

# U<sup>2019</sup>NSS

## FICHE SPORT

# 40- Cross Fitness

Mise à jour : 21 septembre 2018

# Sommaire

---

Introduction	Page 3
I. Pour un sport scolaire ambitieux démocratisé et accessible	Page 4
II. Pour un sport scolaire innovant	Page 11
III. Pour un sport scolaire éthique, solidaire démocratique et responsable	Page 13
Membres CMN	Page 17
Annexes	Page 18

# Introduction

---

La réglementation du sport se réfère à la fois au Règlement Intérieur, au Règlement Fédéral UNSS et à la fiche sport.

La fiche sport CrossFitness a pour objectif de préciser à travers les trois axes de développement de l'UNSS, **Accessibilité, Innovation et Responsabilité**, les directives réglementaires et les moyens de développement du sport.

La fiche sport donne le cadre obligatoire des championnats inter-académiques et de France.

Elle offre par ailleurs des pistes de développement et une grande souplesse d'organisation du sport pour les AS lors des phases départementales et académiques. Elle intègre dans la vie des AS et dans le déroulement des championnats les axes prioritaires du PNDSS.

La Direction Nationale après concertation avec la CMN, peut décider, en fonction du nombre d'inscrits à la date butoir des qualifications, d'annuler un CF.

En tout état de cause un CF ne pourra être organisé avec moins de **QUATRE** AS qualifiées<sup>1</sup>.

Valable l'année scolaire 2018 - 2019, la Fiche Sport pourra être mise à jour au cours de cette période.

---

<sup>1</sup> Cette disposition ne concerne :

- ni les championnats de France sport partagé
- ni les championnats de France des LP (**UN** seul LP pourra être récompensé)



**Accessibilité**

**Pour un sport scolaire ambitieux démocratisé et accessible à tous les publics, sur tous les territoires, ouvert sur le monde**

## Compétition

### Calendrier

Se référer au Fichier « Calendrier des Championnats de France », régulièrement mis à jour sur le site.

### Catégories d'âge 2019

Benjamins	nés en 2006 2007 et 2008
Minimes	nés en 2004 et 2005
Cadets	nés en 2003 et 2002
Juniors	nés en 2000 et 2001
Seniors	nés en 1999 et avant

### Modalités de remboursement aux équipes

La Direction nationale effectue des remboursements des déplacements aux championnats de France en fonction des kms parcourus et du nombre de personnes transportées.

### Certificat Médical

Le Certificat Médical n'est plus nécessaire sauf pour les sports suivants :

- Rugby,
- Boxe Assaut
- Savate boxe française,
- Tir sportif,
- Parapente.

# Conditions de participation au CF Lycées de CrossFitness

Les Championnats par Équipe d'Établissement sont ouverts à toutes les équipes d'Association Sportive sauf :

- les Associations Sportives n'ayant pas assisté au Protocole des championnats de France en 2018 (Annexe 1).
- les Associations Sportives ayant fait forfait dans les huit jours précédant les championnats de France en 2018 (Annexe 2).

