

Numéro **160** - Octobre 2007



### Une 4<sup>ème</sup> heure hebdomadaire en EPS à l'école !

Cette lettre ministérielle du mois d'août invite à la mise en oeuvre d'une éducation physique plus significative et renforce ainsi sa place, son importance au sein des

autres champs disciplinaires pour contribuer à l'épanouissement global de l'enfant. Encore faut-il l'accompagner d'effets et l'inscrire réellement dans son organisation pédagogique !

Mais au-delà de cette augmentation horaire, elle suscite également le développement d'une animation sportive en cohérence avec les contenus d'enseignement. C'est donc avec joie que l'Ugsel accueille cette proposition et sera encore plus présente auprès de chaque enseignant pour lui permettre de donner du sens à un projet EPS innovant et adapté à tous les talents.

Prenons alors ensemble les engagements nécessaires pour construire ce temps d'EPS et lui donner toute sa valeur pour chaque élève qui nous est confié, au cœur du socle commun de connaissances et de compétences.

*Philippe Brault, Directeur de la rédaction  
p-brault@ugsel.scolanet.org*

### Vie du mouvement :

- Conseil National, les 5 et 6 octobre au siège à Paris.
- Stage « terre d'enjeux » à Vallon Pont d'Arc (07) du 8 au 12 octobre.
- CNAPEP et Inter-Commissions, les 19 et 20 octobre.
- Réunion des Directeurs Départementaux, le vendredi 26 octobre.

Union Générale Sportive  
de l'Enseignement Libre (Ugsel)  
277 rue Saint-Jacques - 75240 Paris cedex 05  
Tél. : 01 44 41 48 50 - Fax : 01 43 29 96 88  
www.ugsel.org



0 800 31 12 97  
www.wesco.fr

## Des activités de glisse pour éveiller ses sens

© Photo : Jean-François Godet



### Donnons du sens...

La nature est notre plus grand terrain de jeu. Encore faut-il la connaître pour mieux l'appréhender et surtout l'apprécier en respectant cette œuvre de Dieu.

Quel que soit le terrain de jeu utilisé, apprendre à glisser développe des fondamentaux sensiblement identiques, particulièrement dans le champ des activités physiques de pleine nature. Observer le milieu environnant, gérer sa sécurité, organiser son déplacement et déterminer ses trajectoires deviennent alors des actions primordiales à réaliser pour permettre une plus grande maîtrise de son activité motrice. Cependant, n'est-il pas plus judicieux, voire essentiel, d'apprendre à connaître l'élément sur lequel on évolue pour mieux percevoir les conduites, les postures, les attitudes à adopter.

Dans les activités de glisse, l'ajustement de son équilibre, la qualité des appuis, l'attraction des forces mises en jeu ou l'utilisation d'un déséquilibre sont directement liés aux informations issues d'une lecture du terrain d'action. Car ces savoirs moteurs font appel aux sens de la personne et lui permettent de décrypter les caractéristiques du terrain de jeu, et pour notre propos, la neige dans tous ses aspects (dure, molle, froide...).

Ainsi pour favoriser cette approche, nous vous proposons une phase initiale de sensibilisation qui invite à maîtriser d'abord l'aspect émotionnel de l'activité, pour laquelle une méconnaissance du milieu naturel provoque souvent de nombreuses incertitudes. De ce fait, il est important de stimuler les qualités proprioceptives du « glisseur » pour affiner sa sensibilité et apporter des réponses motrices appropriées.

Dès lors, nous proposons ici une démarche d'apprentissage commune aux trois cycles avec le souci d'une continuité de l'enseignement de cette activité, autour de trois approches : sensorielle, motrice et expérimentale.

Et pourquoi ne pas conclure, peut-être, par la mise en oeuvre d'un séjour interdisciplinaire en classe de neige ?

Le comité de rédaction

« Skier permettra à l'élève d'éveiller ses sens ! » J.P Famose (film : « De l'école à la neige »)  
Bibliographie : E PS n° 76 - Prim'Infos n° 134.

## Valeurs :

- Confiance.
- Respect.

## Compétence spécifique :

- Adapter ses déplacements à différents types de milieux environnants.

## Compétences générales :

- S'engager lucidement dans l'action.
- Identifier et apprécier les effets de ses activités au sein du milieu.

