontaires, le parcours est 2 fois plus long que lors du cross collectif, les classements sont réalisés par catégorie et par sexe… Même si l'ensemble des élèves et l'ensemble de l'équipe éducative présents sur le stade pour encourager leurs camarades ou leurs élèves donne des frissons, permet à tous de passer un moment inoubliable et participe évidemment à créer du lien social.

Les résultats des cross font l'objet de publications sur le site du collège, sur le panneau AS et bien sûr, les élèves ayant apprécié leur engagement dans l'activité cross sous l'une des deux formes sont sollicités pour participer au cross de district et au cross départemental.

Cette nouvelle formule mise en place au collège quelques années permet un fort regain d'intérêt pour cette journée spéciale et constitue un moment fort du vivre ensemble pour l'ensemble de la communauté éducative de l'établissement

Déroulement prévisionnel de la matinée

- 7h55 : Appel au collège des classes de 6/5/4/3ème
- 8h00-8h30 : Montée au stade par la voie verte par 2 classes comme ça 2 adultes.
- 8h40-8h50 : Échauffement guidé pour les 4-3 puis mise en place des 4ème -3ème pour la première course des classes.

« CROSS PAR CLASSE »

- 9h00 : départ de la course 1 : Cross par Classe 4ème - 3ème
- 9h30-9h40 : Échauffement guidé pour les 6-5 puis mise en place des 6ème -5ème pour la 2ème course des classes.
- 9h45 : départ de la course 2 : 6ème -5ème, pendant ce temps, les participants du cross des as 4ème /3ème garçons et filles se préparent, s'échauffent.

« CROSS DES AS »

- 10H15 : Cross des AS 4ème -3ème Garçons
- 10H30 : Cross des AS 4ème -3ème Filles- Les 6/5eme s'échauffent
- 10h45 : Cross des AS 6ème -5ème Garçons
- 11h00 : Cross des AS 6ème -5ème Filles
- 11h15 PODIUM
- 11h40: départ du stade de tous les élèves
- 12h : retour au collège