	<b>LYCÉES</b>
LICENCIÉS AUTORISÉS	Minimes 2 (de lycée), Cadets Juniors Seniors (1 Senior maximum dans la composition d'équipe)
COMPOSITION DES ÉQUIPES	3 compétiteurs par équipe en Lycées Filles et en Lycées garçons 4 compétiteurs : 2 filles et 2 garçons en Lycées mixtes
JEUNE JUGE	1 Jeune Juge par équipe qualifiée Niveau académique minimum Il peut être d'une autre association sportive de l'académie Il ne peut pas être compétiteur En cas d'absence, l'équipe concernée ne pourra participer au championnat de France.
JEUNE COACH	1 Jeune coach obligatoire par équipe qualifiée et intégré à la composition d'équipe Certifié de niveau académique
RÈGLEMENT	Règlement CrossFitness 2019 (en accès sur OPUSS)
FORMULE DE COMPÉTITION	Une épreuve de performance (4 mouvements : développé couché, squats clavicles, dips, tractions) pour chacun des compétiteurs. + Une épreuve de CrossFitness : 1 Circuit Cross-Training pour les 3 ou 4 compétiteurs sous forme de relais sur 3 ateliers tirés au sort sur les 11 possibles Le tirage au sort se fera une semaine avant le championnat par le directeur national adjoint et un animateur d'AS CrossFitness et communiqué aux AS qualifiées.  Classement final par addition des points aux 2 épreuves pour chaque équipe. (cf règlement CrossFitness 2019)
MODALITÉS DE QUALIFICATION	<b>Niveau académique avec obligatoirement un classement SCRATCH lycées - LP</b>
NOMBRE D'ÉQUIPES	26 au maximum par catégorie (le Champion d'académie) + Une équipe Ultramarine Repêchage possible par la CMN
TITRES DÉCERNÉS	Champion de France UNSS par Équipe d'Établissement lycées filles Champion de France UNSS par Équipe d'Établissement lycées mixte Champion de France UNSS par Équipe d'Établissement lycées garçons Champion de France UNSS par Équipe d'Établissement LP filles Champion de France UNSS par Équipe d'Établissement LP mixte Champion de France UNSS par Équipe d'Établissement LP garçons

# Titres spécifiques des LP lors des Championnats de France UNSS CrossFitness

Pour être en conformité avec l'article 18 de l'arrêté du 21 décembre 2011 relatif aux modalités du contrôle en cours de formation et de l'examen ponctuel terminal prévus pour l'éducation physique et sportive des baccalauréats généraux et professionnels, l'UNSS remettra des titres aux équipes de LP lors du championnat de France.

## **Textes de Référence :**

- Arrêté du 21 décembre 2011 publié au JORF du 13 janvier 2012
- Arrêté du 7 juillet 2015 publié au JORF du 28 juillet 2015
- Circulaire n° 2012-093 du 8-6-2012
- Règlement Fédéral UNSS 2016 - 2020

## Modalités

- pas de qualification spécifique,
- un classement général commun est établi,
- parmi les LP classés, déterminer les 3 premiers pour décerner les titres de Champion de France des LP, 2<sup>ème</sup>, 3<sup>ème</sup>,
- reclasser les Lycées en conséquence.

## Exemple

- Classement général,
  - 1<sup>er</sup> Lycée A
  - 2<sup>ème</sup> Lycée B
  - 3<sup>ème</sup> LP 1
  - 4<sup>ème</sup> Lycée C
  - 5<sup>ème</sup> LP 2

sont prononcés lors du protocole

- CF Lycée      1<sup>er</sup>      Lycée A  
                         2<sup>ème</sup>      Lycée B  
                         3<sup>ème</sup>      Lycée C  
                         ..... éventuellement
- CF LP            1<sup>er</sup>      LP 1  
                         2<sup>ème</sup>      LP 2  
                         ..... éventuellement

## Protocole

Toutes les précisions concernant l'organisation des protocoles sont inscrites dans les Cahiers des Charges à destination des organisateurs.

Seule la filière équipe établissement est concernée, sauf sports où il n'y a qu'un niveau de compétition.

# Conditions de participation au CF Collèges de CrossFitness

	COLLÈGES
LICENCIÉS AUTORISÉS	B3, minimes, cadet (1 au maximum)
COMPOSITION DES ÉQUIPES	4 compétiteurs : 2 filles et 2 garçons
JEUNE JUGE	1 Jeune Juge par équipe qualifiée Niveau académique minimum Il peut être d'une autre association sportive de l'académie Il ne peut pas être compétiteur En cas d'absence, l'équipe concernée ne pourra participer au championnat de France.
JEUNE COACH	1 Jeune coach obligatoire par équipe qualifiée et intégré à la composition d'équipe Certifié de niveau académique
RÈGLEMENT	Règlement CrossFitness 2019 (en accès sur OPUSS)
FORMULE DE COMPÉTITION	Une épreuve de performance (4 mouvements : pompes, tirage sangles, burpees et box jump) pour chacun des compétiteurs. + Une épreuve de CrossFitness : 1 Circuit Cross-Training pour les 4 compétiteurs sous forme de relais sur 3 ateliers tirés au sort sur les 8 possibles.  Le tirage au sort se fera une semaine avant le championnat par le directeur national adjoint et un animateur d'AS CrossFitness et communiqué aux AS qualifié.  Classement final par addition des points aux 2 épreuves pour chaque équipe. (cf règlement CrossFitness 2018)
MODALITÉS DE QUALIFICATION	Niveau académique
NOMBRE D'ÉQUIPES	26 au maximum + une équipe Ultramarine Repêchage possible par la CMN
TITRES DÉCERNÉS	Champion de France UNSS par Équipe d'Établissement Collèges