## Savoirs à construire :

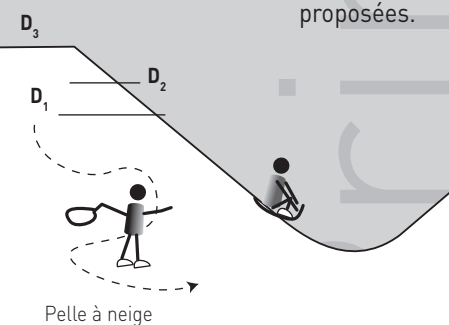
- Percevoir et sentir un nouveau milieu.
- Percevoir les notions de glisse.
- Accepter l'entraide.

## Objectif d'apprentissage :

- Vaincre ses émotions pour mieux vivre la neige et son environnement.

## Démarche d'apprentissage :

- Comprendre un nouvel environnement en vivant de façon spontanée les activités proposées.



## Phase de sensibilisation :

### Bien s'équiper pour mieux jouer

**But d'action** S'équiper correctement pour découvrir le nouveau terrain de jeu.

**Matériel** Les vêtements seront marqués. Si possible une tenue de rechange, gants, masque de ski, bonnet, crème solaire, chaussures étanches. Durant le séjour, un caméscope ou un appareil photo numérique est conseillé.

### Organisation - Déroulement

Une salle suffisamment grande pour préparer les enfants, 3 adultes (2 à l'intérieur, 1 à l'extérieur). Dès qu'un enfant est prêt, le faire sortir

## Phase d'exploration / découverte : Un nouveau terrain de jeu

**But d'action** S'organiser pour se déplacer dans la neige en fonction de l'icône sur la balise.

**Consignes** Trouver un espace sécurisé avec néanmoins des variations de relief. Laisser les enfants découvrir librement.

**Matériel** Une vidéo, un balai, une carotte, un chapeau, des cibles, des panneaux affichettes.

### Organisation - Déroulement

Établir 6 zones de jeu (rotation toutes les 10 minutes environ). Les affichettes seront préparées en classe.

- 1 Marcher : sur du plat, en montée, en descente (3 zones distinctes)
- 2 Courir : idem
- 3 Glisser : sur les fesses, le dos...
- 4 Faire des boules et les lancer sur la cible.
- 5 Construire un bonhomme de neige. Construit en continuité par les groupes, il deviendra la

autour du chalet. Déposer toute sorte de matériel sécurisé pouvant glisser (luges, bassines, sacs en plastique). Laisser l'enfant découvrir librement la neige, le froid, la glisse, la chute.

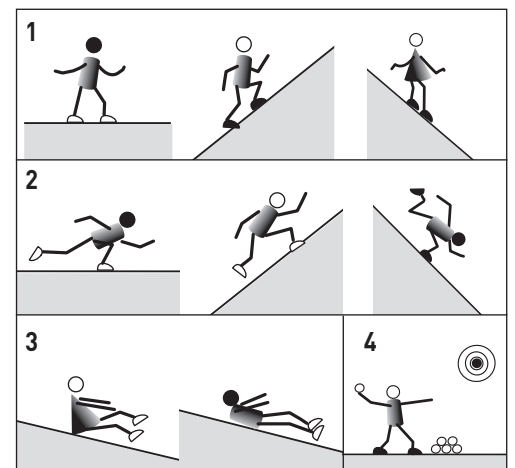
Au chalet, après 30 minutes d'activité, faire émerger les ressentis : J'ai aimé • J'ai moins aimé • J'ai touché • Je suis tombé • J'ai eu froid...

### Situation supplémentaire, si possibilités autour du chalet :

- Les yeux bandés : sentir le sapin, son écorce, l'épine.
- Les yeux bandés : toucher de la glace, de la neige (sans gants).

mascotte du séjour. Aller lui dire bonjour tous les jours afin de voir son évolution.

De retour au chalet, faire l'inventaire du groupe en partant du support vidéo et de chaque atelier.



## Phase de structuration de l'apprentissage :

### Situation 1 : « Ça glisse ! »

**Objectif d'apprentissage** Ressentir les variations du relief en glissant et la nécessité de monter.

**But d'action** Utiliser le matériel pour glisser après avoir monté en ligne.

**Consignes** Choisir un terrain varié, sécurisé. Utiliser les remontées de terrain pour établir

les zones d'arrêts naturels. Éviter ces ateliers après une première tombée de neige. Baliser les zones de glisse différemment par rapport aux zones de montée.

