

CONSIGNES DE SECURITE 4^{ème}

Consignes transversales :

- _ Ne pas porter de bijoux, foulard, etc..
- _ Attacher ses lacets correctement pour que le pied soit bien tenu
- _ Ne pas perturber ses camarades avant, pendant et après une réalisation motrice
- _ Respecter les consignes (d'échauffement, de sécurité ...)
- _ Equipement adapté aux conditions climatiques : casquette et eau lorsqu'il fait chaud, vêtement chaud l'hiver ...)

• Lors des trajets

- Adopter un comportement correct et citoyen vis-à-vis de ses camarades (ne pas pousser, chahuter, courir ...), des villas (ne pas sonner aux portes ou portails ...), autrui (s'écarter pour laisser passer des personnes handicapées, plus âgées ou en poussette ...), de la nature (ne pas dégrader ou jeter des détritrus ...)
- Rester sur le trajet approprié : trottoir, coulée verte ou passage piéton
- Attendre le professeur et son autorisation pour traverser un passage piéton, une route
- Rappel : le trajet fait partie du cours : le règlement intérieur de l'établissement s'applique notamment concernant les téléphones portables, mp3 etc...
- Marcher en restant toujours avec le groupe classe.

• En Handball

- Ne jamais se suspendre aux cages
- Interdiction de frapper le ballon avec le pied
- Ne pas lancer le ballon dans le chariot ou sac approprié mais le déposer.

• En Vitesse Haie

- Attendre l'autorisation du professeur pour franchir les haies.
- Interdiction de couper les couloirs
- Ne pas perturber les coureurs
- Interdiction de franchir les haies en contre sens.

• En Escalade

- Toute agitation et amusement sont formellement interdits (ne pas perturber les assureurs et grimpeurs)
- Aucune sangle du baudrier ne doit vriller
- Les cordes ne doivent pas s'emmêler
- Ne pas grimper ou dépasser la ligne rouge sans avoir eu au préalable l'autorisation du professeur
- Interdiction de traverser sous les cordes, faire le tour.
- L'assureur et le contre assureur doivent toujours être attentif aux faits et gestes du grimpeur, toujours être à l'écoute de celui-ci.

- En Acrosport

- Enlever tous les bijoux, et être pieds nus.
- Interdiction formelle de poser un appui au milieu de colonne vertébrale et de la nuque du ou des porteurs.
- Ne pas donner d'à-coups ou d'impulsion sur le ou les porteurs lors du montage et démontage des pyramides.
- Le porteur doit conserver un dos droit si celui-ci est amené à soulever une charge, et à rentrer la tête (menton collé à la cage thoracique) s'il se trouve à 4 pattes.
- Anticiper les chutes : prévoir un espace libre autour du lieu de travail libre de tout élève ou matériel (sauf tapis de protection), loin des murs etc..

- En Badminton

- Ne pas traverser les terrains, faire le tour en passant loin de la ligne de fond de court (au moins 1 m) afin d'éviter un éventuel coup de raquette d'un joueur.
- Manipuler les poteaux toujours à la verticale.