# Conditions de participation au CF Sport Partagé de CrossFitness

---

## Conditions de Participation

En compétition, une équipe sport partagé peut être constituée par :

- Une seule AS (exemple : équipe avec un ou plusieurs élèves MDPH en établissement ordinaire, ULIS ou SEGPA, EREA\* « enseignement adapté »),
- Par deux structures à condition de présenter la convention type téléchargeable << [ICI](#) >>  
Une seule convention par équipe autorisée entre un établissement MEN et une structure spécialisée (IME, ITEP, IEM, EREA « handicap » \* ...) affiliée à la FFH et/ou la FFSA et/ou l'UNSS.

\* Il existe deux types : EREA "enseignement adapté" et les EREA "handicap", spécialisés par type de handicap.

Tous les élèves en situation de handicap sont autorisés à participer en équipe sport partagé sur présentation de l'attestation MDPH **obligatoire** lors de l'accueil du Championnat de France).

Tous les élèves valides sont autorisés à participer en équipe sport partagé sauf les élèves issus de Sections Sportives Scolaires (SSS) ou Haut Niveau (sauf SSS sport partagé).

En début de championnat de France, la CMN mettra en place un « testing » pour tous les élèves de l'équipe afin établir les classifications et compensations éventuelles.

## **Comment définir la compensation de points de l'élève en situation de handicap ?**

### **Les responsables d'équipes**

Il incombe aux responsables d'équipes, qui encadrent les élèves toute l'année, de définir leur profil et de le transmettre dès l'inscription sur OPUSS à l'organisateur puis à l'accueil du Championnat de France aux membres de la CMN. Nous invitons les professeurs EPS à se rapprocher des comités départementaux et régionaux Sport Adapté et Handisport pour les accompagner dans cette démarche en amont des compétitions. Vous pouvez également consulter les documents pédagogiques supports des deux fédérations partenaires.

A l'issue du testing, passé au moment de l'accueil du championnat de France, la classification des élèves en situation de handicap (points de compensation), peut évoluer au cours de la compétition. Seuls les membres de la CMN peuvent prendre cette décision.

### **Remontée des résultats des Championnats**

C'est aux services UNSS de faire les remontées sur UDB à la date de forclusion.

Pour toutes informations et/ou questions : [sport.partage@unss.org](mailto:sport.partage@unss.org)



	<b>CHAMPIONNAT de France « SPORT PARTAGE » collègue</b>	<b>CHAMPIONNAT de France « SPORT PARTAGE » lycée</b>
LICENCIÉS AUTORISÉS	B3 aux cadets	Minimes aux Séniors
COMPOSITION DES ÉQUIPES	2 en situation de handicap 2 valides	2 en situation de handicap 2 valides
JEUNE JUGE	1 Jeune Juge par équipe qualifiée Niveau académique minimum Il peut être d'une autre association sportive de l'académie Il ne peut pas être compétiteur En cas d'absence, l'équipe concernée ne pourra participer au championnat de France.	1 Jeune Juge par équipe qualifiée Niveau académique minimum Il peut être d'une autre association sportive de l'académie Il ne peut pas être compétiteur En cas d'absence, l'équipe concernée ne pourra participer au championnat de France.
JEUNE COACH	1 Jeune coach obligatoire par équipe qualifiée et intégré à la composition d'équipe Certifié de niveau académique	1 Jeune coach obligatoire par équipe qualifiée et intégré à la composition d'équipe Certifié de niveau académique
RÈGLEMENT	Règlement CrossFitness 2019 (en accès sur OPUSS)	Règlement CrossFitness 2019 (en accès sur OPUSS)
FORMULE DE COMPÉTITION	Une épreuve de performance (2 mouvements par élève parmi les quatre : pompe, tirage sangles, burpees et box jump) + Une épreuve de CrossFitness : 1 Circuit Cross-Training pour les 4 compétiteurs sous forme de relais sur 3 ateliers  Classement final par addition des points aux 2 épreuves pour chaque équipe. (cf règlement CrossFitness 2019)	Une épreuve de performance (2 mouvements par élève parmi les quatre : pompe, tirage sangles, burpees et box jump) + Une épreuve de CrossFitness : 1 Circuit Cross-Training pour les 4 compétiteurs sous forme de relais sur 3 ateliers  Classement final par addition des points aux 2 épreuves pour chaque équipe. (cf règlement CrossFitness 2019)  \$
MODALITÉS DE QUALIFICATION	Sur invitation	Sur invitation
NOMBRE D'ÉQUIPES	6 au maximum	6 au maximum
TITRES DÉCERNÉS	Champion de France UNSS par Équipe d'Établissement « sport partagé » Collèges	Champion de France UNSS par Équipe d'Établissement « sport partagé » Lycées