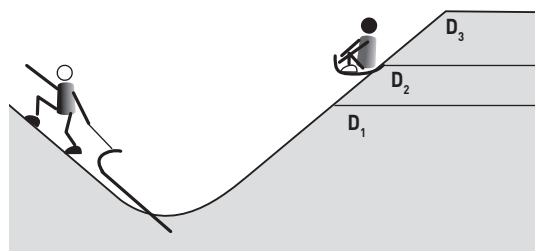
**Matériel** Luges en plastique, pelles à neige, sacs poubelle en plastique.

### Organisation - Déroulement

3 zones de jeu suffisamment éloignées, baliser 3 départs à des niveaux différents, veiller à

# er pour appréhender la neige

faire dégager au plus vite la zone d'arrivée. Faire un parcours plus long où la montée sera organisée en lacets. Evacuer au plus vite la zone d'arrivée. Organiser les rotations toutes les 20 minutes.



## Situation 2 : « S'organiser »

Démarche d'apprentissage : Laisser l'élève découvrir seul, utiliser l'outil vidéo pour lancer, de retour au chalet, la verbalisation.

### Organisation - Déroulement

8 à 10 élèves par groupes, insister sur la répétition des actions.

**Retour au chalet :** Construire un répertoire sensoriel vis à vis de chaque verbe d'action utilisé : Glisser • Monter • Tourner • S'arrêter...

But d'action	Aménagement du terrain	Consignes
Atelier luge		
Contrôler sa trajectoire pour passer entre les fanions.	Deux ou trois portes.	Ne pas se rapprocher trop de l'axe de la pente.
Atelier pelle à neige		
Contrôler son arrêt dans la zone indiquée.	Prévoir une remontée naturelle après la zone d'arrêt.	Les uns après les autres.
Atelier sac poubelle		
S'allonger pour aller plus vite.	Utiliser une remontée naturelle pour l'arrêt.	Organiser les départs en fonction de l'arrivée.

## Phase de réinvestissement/évaluation :

### La télécabine

De plus en plus de stations proposent des terrains de jeux en altitude.

#### Consignes

Un adulte obligatoire par cabine ; distribuer des chewing-gums ou bonbons favorisant le « Passage des oreilles ». Ne pas aller au-delà de 2 500 m. Insister sur le port des lunettes et la crème solaire. Avoir repéré le terrain en amont.

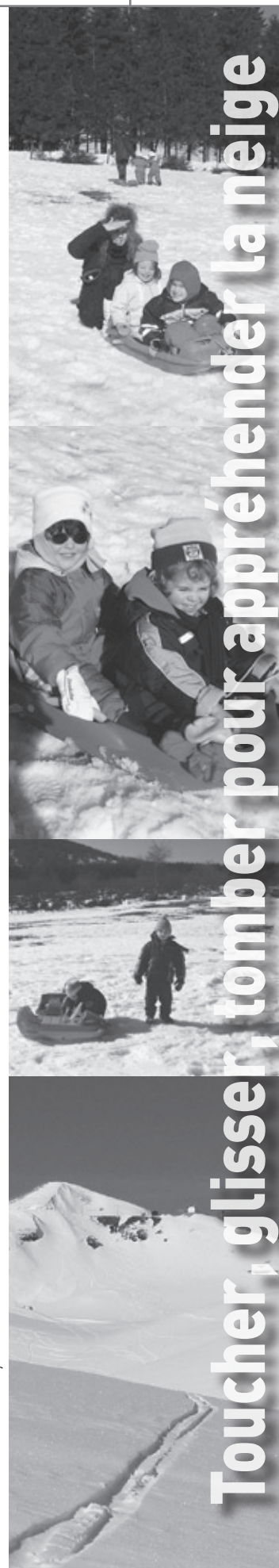
**But d'action** Se déplacer dans un nouvel environnement en altitude.

#### Organisation - Déroulement

Délimiter les zones de jeux et les sécuriser, si possible un adulte pour 6. Utiliser des zones de sapins et neige non damée, des chemins. L'adulte restera en permanence avec son groupe. Rotation toutes les 20 minutes environ. Au chalet, enrichir le répertoire sensoriel :

- Dessine ce que tu as fait et vu.
  - Où glissait-on le mieux ? Pourquoi ?
  - Comment tournais-tu ? Qu'as-tu trouvé en te promenant ?
  - Quelles sensations dans la télécabine ?
- Ne pas oublier le bonhomme de neige et sa transformation.

