

Le savoir skier



Document conçu et réalisé par :

Jean-Michel Guilhermet

CPD Isère, chargé de mission ski scolaire

et les conseillers de massif :

Béatrice Boutantin

Michel Valla

Fabienne Garnier

Pascal Bilau

Compétences motrices :

Philippe Sevrez

Jean-Michel Guilhermet

Département Isère – décembre 2017

Ce document est destiné à une mise en œuvre dans les classes, mais ne peut être utilisé sans qu'il soit fait référence aux auteurs.

Sommaire

		<i>Apprentissage</i>	<i>Evaluation</i>
<i>Introduction</i>	page 1		
<i>Récapitulatif des compétences enseignant</i>	page 2		
<i>Livret élève</i>	page 8		
<i>Ce que disent les programmes</i>	page 11		
<i>Compétences motrices</i>			
<i>Livret enseignant ski alpin</i>	page 12		
<i>Livret enseignant ski de fond</i>	page 18		
<i>Fiches élève alpin</i>	page 25		
<i>Fiches élève fond</i>	page 31		
<i>Autres compétences</i>			
<i>Cycle 1</i>	page 37		
<i>Domaine 1 : Mobiliser le langage dans toutes ses dimensions</i>		page 38	page 44
<i>Domaine 5 : Explorer le monde</i>		page 41	page 45
<i>Cycle 2</i>	page 58		
<i>Domaine 1 : Les langages pour penser et communiquer.</i>		page 59	page 74
<i>Domaine 3 : La formation de la personne et du citoyen.</i>		page 66	page 79
<i>Domaine 4 : Les systèmes naturels et les systèmes techniques</i>		page 69	page 81
<i>Domaine 5 : Les représentations de monde et de l'activité humaine</i>		page 72	page 84
<i>Cycle 3</i>	page 85		
<i>Domaine 1 : Les langages pour penser et communiquer.</i>		page 86	page 109 et 127
<i>Domaine 3 : La formation de la personne et du citoyen.</i>		page 92	page 115
<i>Domaine 4 : Les systèmes naturels et les systèmes techniques</i>		page 97	page 118
<i>Domaine 5 : Les représentations de monde et de l'activité humaine</i>		page 102	page 126

Le savoir skier Ou « Skier et connaître la montagne ».

L'activité ski est un support à la validation de certaines compétences du socle commun de connaissances et de compétences en motricité, maîtrise de la langue, environnement, sécurité, santé et vie de groupe. Elle contribue à enrichir la culture locale pour notre département de montagne.

Ce document peut vous aider à valider les compétences du socle commun de compétences et de culture. Il contribue à une démarche de projet interdisciplinaire, il est aussi un support de liaison avec le second degré. Il donne des pistes pour le projet d'intervention.

L'activité ski scolaire ne se limite pas à l'acquisition de compétences motrices, le document « le savoir skier » recense les compétences susceptibles d'être validées à partir du projet pédagogique de la classe. A ce titre, nous en développons quelques-unes ; d'autres peuvent être mises en œuvre selon le cycle. Des pistes de travail sont aussi données dans le cahier du skieur.

Des fiches d'apprentissage et des fiches d'évaluation sont proposées à titre d'exemples. Elles peuvent être utilisées en l'état ou adaptées en fonction du projet de la classe pour intégrer le vécu des élèves (l'enseignant prendra en compte le travail réalisé dans les autres moments de classe).

La démarche d'apprentissage reste la clé de la réussite, les fiches ne se suffisent pas en elles-mêmes, c'est leur mise en œuvre qui permettra aux élèves d'atteindre les paliers du savoir skier.

NB :

* Ce document a été construit à partir des programmes (BO spécial N°11 du 26 novembre 2015), du socle commun des connaissances et compétences et de culture (BO N°17 du 23 avril 2015) et les documents Eduscol « ressources pour construire l'enseignement ».

[Accéder aux programmes](#)

* Pour les situations motrices pratiques, vous pouvez les trouver dans le document :

Skier et apprendre la montagne

de Patrick Mioche, Jean-Michel Guilhermet, Philippe Sevrez, Jean-Pierre Tempier
Edition scérén CRDP de Grenoble. Document en ligne [ici](#)

Groupe des conseillers de massif de l'Isère 2016/2017 :

Michel Valla, Pascal Bilau, Béatrice Boutantin, Fabienne Garnier, Jean-Michel Guilhermet

Illustrations :

Jo Garnier

Nous remercions les enseignants qui ont fait un travail de relecture et apporté leurs contributions :

Pour la première édition 2012 : Marie - Jo Allibe, Laurence Guérin

Laurence Damevin, Gilles Mingat, François Rose, Franck Martin, Thierry Casel, Thomas Vergnolle, Jean-Martin Bresch, Julie Fiorese, Claude Buttin, Céline Paris, Myriam Carrel, Patricia Arthaud, Sandra Gerphagnon, Anne Claire Ducos, Christelle Pentecôte, Françoise Brun, Véronique Perron, Nicolas Grosdemange, Aude Toffa, Pierre Sigayret, Stéphane Majolet, Cédric Eloy, Pierre Guignouard.