## Remontée des résultats des Championnats qualificatifs

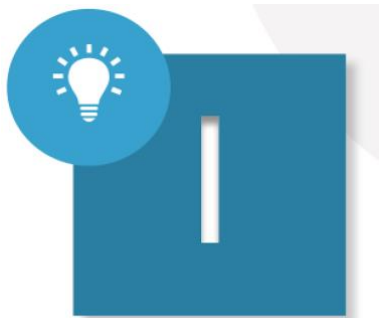
La date limite de transmission des résultats Inter-académiques par les coordonnateurs d'IA ou des résultats académiques par les SR est inscrite dans le calendrier des CF, régulièrement mis à jour.

Après les dates limites de transmission des qualifications Inter-académiques, aucun résultat qualificatif aux Championnats par Équipe d'Établissement ne sera pris en compte.

Adresse de saisie : <https://udb.unss.org/qualifscf>

Code d'accès : propre à chaque SR

Une demande de repêchage indiquée ne sera prise en compte que par l'envoi à la DN de la demande officielle (Annexe 1 du Règlement Fédéral).



## Innovation

**Pour un sport scolaire innovant, s'appuyant sur les besoins et les attentes des licenciés, qui promeut sa différence par l'ouverture et la créativité**

### Nouvelles pratiques

Les expériences locales permettent d'étudier des pratiques innovantes, tenant compte des spécificités locales et des contraintes d'organisation, d'identifier les pratiques intéressantes et de les proposer ensuite au niveau national.

Ouverture d'un championnat départemental, d'académie et de France collèges sans charges additionnelles. Voir propositions sur « règlement CrossFitness 2019 »

### Animation possible JO lors du CF

Pour les JO volontaires et présents lors du CF, une animation pourra être proposée avec une formule « ludique » à l'initiative de l'organisateur et de la CMN.

### Filles

Une catégorie lycées filles et des catégories collège et lycée mixtes (2G-2F)

### Santé

Prévention des conduites à risque dans la pratique de l'activité (dopage...).

### Développement Durable

Nécessité de laisser les lieux propres après les championnats

### Sport Partagé

Un élève en situation de handicap peut faire partie d'une équipe au championnat de France en supplément (équipe = 3 +1 + 1 J.O).

Il pourra concourir sur tous les mouvements de musculation si son handicap le lui permet ainsi que sur le circuit. Il n'est pas tenu de faire toutes les épreuves et cela ne pénalisera pas son équipe. Sa performance sera prise en compte si elle est supérieure à celle de l'un des membres de l'équipe de 3 ou 4.

2 catégories « sport partagé », collège et lycée pour le championnat 2019, sur invitation.

### [Le jeune coach](#)

Un jeune coach est un élève licencié UNSS qui connaît l'activité et adopte une attitude respectueuse, loyale, constructive et citoyenne. Le Jeune coach ne peut être Jeune Juge /Jeune Arbitre ou Jeune Reporter.