But d'action	Terrain	Consignes	Critères de réussite
Atelier luge plastique			
Glisser le plus vite possible et tourner.	Large et damé, (2 à 3 fanions).	Petits défis à 2 ou 3.	Des courbes ont été réalisées.
Atelier pelle à neige			
Contrôler son arrêt dans la zone indiquée.	2 parcours : Le chemin dur ; Neige peu travaillée.	Bien délimiter la descente / montée.	Respect de l'arrêt dans la zone.
Atelier « le tour enchanté »			
Se promener dans une zone de sapins, de belle neige pour ramener des idées, des mots, des objets.	Boisé, sécurisé si possible avec de la neige non travaillée.	Un sac plastique par groupe, l'adulte a un appareil photo.	Mon sac est bien rempli.



## Valeurs :

- Confiance.
- Respect.

## Compétence spécifique :

- Adapter ses déplacements à différents types de milieux environnants.

## Compétences générales :

- S'engager lucidement dans l'action.
- Identifier et apprécier les effets de ses activités au sein du milieu.

## Savoirs à construire :

- Percevoir et sentir une nouvelle façon de glisser.
- Oser s'engager dans une pente tracée ou non.
- Accepter l'entraide et l'effort.

## Objectifs d'apprentissage :

- Vaincre ses émotions pour mieux vivre la neige et son environnement.
- Glisser en toute confiance.
- Exploiter tous ses sens pour se déplacer le plus vite en glissant en pas alternatifs dans des efforts de durée.

## Démarche d'apprentissage :

Différenciation pédagogique.

En ski de fond comme en ski alpin, la maladresse du débutant fait qu'il cherchera à se déplacer en marchant. Le plaisir de la glisse viendra en développant ces fondamentaux :

- gestion de son équilibre vertical et latéral,
- lecture et appréciation de la pente,
- indépendance des appuis,
- coordination des bras.

## Phase de sensibilisation : « Poser, porter, marcher, ranger »

2 groupes : rester environ une heure par atelier avant de tourner.

### Groupe 1 : « La balade »

**But d'action** Se déplacer en portant son matériel correctement.

#### Organisation - Déroulement

Choisir un espace suffisamment grand. Un terrain plat et une neige dure (voire sans neige). S'équiper au complet : gants, combinaison, bonnet, lunettes, attention néanmoins de ne pas être trop habillé !

**Tâches** : se promener avec son matériel en évitant « l'accident » avec un camarade. Au signal poser son matériel au sol et continuer à se déplacer. Au second signal, reprendre le matériel le plus proche et continuer la balade. Ranger ensuite son propre matériel sur le râtelier : spatules en l'air, skis attachés (caoutchouc), dragonnes des bâtons crochetées aux spatules.



Porter sur l'épaule



Porter "valise"

### Groupe 2 : « L'igloo de la classe »

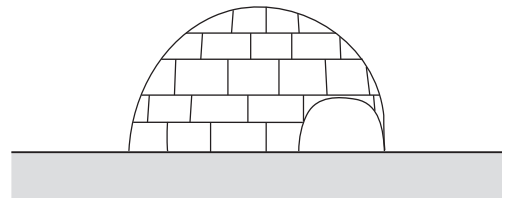
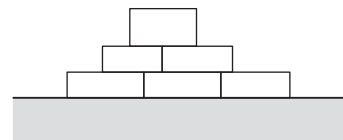
Dans la mesure du possible à proximité du chalet.

Conditions : neige froide.

Matériel : pelles en plastique.

Organisation : 3 équipes.

- Former des blocs de neige les plus réguliers possible (20 x 20 cm).
- Transporter les blocs avec des luges en plastique.
- Poser les blocs en cercle (3 m de diamètre) en les « mariant » et tout en réduisant le cercle. Ne pas oublier la porte.



## Phase d'exploration : « En avant marche »

Mise en œuvre : découvrir seul la chausser et le marcher. En fonction de la vitesse d'exécution et du nombre de tours effectués, des groupes de niveau se forment.