Pour la deuxième édition 2017 :

Nathalie Davignon, Isabelle Joly

Savoir skier

Fiches récapitulatives enseignant

Compétences à acquérir



Compétences motrices

Capacités motrices : Le niveau d'entrée dans l'activité pour l'élève se fera en fonction de sa pratique antérieure. Pour le déterminer on aura recours : soit à une évaluation mise en place par l'enseignant ; soit à partir des traces écrites du cahier du skieur ; soit par la connaissance des diplômes acquis en dehors de l'école.

→ Le niveau atteint va dépendre de la quantité de pratique dont l'élève a bénéficié.

Pour apporter des précisions aux compétences attendues, se reporter au document « évaluation bilan » et « évaluation fiche élève » sur le site EPS 38 (<http://www.ac-grenoble.fr/eps1/spip.php?rubrique22>).

niveau		discipline	Compétences attendues	
10 heures = 5 séances	Niveau 1	Accepter la glisse. Le terrain « commande ».	Alpin	Découvrir un déplacement en acceptant la glisse commandée par le terrain (terrain plat, petite montée, pente faible avec arrêt naturel). Savoir s'équiper.
			Fond	
20 heures = 10 séances	Niveau 2	Maîtriser la glisse. L'élève acquiert de l'«autonomie».	Alpin	Acquérir de l'autonomie dans son déplacement, contrôler sa vitesse, sa trajectoire (virage arrondi vers l'amont) (terrain pente faible). Utiliser un télési.
			Fond	Acquérir de l'autonomie dans son déplacement, contrôler sa vitesse (chasse neige), déplacement glissé sur plat descendant, monter en utilisant différentes techniques.
30 heures = 15 séances	Niveau 3		Alpin	Acquérir de l'autonomie dans son déplacement pour maîtriser la glisse, en augmentant sa vitesse, en utilisant les conduites dérapées, en s'équilibrant dans et en travers de la ligne de pente (terrain pente faible à moyenne). Gérer ses efforts pour descendre une piste verte sans s'arrêter.
			Fond	Acquérir de l'autonomie dans son déplacement pour maîtriser la glisse, en se positionnant et en s'équilibrant sur terrain varié (pente peu rapide). Gérer ses efforts pour se déplacer sans s'arrêter (environ 10 mn).
40 heures = 20 séances	Niveau 4	Optimiser la glisse. L'élève augmente son « efficacité ».	Alpin	Augmenter son efficacité, enchaîner des virages (élémentaires affinés), glisser face et en travers de la pente ski parallèle (pente moyenne), dérapage. Entretenir et contrôler sa vitesse sur une piste bleue.
			Fond	Augmenter son efficacité, déplacement glissé sur plat et plat légèrement montant, enchaîner plusieurs virages, pas tournant vers l'amont. Entretenir sa vitesse sur un déplacement long (environ 2km).
50 heures = 25 séances	Niveau 5		Alpin	Augmenter son efficacité pour optimiser sa glisse, en développant le mouvement vertical pour faciliter les déclenchements et améliorer les conduites, virages parallèles de base (godille), dérapage frein, feston de base. Entretenir et contrôler sa vitesse et sa trajectoire sur une piste rouge.
			Fond	Augmenter son efficacité pour optimiser sa glisse en se servant des transferts d'appuis et en augmentant l'amplitude des gestes. Gérer la continuité de la glisse en fonction du relief sur un déplacement long (environ 4 km).



Autres compétences

Certaines compétences peuvent être travaillées à partir de l'activité ski, des exemples sont donnés dans le cahier du skieur (voir site EPS 1 – 38).