Le jeune coach accompagne l'équipe et se positionne comme adjoint du professeur d'EPS, animateur d'AS dans la gestion du groupe. Le niveau d'intervention du jeune coach varie en fonction de son âge, de sa maturité et de son investissement.

Il est obligatoire, il est l'interlocuteur unique et désigné pour l'ensemble de la compétition  
Une équipe sans jeune coach sera disqualifiée.

## Éthique – Protocole fin de rencontre

Pour être en conformité avec le Règlement Fédéral UNSS et mettre en avant la dimension éducative et citoyenne de l'événement, la compétition pourra se terminer par la mise à l'honneur des différents dispositifs mis en place ayant facilité l'échange et la coopération entre participants :

### **Textes de Référence :**

- Règlement Fédéral UNSS 2016-2020

- proposer le prix du « fair play » récompensant l'équipe ayant affiché un comportement exemplaire bien au-delà du cadre purement sportif de la compétition
- valoriser les acteurs sollicités (Jeunes Organisateur / Associations locales) ayant eu en charge la gestion des différents temps d'information et/ou d'échange durant la compétition

## Formation

En complément du programme « Vers une génération responsable » destiné aux Jeunes arbitres, Jeunes organisateurs et Jeunes dirigeants, l'UNSS développe un pôle formation à destination des enseignants d'EPS, animateurs de l'association sportive.

Deux journées de stage de formation sont envisagées pour les collègues organisateurs qui seront dans le staff technique : novembre 2018 et janvier 2019

Stages Académiques :

Nous invitons les services régionaux lors des commissions mixtes régionales à programmer un stage académique et/ou départemental en lien avec les membres de la CMN et le délégué technique.



## Pour un sport scolaire éthique, solidaire démocratique et responsable, pour favoriser l'engagement, le vivre ensemble et les projets collectifs

La circulaire n° 2010-125 du 18 août 2010 relative au sport scolaire incite à valoriser le Jeune Officiel par la remise d'un diplôme quelle que soit sa mission. Cette fonction contribue non seulement au développement de sa personne par les différentes responsabilités qu'il occupe, mais lui permet aussi d'acquérir des connaissances et des compétences valorisées au sein de l'UNSS.

La mobilisation de l'école pour les valeurs de la République du 22 janvier 2015 rappelle l'importance du parcours citoyen dans la vie associative plus particulièrement la mesure 3 : « *La vice-présidence des associations sportives par les élèves sera systématisée, et les prises de responsabilité au sein des associations sportives valorisées. Les formations de jeunes coaches et de jeunes arbitres seront développées* ».

L'UNSS au travers de ces différentes compétitions et formation à la capacité de proposer aux jeunes licenciés de s'impliquer dans différents rôles :



## 1. Le Jeune arbitre/juge

L'élève du collège ou du lycée a la possibilité de suivre une formation afin de pouvoir officier au sein des rencontres sportives, de s'engager dans la vie associative et ce, dans le cadre de l'Union Nationale du Sport Scolaire. Chaque activité possède un livret Jeune Arbitre spécifique à l'activité et disponible sur le site national de l'UNSS. Il permet de proposer à l'élève et à l'enseignant les contenus à acquérir à chaque niveau de certification.

La formation des Jeunes arbitres doit être liée à la pratique.

Les meilleurs Jeunes Arbitres hors académie ont la possibilité d'officier à un championnat de France si :

- le nombre de Jeunes arbitres est insuffisant (pool local et équipes) pour le déroulement du CF,
- leur nombre est défini par les membres de la CMN,
- les Jeunes arbitres doivent être inscrits par les services régionaux auprès de la Direction Nationale à la date butoir des remontées des qualifiés académiques du sport concerné,
- les organisateurs des championnats de France doivent faire remonter auprès du DNA en charge de l'activité la fiche récapitulative des meilleurs JO hors académie (fiche n°51 JO).

## 2. Dispositif du haut niveau du sport scolaire

La circulaire n°2012-093 du 08 juin 2012 précise que « les jeunes officiels certifiés au niveau national ou international... peuvent valider un enseignement facultatif ponctuel à l'identique des sportifs de haut niveau. Les listes des candidats concernés sont proposées par les fédérations sportives scolaires ».