**But d'action** Chausser ses skis, prendre les traces et se déplacer.

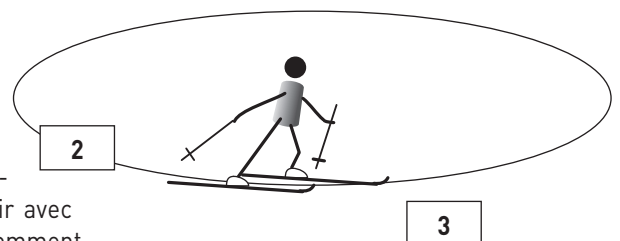
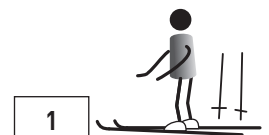
#### Organisation - Déroulement

Trouver une petite boucle tracée sur un terrain plat. Délimiter 3 zones pour chausser en dehors des traces. Une fois les skis aux pieds, tourner tous dans le même sens.

**Consignes** : le matériel a été marqué, les skis sont à écailles. L'enseignant filmera ou prendra des photos afin de les ré-utiliser au chalet.

Au chalet, à partir des 3 verbes d'action (porter, chausser, glisser), établir avec les élèves les critères de réalisation : comment faire pour faire...

**Sécurité Attention** : il conviendra toujours de tenir compte de la neige, des moments de la journée, des conditions météorologiques. Une pente tranquille déjà utilisée peut devenir très rapide et dangereuse après un gros refroidissement.



## Phase de structuration de l'apprentissage :

### Situation 1 : « Briser les rails »

**Objectif d'apprentissage :** sentir l'indépendance des jambes en glissant et en remontant.

**Mise en œuvre :** répondre aux besoins des skieurs.

**Buts d'action** Suivre le tracé et rester équilibré.

#### Organisation - Déroulement

Établir les 3 groupes suite aux phases précédentes (8 à 10), délimiter 3 zones de travail, insister sur la répétition. Pour chaque niveau, garder les bâtons, mais descendre les mains posées sur les genoux en évitant que les bâtons traînent sur la neige.

Niveau 1	Niveau 2	Niveau 3
Terrain		
Très légère pente, 30 à 40 m avec une remontée naturelle.	Même terrain mais ne pas utiliser la remontée naturelle.	Se rapprocher de la ligne de pente. Augmenter la distance (50 à 60 m).
Organisation		
Matérialiser une ligne continue au sol (peinture ou cordelette) en travers de la piste.	Idem, mais se rapprocher de la ligne de pente.	Des jalons, fanions piqués de part et d'autre de la ligne, délimitant les intervalles de travail.
Tâche		
Skis de chaque côté de la ligne, suivre le tracé en ressentant les variations de relief par l'intermédiaire de ses genoux.	Suivre la marque, puis passer au-dessus de la ligne, glisser puis, re-franchir et ainsi de suite.	Franchir la ligne, dans l'intervalle dessiné par les repères.
Variantes		
Après plusieurs passages, insister sur la pression des genoux.	A chaque passage compter les franchissements, essayer d'en faire plus.	Au franchissement, rester sur un appui.
La Remontée		
En lacets, pousser sur les bâtons.	En lacets, pousser sur les bâtons et chercher un temps de glisse.	En lacets, pousser longtemps sur le bâton, glisser sur un ski.

### Situation 2 : « La meilleure glisse »

**Objectifs d'apprentissage :** dissocier l'action des bras et des appuis, accepter le déséquilibre pour tourner.

**Buts d'action** Tourner à allure rapide et contrôler son équilibre. Pour permettre la mise en œuvre niveaux 2 et 3 : éviter de travailler sur une neige trop fraîche ou trop lourde.

Niveau 1	Niveau 2	Niveau 3
Terrain		
Pente légère, 100 m, tracée.	Idem sans « rails » tracés, mais damée si possible.	Idem sans « rails » tracés, mais damée si possible.
Organisation		
4 balises sur le circuit	6 balises.	6 à 8 balises.
Tâche		
Se laisser glisser dans la trace en posant ses mains sur ses genoux fléchis. Pousser sur le genou extérieur au virage.	Tourner en osant décoller ses skis les uns après les autres : s'équilibrer en utilisant le piquer du bâton.	Même tâche mais chercher à diminuer le nombre d'appuis posés dans la courbe en restant plus sur un appui.
Consignes		
Sans bâtons.	Etablir de grandes boucles.	Jouer sur l'intervalle des balises.

## Phase de réinvestissement/évaluation :

### « La randonnée »

S'évader une journée en montagne, pour comprendre, vivre au mieux le milieu. Utiliser cette journée pour exploiter tout le travail pluridisciplinaire (tableau). Pour une meilleure exploitation des capacités et niveaux, reprendre les trois groupes, adapter le parcours, utiliser le balisage des pistes.

