



■ Pratiquer le ski nordique ■ avec un public jeune

■ Une pratique sportive d'éducation à la nature

□ Le ski nordique, pourquoi ?

Présentation de l'activité

Le ski nordique est un sport de glisse qui consiste à se déplacer sur des pistes enneigées à l'aide d'un équipement en skis nordiques de fond. Elle se pratique sur des pistes de ski nordique de différents niveaux de difficulté classifiées en quatre couleurs progressives (verte, bleue, rouge et noire).

Cette activité permet la découverte de l'effort physique mais aussi la découverte de l'environnement naturel. L'aspect ludique de l'activité se traduit par l'acquisition des premières sensations de glisse. Jouer avec la neige avec des skis nordiques est accessible aux jeunes publics (dès 6 ans), en particulier le public des Accueils Collectifs de Mineurs (ACM).



Photothèque www.sportsdenature.gouv.fr

Valeurs et finalités éducatives de l'activité

Les tranches d'âge sont données à titre indicatif. Elles font le lien entre les objectifs éducatifs et les possibilités de l'enfant au regard de son développement physique, physiologique et psychologique.

L'activité est accessible dès 6 ans sous respect de compétences avérées dans l'apprentissage de l'activité.

→ Pour partir à l'assaut de nouveaux apprentissages (6-10 ans)

Découvrir un nouvel environnement : la neige et la montagne.
Découvrir et appréhender la sensation de glisse, contrôler ses émotions.
Découvrir une nouvelle motricité.

→ Pour construire son autonomie et découvrir ses propres limites (11-14 ans)

Développer ses capacités physiques.
Développer la solidarité au sein d'un groupe (respecter et s'adapter au niveau physique des autres).
Découvrir les spécificités de l'environnement naturel liés à la neige.

→ Pour oser, s'évader, partager et goûter à la liberté (15-18 ans)

Apprendre à gérer son effort.
Évaluer les dangers pour réduire les risques : contrôler et adapter sa vitesse.
Adapter sa technique par rapport aux conditions extérieures.

Ces finalités éducatives du ski nordique peuvent vous aider à élaborer votre projet pédagogique.

Mots clés de l'activité : ski, montagne, technique, neige, météo, sécurité, glisse, évasion

□ Le ski nordique, comment ?

Conditions d'organisation de la pratique

→ L'encadrement

Le nombre de pratiquants par encadrant est déterminé en fonction de la difficulté du parcours et du niveau des pratiquants. Il ne peut excéder douze mineurs lorsque l'encadrement est assuré par un membre de l'équipe pédagogique permanente.

L'encadrement peut aussi être exercé par un intervenant extérieur (cf. cadre réglementaire, arrêté du 25 avril 2012, fiche annexe 15)

→ Lieux d'activité

L'activité se déroule sur le domaine skiable sécurisé et balisé.

→ Déroulement de l'activité

Le déroulement de l'activité passe par une reconnaissance du domaine skiable par l'encadrant, surtout si ce dernier ne connaît pas le domaine skiable.

La connaissance des prévisions météorologiques est nécessaire pour préparer la sortie.

→ Matériel

La prise en compte des conditions météorologiques est nécessaire pour adapter l'équipement individuel.

- Tenue adaptée à l'activité : pantalon et anorak, lunettes de soleil ou masque, bonnet, gants, crème solaire.
- Téléphone, numéro de sécurité des pistes, plan des pistes.

Rôle des acteurs

Rôle de l'animateur <i>Faciliter l'intégration de l'activité dans le projet d'animation</i>	Rôle du directeur <i>Proposer des activités en cohérence avec les objectifs du projet pédagogique</i>
L'activité est encadrée par un membre de l'équipe pédagogique	
<p>→ Avant</p> <p>Il sensibilise les jeunes à la pratique de l'activité : présentation du milieu, du matériel utilisé, modalités d'organisation de la séance etc.</p> <p>Il transmet au directeur la liste des participants, le déroulement de la sortie avec les horaires.</p> <p>→ Pendant</p> <p>Il encadre la séance : observation, consignes, régulations, sécurité, aide les jeunes à s'équiper.</p> <p>→ Après</p> <p>Il réalise un bilan de l'activité puis le transmet au directeur.</p>	<p>Il s'assure que les objectifs du projet pédagogique intègrent les valeurs éducatives du ski nordique.</p> <p>Il précise à l'intervenant les objectifs du projet éducatif et les attentes de l'activité ski nordique dans celui-ci.</p> <p>Il s'assure que l'intervenant (membre de l'équipe pédagogique) a un niveau d'autonomie technique suffisant : accompagner le groupe sur toute piste en toute circonstance, alerter les secours en toute situation d'urgence.</p> <p>Il définit avec l'encadrant les conditions d'organisation avant, pendant et après l'activité.</p> <p>Il précise aux responsables légaux des jeunes la nature de l'activité ski nordique, les intérêts pédagogiques et les conditions d'organisation.</p>

Cadre réglementaire

Cadre général du sport, milieu extrascolaire

Articles L.212 du Code du sport (interventions contre rémunération)

Milieu scolaire

Articles L.312 du Code de l'éducation (EPS en primaire)

BO n° 7 de l'EN du 23/09/99 (sorties pédagogiques au primaire)

BO n° 29 de l'EN du 16/07/92 (intervenants extérieurs)

Accueil collectif de mineurs

Article R.227-13 du Code de l'action sociale et des familles

Arrêté du 25/04/12 : fiche annexe 15



Cliquer sur les références des textes pour les consulter.