L'arrêté du 07 juillet 2015 précise que ce dispositif est également accessible pour les élèves inscrits au baccalauréat professionnel

Cette formation est assurée au sein de chaque AS. Un livret spécifique par activité est dédié à cette formation. Il est téléchargeable sur le site [www.unss.org](http://www.unss.org)

## 3. Les autres rôles de Jeunes Officiels (cf. dossier intitulé Jeunes officiels vers une génération responsable 2017-2018)

L'élève du collège ou du lycée a la possibilité de suivre une formation afin de pouvoir s'impliquer dans différents rôles (jeune organisateur, jeune dirigeant etc ...) au sein de son Association Sportive (AS) et dans le cadre de l'UNSS (Union Nationale du Sport Scolaire). Toute vie associative nécessite une organisation. Chaque licencié doit pouvoir trouver sa place comme bénévole de l'AS en fonction de ses motivations et de ses compétences.

Ils peuvent être certifiés du niveau départemental au niveau académique. Les jeunes dirigeants, les vices présidents élève, les jeunes organisateurs, les jeunes reporters et les jeunes secouristes peuvent obtenir une certification en référence à l'activité « multi activités ».

En revanche le jeune coach peut obtenir une certification en référence à l'activité pour laquelle il intervient.

## 4. Le Jeune Coach

« En référence au bulletin officiel de l'Education Nationale du 19 septembre 2013 « L'UNSS devra développer la formation de jeunes coaches – animateurs, diverses remontées des enseignants d'EPS prouvant que les élèves prennent souvent en charge des tâches liées à l'échauffement, l'entraînement, la tactique, la stratégie, l'encadrement ». Les orientations du MEN du 22 janvier 2015 à l'occasion de la Grande mobilisation de l'Ecole pour les valeurs de la République (mesure 3) rappellent à la valorisation de l'engagement associatif des élèves par « les formations des jeunes coaches et des jeunes arbitres seront développées ».

- Pour les sports collectifs (collège, lycée, sport partagé) le jeune coach est obligatoire et non compétiteur. Il officie seul ou en binôme. Il est identifié par brassard Maif orange. Il se rajoute donc à la composition de l'équipe.

- Pour les sports individuels (collège, lycée, sport partagé) , le jeune coach est obligatoire, compétiteur et intégré à la composition de l'équipe. Il est identifié par un brassard Maif orange

Evaluation/certification :

Le jeune coach est évalué et certifié par son enseignant d'EPS en se référant au livret « **je suis jeune coach** »  
Un diplôme lui sera remis au protocole du championnat de France  
Le jeune coach ne peut prétendre au HNSS

### Inscription des meilleurs Jeunes Arbitres hors académiques

Chaque Directeur Régional saisira les meilleurs Jeunes Arbitres de son académie pour les Championnats par Équipe d'Établissement, si nécessaire et en accord avec la CMN.

Adresse de saisie : <https://udb.unss.org/qualifscf>

Code d'accès : propre à chaque SR

Clôture des saisies : 15 jours avant le début des championnats, date inscrite dans le calendrier

Un par catégorie et par catégorie d'âge pour chaque académie.

Seules les propositions supplémentaires doivent recevoir l'aval de la Direction Nationale.

# Les membres de la Commission Mixte Nationale

---

Directeur national adjoint de l'UNSS en charge de l'activité : Édouard ANDREASSIAN

## UNSS

Emmanuel SANNA

Franck MAHE

Franck PEPION

Bérénice VIVI

Marie-Line LABEYRIE : référente sport partagé

## Délégué technique UNSS

Gilles LEBRETON



## Annexe 1

---

---

### **Associations Sportives n'ayant pas assisté au Protocole en 2018 et n'étant pas autorisées à participer en Équipes d'Établissement**

---

Lycées

Néant

## Annexe 2

---

---

### **AS ayant fait forfait dans les huit jours avant les Championnats de France en 2018 et n'étant pas autorisées à participer en Équipes d'Établissement**

---

Lycées

---

---