**But d'action** Se déplacer sur tous types de relief à allure régulière en respectant les traces.

**Organisation** Préparer la veille avec les groupes le tracé. Dans la mesure du possible, se retrouver pour le pique-nique du midi. L'idéal serait de ne pas le transporter. Deux adultes par groupe. Appareil photo.



## Le ski parabolique

Quelques indications primordiales pour sa compréhension :

$l_1$  = largeur de la spatule

$l_2$  = largeur du patin

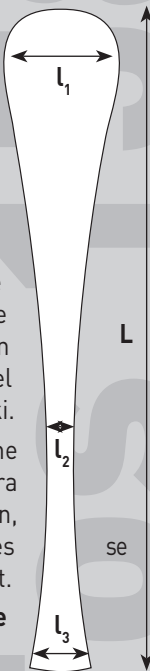
$l_3$  = largeur du talon

$l$  = longueur du ski

La parabole marquée entre l'écart de l'avant et l'arrière nous donne le rayon de courbure naturel du ski.

A plat, je ne tourne pas ! Dès qu'il y aura pression et inclinaison, mes courbes dessineront.

Appelé virage **carve** par les anglophones.



## Matériel, contrôle obligatoire !

Choisir un ski plus court que sa taille (de 10 à 20 cm selon le niveau) régler la dureté des fixations en dessous de son poids, casque obligatoire.

## Quelques règles à connaître et à respecter :

- En groupe, je ski en file.
- A l'arrêt, je me range sous le premier.
- Le skieur aval devant moi est prioritaire.
- Je dois contrôler ma vitesse.
- Je suis témoin d'une chute, je m'arrête pour aider, ou porter secours.
- Dans les files d'attente, je suis patient.

Il est désormais capital d'utiliser des skis paraboliques. De ce fait, la technique deviendra plus aisée, si l'on comprend et utilise au mieux le « carve » des skis. Skier deviendra alors plus facile en éveillant les ressentis qui partent du « bas ». Tourner ne sera alors qu'un jeu de pression, d'inclinaison et d'équilibre.

## Phase de sensibilisation : Porter, marcher, chausser...

Autour du chalet si possible, même dispositif que pour le cycle 2.

**Chaussure** : commencer par serrer les crochets du bas, ne jamais commencer à skier en serrage maximal, mais serrer de façon progressive. En skiant, le talon ne doit pas se décoller

**Le porter** : sur l'épaule, spatules en avant, bâtons dans la main opposée.

**Chausser les skis** : skis perpendiculaires à la pente ; chausser en premier le ski aval, s'équilibrer avec un bâton, avant de chausser l'autre (veiller à ce qu'il n'y ait pas de neige sous la chaussure).

**Se relever** : skis perpendiculaires à la pente, déchausser si trop délicat, se relever en s'aidant des bâtons.

### Etoile ? Ou pas étoile ?

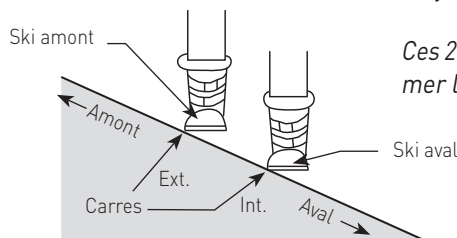
*Un repère intéressant des Ecoles de Ski Français. Codification précise relevant d'un niveau atteint.*

**Ourson (débutant)** : Serpenter sur la neige (chasse-neige) s'arrêter sur une faible pente. S'équilibrer. Chausser, prendre le télési.

**1<sup>ère</sup> étoile (classe 1)** : Virage élémentaire dérapé en tenant compte du terrain. Je traverse une pente skis parallèles en utilisant les carres.

**2<sup>ème</sup> étoile (classe 2)** : Virages élémentaires affinis, j'arrondis et conduis mes virages. Dérapage en biais de base.

**3<sup>ème</sup> étoile (classe 3)** : Je tourne skis parallèles, virage de base avec rayon de courbure court et moyen. Feston simple (dérapages successifs).



