

**Année scolaire 20013/2014**

**collège CERVANTES**

# **Projet EPS**

## **Ski alpin à Vars**

**pour les 5<sup>ème</sup>**

**du 26/01 au 1/02 2014**

**Les enseignants  
d'EPS**

## I. Préambule

Les Activités Physiques de Pleine Nature (APPN) connaissent depuis quelques années un net engouement qui s'inscrit dans une évolution du goût français pour les pratiques physiques de loisir.

Intérêt et accès social pour certains, mais, hélas, exclusion de fait pour d'autres, autant d'arguments qui plaident pour une meilleure intégration des APPN dans l'enseignement obligatoire de l'Education Physique et Sportive (arrêté du 10/01/97 – JO du 21/01/97- BO n°5 du 30/01/97).

Nous mettons au collège, à travers le projet pédagogique d'EPS, l'accent sur une activité physique de pleine nature : la course d'orientation (en 6<sup>ème</sup> et 4<sup>ème</sup> )

Dans une envie d'approfondissement mais aussi de découverte des APPN, les enseignants d'éducation physique et sportive proposent, aux élèves de 3<sup>ème</sup>, un séjour à Vars du 17 au 23 janvier 2010 pour découvrir la montagne et pratiquer le ski alpin.

## II. Le Projet Pédagogique

### **Objectifs communs avec le projet d'établissement**

- Etre capable de vivre et de travailler en groupe, sur les pistes et en dehors, dans le respect d'autrui et de ses différences.
- Apprentissage des règles de vie en groupe et en société
- Aide aux camarades en difficulté
- Intégration des élèves de classe SEGPA

Le projet pédagogique de ce séjour comprend 3 pôles :

- le ski en tant que pratique éducative et sportive.
- la montagne en tant que connaissance culturelle.
- la sécurité en tant que conduite citoyenne.

### ***1. La pratique.***

## **Objectifs spécifiques à l'activité ski alpin :**

- Développer des conduites motrices spécifiques : techniques de virages ; techniques d'arrêt ; capacité à choisir un itinéraire de glisse ; adapter sa motricité aux conditions de terrain et aux conditions atmosphériques ; adapter sa vitesse à ses capacités et aux conditions extérieures (humaines et matérielles).
- Développer des attitudes : contrôler ses émotions ; s'engager en sécurité ; accéder à une autonomie dans sa pratique.
- Connaissances : liées au matériel , aux différentes pratiques de glisse loisir ou compétition ,le hors piste et ses dangers.

## **2. La montagne.**

Ce pôle a pour but de faire acquérir une « culture montagne » aux élèves.

### Objectifs pédagogiques :

- Développer des capacités d'analyse et d'observation du milieu dans lequel on évolue
- S'appropriier le milieu, à travers un certain nombre de connaissances, comme support de sa pratique
- Connaissances sur:  
Les différents types de neige et les conséquences sur la pratique,  
La formation de la neige et ses transformations,  
Les dangers de la montagne et des avalanches,  
Les conditions atmosphériques,  
La signalétique des pistes (plan des pistes) ; repérage sur la station (plan des pistes/terrain)

## **3. La sécurité**

### Objectifs pédagogiques :

#### **S'engager dans la pratique en toute sécurité**

Choix de la bonne difficulté de piste ; Choix de la bonne trajectoire ;  
Prise en compte des éléments extérieurs

#### **Développer des comportements responsables**

Attitudes d'urgence d'arrêt et d'évitement ; Adopter le « code de bonne conduite du skieur » Connaissances des règles individuelles et collectives de sécurité  
Conduite à tenir en cas d'accident ; Conduite à tenir quand on est perdu

## **III. Les accompagnateurs :**

Mme DECAPELE  
Mme LOEILLETTE  
M. DENIS  
M. GARGIULO  
M. VANHAY  
M. DUBOIS

Les accompagnateurs sont enseignants d'EPS au collège Cervantes. Notre statut d'enseignant d'EPS nous permet d'encadrer la pratique du ski alpin conformément à la législation.

#### IV. Les dates

Nous partons le dimanche 26 janvier 2014 dans la matinée (heure à préciser ultérieurement avec le transporteur)

Le retour est prévu le samedi 1 février vers 7 h .

#### V. La journée type

La pratique du ski s'effectue **de 9h et 16h** avec un panier repas le midi. Les élèves sont répartis par groupe de niveau encadré par un enseignant d'EPS (les groupes sont révisés chaque demi -journée)

Dès le retour du ski, les élèves profitent d'un goûter.

Jusqu'à 19h, c'est l'heure de la douche et des activités libres, à l'intérieur du chalet.

Le repas est prévu à 19h, le débarrassage assuré par les collégiens.

A 20h nous nous réunissons pour faire le bilan de la journée avec les élèves , donner les consignes pour le lendemain...

Les skieurs regagnent leur chambre à 21h et les lumières s'éteignent à 22h.

#### VI. Le centre et la station

Nous serons logés par le club Alpes Pyrénées à VARS au chalet « Les chamois ». Il est situé au pied de la piste Olympique de Vars, dans le village de Ste Marie.

Il dispose de 60 lits répartis en 15 chambres sur 2 étages. Il y a une douche dans chaque chambre (sauf dans 3 d'entre elles), une salle de restaurant, une salle d'activité .

Nous skions sur l' union des domaines de Vars et Risoul, qui offre un domaine de **185 km, 110 pistes et 52 remontées mécaniques.**

## **vii. Le prix**

Le prix est de 331 euros par élève

Il comprend :

- la pension complète,
- le matériel,
- les forfaits de ski,
- le transport en car aller-retour depuis le collège,
- une assurance remboursement en cas d'annulation

## **VIII. Elèves concernés**

Les élèves concernés sont les élèves de 5<sup>ème</sup> . La priorité sera donnée aux élèves débutants dans l'activité,

Les enseignants d'EPS, après s'être entretenus avec Mme le principal, le professeur principal et l'équipe de vie scolaire, pourront refuser un élève si son comportement semble inadapté à un voyage scolaire.