<p style="text-align: center;">Rôle de l'animateur</p> <p style="text-align: center;"><i>Faciliter l'intégration de l'activité dans le projet d'animation</i></p>	<p style="text-align: center;">Rôle du directeur</p> <p style="text-align: center;"><i>Proposer des activités en cohérence avec les objectifs du projet pédagogique</i></p>
<p style="text-align: center;">L'activité est encadrée par un intervenant extérieur</p>	
<p>→ Avant</p> <p>Il transmet à l'intervenant les caractéristiques du public accueilli.</p> <p>Il ajuste avec l'intervenant le niveau attendu de la prestation.</p> <p>Il sensibilise les jeunes à la pratique de l'activité : présentation du milieu, du matériel utilisé, modalités d'organisation de la séance etc.</p> <p>Il transmet au directeur la liste des participants, le déroulement de la sortie avec les horaires.</p> <p>→ Pendant</p> <p>Il participe comme soutien à l'encadrement de la séance : observation, consignes, régulations, sécurité, aide les jeunes à s'équiper et se déséquiper. Il est une personne référente pour les jeunes.</p> <p>En cas de rotation des groupes d'activités, il propose des animations en lien avec le projet aux enfants qui ne sont pas en activité.</p> <p>→ Après</p> <p>Il réalise un bilan avec l'intervenant de l'activité puis le transmet au directeur.</p>	<p>Il s'assure que les objectifs du projet pédagogique intègrent les valeurs éducatives du ski nordique.</p> <p>Il précise à l'intervenant les objectifs du projet éducatif et les attentes de l'activité ski nordique dans celui-ci.</p> <p>Il s'assure que l'intervenant (professionnel) est en capacité réglementaire pour encadrer l'activité (carte professionnelle ou récépissé de déclaration à la DDSC/PP du département du lieu d'exercice, assurance).</p> <p>Il définit avec l'intervenant et les animateurs les conditions d'organisation et le rôle de chacun avant, pendant et après l'activité.</p> <p>Il précise aux responsables légaux des jeunes la nature de l'activité ski nordique, les intérêts pédagogiques et les conditions d'organisation.</p>

☐ Ressources et outils

Liste de ressources

Le ski de fond: skating, classique / Renaud CHARIGNON, Wilfrid VALETTE. - Glénat, 2011

L'éditeur EP&S propose de nombreuses ressources (articles de la revue EP&S et EP&S1, livres, multimédia, etc.)

www.revue-eps.com

Unité d'apprentissage : ski de fond / Collectif. - Académie de Dijon

http://ien21-beaune.ac-dijon.fr/sites/ien21-beaune/IMG/pdf/SKI_DE_FOND_unite_d_apprentissage.pdf

Ski de fond / Collectif, Équipe départementale de la Haute-Loire. - Académie de Clermont-Ferrand, 2009

http://www.ia43.ac-clermont.fr/site_intercirconscription/IMG/pdf/peda_ski_de_fond_gpe_EPS_43_nov2009_test.pdf

Ski de fond : découverte et initiation / Guy MEAUXSOONE. - Vidéotel, 2007

<http://previews.imineo.com/sld05-clip-fav-30-.mp4>

À saisir dans un moteur de recherche : « bibliographie apprentissage ski nordique » ou « apprentissage du ski nordique »

Contacts et réseaux pour l'apprentissage et l'enseignement du ski nordique

Clubs sportifs :

Fédération française de Ski

Rubrique *Recherche de club* : www.ffs.fr/federation/clubs/recherche-de-club

Comité régional de Ski du Massif jurassien

Rubrique *Les clubs du comité* : www.ski-massif-jurassien.com/modules/club/liste.asp?fiches=100

Professionnels diplômés d'État de l'enseignement du ski :

École du Ski Français (ESF) : www.esf.net

École de Ski Internationale (ESI) : www.ecoledeski.fr



Photothèque www.sportsdenature.gouv.fr

Sites de pratique de ski nordique en Franche Comté

Nordic France, recherche par carte (massif et activité)

<http://www.nordicfrance.fr/fr/ou-pratiquer/recherche-par-carte.html#.VaejyvlkbpJ>