*Ces 2 premiers pré-requis permettront de confirmer les groupes (l'idéal pour une classe : 4).*

## Phase d'exploration / découverte :

But d'action	Terrain	Organisation	Consignes	Tâches
Débutant				
Glisser et s'arrêter.	Très légère pente : verte.	2 adultes : se suivre en file, le chef de file donne l'allure, la trace, s'arrête et repart.	Rester souple au niveau des genoux. Sans bâtons.	Partir skis à plat, mains sur les genoux. Ecarter les talons, pousser la neige.
Classe 1				
Tourner en contrôlant un dérapage.	Pistes vertes.	2 adultes . S'arrêter après une dizaine de virages.	Utiliser une neige souple, insister sur les changements de rythmes.	Trace directe en travers, écarter les talons skis à plat, pousser sur le ski aval ; tourner.
Classe 2				
Augmenter la pression sur le ski aval.	Pistes bleues.	1 adulte devant, un élève désigné en serre file. Grandes courbes en cassant la ligne de pente.	Se relever entre deux virages, respecter au mieux la file et la cadence.	Déclencher son virage en maintenant la main sur la chaussure du ski aval. Rapprocher le ski amont de l'autre.
Classe 3				
Déclencher son virage avec le bâton.	Bleu ,rouge.	1 adulte devant ; désigner le serre file, skier en continu en respectant les zones de virages.	Utiliser des petites bosses, afin de faciliter le virage. Ne faire qu'une seule trace.	Piquer son bâton à la hauteur de la spatule pour prendre un appui supplémentaire. S'aider de la pente naturelle pour dérapage.

## Phase de structuration de l'apprentissage :

### Sentir ses appuis avant de tourner

**Démarche :** contrairement à la phase d'exploration, ici les débutants et la classe 1 se joignent.

Type de virage/ niveau	But d'action	Organisation / consignes	Critères de réussite
<b>Débutant, classe 1</b> Educatif pour virage élémentaire.	Remonter une bosse pour sentir les carres internes.	Se suivre en skiant. S'arrêter et choisir des pentes de différentes inclinaisons, de dureté de neige variée pour remonter.	Je suis monté sans déraper, mon bâton aval m'aidant.
<b>Classe 2</b> Educatif pour demi-virage carvé.	Passer de 2 appuis à plat à 2 prises de carres internes.	Le meneur choisira une piste bien préparée sans bosses.	Des festons se dessinent sur la neige. Les traces sont restées parallèles.
<b>Classe 3</b> Virage de base carvé parallèle.	Mettre de la pression sur la carre interne du ski extérieur au virage.	Piste bleue, grandes courbes. Sans bâtons, poser ses 2 mains sur ses cuisses. en traversée déclencher le virage en inclinant ses appuis.	De deux traces marquées durant la traversée, une seule apparaît sur la neige lors du virage. La main intérieure a ressenti l'allègement.

*Variations de pression par rapport aux différents temps d'un virage quelle que soit la technique utilisée.*

### Une histoire qui se répète...

1 - Préparation.	2 - Déclenchement	3 - Conduite du virage	4 - Fin de virage
Skis sont plats, pression moyenne.	Augmentation de la pression sur le ski aval.	Maintien de la pression.	Retour de pression sur les 2 skis
Tronc droit, face à la pente.	Flexion du corps par les genoux.	Retour de flexion par les genoux.	Tronc droit, face à la pente.

## Phase de réinvestissement / évaluation : Les tests

Deux types d'évaluation : j'enchaîne une multitude de virages avec 2 intentions différentes : **Etre beau sur la piste et aller vite dans un slalom.**

Type	Consignes	Organisation	Terrain
<b>Niveau 1</b>			
<b>Beau</b>	Filmer. Attendre le signal pour partir.	Un par un. Enchaîner des virages avec des changements de rythmes.	Piste verte, large, peu fréquentée.
<b>Vite</b>	Sur le stade de slalom .	Un par un, chronomètre.	Slalom facile, 10 portes maximum pente légère.
<b>Niveau 2</b>			
<b>Beau</b>	Filmer. Attendre le signal pour partir.	Un par un. Enchaîner des virages avec des changements de rythmes. Modifier la courbure des virages.	Piste bleue. Bonne neige.
<b>Vite</b>	Sur le stade de slalom .	Un par un, chronomètre.	Slalom facile, 15 portes maximum pente légère.
<b>Niveau 3</b>			
<b>Beau</b>	Filmer. Attendre le signal pour partir.	Un par un. Enchaîner des virages avec des changements de rythmes. Modifier la courbure des virages. S'incliner dans les courbes.	Bleu ou rouge en fonction du niveau.
<b>Vite</b>	Sur le stade de slalom .	Un par un, chronomètre.	Slalom de compétition style flèche.



