

REGLES DE SECURITE EN GYMNASTIQUE

Respecter la charte EPS

1 Je pratique pieds nus.

2 Je ne vais pas sur les agrès, je ne saute pas sur un tremplin, mini trampoline ou trampoline **sans autorisation.**

3 J'installe et je range le matériel à l'emplacement prévu dans le calme en **étant vigilant à mon intégrité physique (placement du dos, flexion des jambes lorsque je porte les gros tapis).**

4 Je dois remettre le matériel en place **dès que nécessaire et avant chaque rotation d'atelier.**

5 Je ne dois **jamais modifier l'aménagement d'un atelier.**

6 J'attends que l'atelier soit **libre pour m'engager.**

7 Je dois **parer mon camarade quand c'est nécessaire.**

8 Le trampoline est **interdit s'il n'est pas utilisé dans la réalisation d'un atelier. Je ne saute jamais de la toile au sol.**

9 Je dois toujours **rentrer la tête dans les postures « boule », enroulement vertébral. Je m'interdis le redressement de la tête.**

10 Je dois **limiter mon élan pour contrôler la réalisation gymniique.**