## Actualités

Hors série  
Livret « Relier les Regards »



Enseignement Catholique  
Actualités – Août 2007  
Livret « Relier les Regards » à  
commander auprès de l'AGICEC  
(3,50 € l'exemplaire).

### L'auteur :

**Jean-François Godel**,  
professeur d'EPS et formateur  
au CFP de Caluire, membre de  
la CNAPEP pour l'UD 69.

### Abonnement :

Dernière relance pour  
continuer à recevoir ce cahier  
pédagogique « Prim'Infos » sur  
l'année 2007 / 2008.  
Votre bulletin de réabonnement  
vous attend sur le site  
[www.ugsel.org](http://www.ugsel.org)

## Dossier pédagogique



Vous

venez de  
découvrir les 32 pages du dossier pédagogique  
« terre d'enjeux » qui a été conçu pour vous aider  
à la mise en œuvre de ce projet d'année. Les  
propositions élaborées ne sont que des pistes  
possibles mais elles invitent à vous saisir d'un  
cadre d'organisation original dans une démarche  
d'apprentissage cohérente.

Une des thématiques développées, l'eau, apporte  
des clés pour vivre des activités physiques et  
sportives, de par ses diverses formes (neige,  
glace...). Alors pourquoi ne pas intégrer un projet  
de classe découverte organisé à la montagne cet  
hiver ? C'est l'occasion de découvrir des activi-  
tés de glisse comme le ski bien entendu mais  
aussi d'appréhender une nouvelle forme de cet  
élément : la neige.

Cependant, pour de nombreux établissements,  
les séjours montagnards ne seront pas au rendez-  
vous. Une autre activité sportive est sans doute  
plus réalisable : le patinage sur glace.  
Cette autre forme de l'eau donne tous les ingréd-  
ients pour des sensations de glisse.

## Le patinage sur glace



Activité de glisse pour se construire de nouveaux  
repères d'équilibre, elle permet à l'enfant de s'en-  
gager dans un nouveau type de déplacements,  
en prenant des risques mesurés. En apprenant à  
maîtriser sa vitesse, ses trajectoires, l'enfant va  
se construire des principes d'action qui l'aideront  
à prendre des appuis stables, varier des chang-  
ements de direction, réajuster des attitudes,  
éviter des obstacles... Que de situations riches  
en expériences qui l'amèneront, au cours de jeux  
de glisse, à adapter ses réponses motrices dans  
ce nouvel environnement.

Des situations d'apprentissage sur cette activité  
sont développées dans notre dossier « L'EPS en  
modules d'apprentissage » pour les cycles 2 et  
3 (document à votre disposition sur commande  
au prix de 28 €, à l'Ugsel nationale).

Vous trouverez ci-dessous en complément  
des propositions faites dans les pages précé-  
dentes, un tableau de thèmes de recherche,  
qui peuvent alimenter un projet de classe de  
neige, en lien avec le milieu montagnard.

## Pour un séjour à la montagne

### Proposition d'entrées pour un projet pluridisciplinaire

Cycle	Eveil sensoriel	Faune, flore, climat	Patrimoine culturel	Milieu et sécurité	Vie collective
C1	Les saveurs locales. Toucher la neige, sentir le froid en réalisant le bonhomme de neige.	Observer les traces, découvrir de nouveaux animaux (marmotte), la météo sous forme d'icônes.	Visite d'une fromagerie, apprendre l'histoire du ski...	Les vêtements, les gants, le bonnet, les lunettes, la crème	Partager des lieux de vie au chalet et sur les zones de jeux. Respecter les règles du groupe.
C2	La vitesse, la glisse dans une trace, sans traces ; l'igloo.	Observer les traces d'animaux dans la neige. Les rapaces, Les relevés de température.	Le bois et son exploitation. La vallée : l'adret, l'ubac.	Les différents états de la neige. Variation du manteau neigeux en fonction de la température.	Respecter les tracés sur les pistes, le balisage.
C3	Ressentir le déséquilibre, son centre de gravité, les différentes pressions, le jeu vertical.	Les étages alpins. Le lièvre blanc. La station de météo en montagne.	L'évolution du matériel de ski. Les Jeux Olympiques d'hiver.	Transformation d'un cristal de neige, les avalanches, l'entretien des pistes, la règle du skieur.	La signalétique des avalanches. L'attente aux remontées.