Cycle 1

Domaines d'apprentissage	Ce qui est attendu en fin d'école maternelle	pages	
		apprentissage	exemple de réussite
Mobiliser le langage dans toutes ses dimensions	☞ Communiquer avec les adultes et avec les autres enfants par le langage, en se faisant comprendre.	38 39 40	45 46
	☞ Pratiquer divers usages du langage oral : raconter, décrire, évoquer, expliquer, questionner, proposer des solutions, discuter un point de vue.	40	45 à 55
	☞ Participer verbalement à la production d'un écrit. Savoir qu'on n'écrit pas comme on parle.	40	45 à 55
	☞ Écrire seul un mot en utilisant des lettres ou groupes de lettres empruntés aux mots connus.	40	
Agir, s'exprimer, comprendre à travers l'activité physique	☞ Se déplacer avec aisance dans des environnements variés, naturels ou aménagés	39	
Agir, s'exprimer, comprendre à travers l'activité artistique	☞ Pratiquer le dessin pour représenter ou illustrer, en étant fidèle au réel ou à un modèle, ou en inventant.	40	
	☞ Décrire une image et exprimer son ressenti ou sa compréhension en utilisant un vocabulaire adapté.	40	45 à 55
Construire les premiers outils pour structurer sa pensée	☞ Nous ne proposons pas de fiche dans ce domaine. On pourra évaluer lors des situations pratiques.		
Explorer le monde : 1. Se repérer dans le temps ou dans l'espace. 2. Explorer le monde du vivant	☞ Ordonner une suite de photographies ou d'images, pour rendre compte d'une situation vécue ou d'un récit fictif entendu, en marquant de manière exacte succession et simultanéité.	42	48 49
	☞ Utiliser des marqueurs temporels adaptés (puis, pendant, avant, après...) dans des récits, descriptions ou explications.	40 42	48 à 51 54 55 48 49
	☞ Utiliser des marqueurs spatiaux adaptés (devant, derrière, droite, gauche, dessus, dessous...) dans des récits, descriptions ou explications.	42	50 à 53
	☞ Connaître les besoins essentiels de quelques animaux et végétaux.	41 43	48 49 56 57
	☞ Situer et nommer les différentes parties du corps humain, sur soi ou sur une représentation.	41	
	☞ Connaître et mettre en œuvre quelques règles d'hygiène corporelle et d'une vie saine.	41	

Les fiches sont des exemples, il est nécessaire de les utiliser et de les adapter au contexte local.

Compétences attendues - Conseillers de massif Isère – janvier 2017

Cycle 2 et 3

Domaines du socle commun de connaissances, de compétences et de culture	Objectifs de connaissances et de compétences		pages			
			C2		C3	
			ap	év	ap	év
1 Les langages pour penser et communiquer	Comprendre, s'exprimer en utilisant la langue française à l'oral et à l'écrit	<ul style="list-style-type: none"> - L'élève parle, communique, et argumente à l'oral de façon claire et organisée - il emploie à l'écrit comme à l'oral un vocabulaire juste et précis - Il adapte sa lecture et la module en fonction de la nature et de la difficulté du texte - pour construire ou vérifier le sens de ce qu'il lit, il combine avec pertinence et de façon critique les informations explicites et implicites issues de sa lecture - L'élève s'exprime à l'écrit pour raconter, décrire, expliquer ou argumenter de façon claire et organisée 	59 à 61	74	86 à 87	109
	Comprendre, s'exprimer en utilisant une langue étrangère et, le cas échéant une langue régionale	<ul style="list-style-type: none"> - L'élève comprend des messages oraux et écrits, s'exprime et communique à l'oral et à l'écrit de manière simple mais efficace - Il s'engage volontiers dans le dialogue et prend part activement à des conversations 	59 à 61	74	86 à 87	109
	Comprendre, s'exprimer en utilisant les langages mathématiques, scientifiques et informatiques	<ul style="list-style-type: none"> - L'élève utilise les principes du système de numération décimale pour effectuer des calculs et modéliser des situations - Il lit des plans et se repère sur des cartes - Il lit, interprète, commente, produit des tableaux, des graphiques et des diagrammes 	59	74	86 à 87	110 à 112
	Comprendre, s'exprimer en utilisant les langages des arts et du corps	<ul style="list-style-type: none"> - Apprendre à s'exprimer et communiquer en concevant et réalisant des productions visuelles, plastiques, sonores ou verbales. - S'exprimer par des activités physiques, sportives ou artistiques, impliquant le corps. - A travers ces pratiques, apprendre progressivement le contrôle et la maîtrise de soi. 	59 à 61	75 à 76	86 à 87	109
			62 à 65	77 à 78	88 à 91	113 à 114
			72	84	102 à 104	126 à 128
			67 à 68	74 à 80		117

ap → apprentissage év → évaluation

Domaines du socle	Objectifs de connaissances et de compétences			pages			
				C2		C3	
				ap	év	ap	év
2 Les outils pour apprendre	Organisation du travail personnel	- se projeter dans le temps, anticiper, planifier ses tâches. - comprendre le sens des consignes - mettre en œuvre les capacités essentielles que sont l'attention, la mémorisation, la mobilisation de ressources, la concentration, l'aptitude à l'échange et au questionnement, le respect des consignes, la gestion de l'effort - identifier un problème, s'engager dans une démarche de résolution, mettre à l'essai plusieurs solutions	69 à 72	83	97 à 107	118 à 125	
	Coopération et réalisation de projets	- travailler en équipe, partager des tâches - gérer un projet, qu'il soit individuel ou collectif - savoir que la classe est un lieu de collaboration, d'entraide	69 à 72	83	97 à 107	118 à 125	
	Médias, démarches de recherche et de traitement de l'information	- traiter les informations collectées, les organiser, les mémoriser sous des formats appropriés et les mettre en forme.			101	125	
	Outils numériques pour échanger et communiquer	- savoir mobiliser différents outils numériques pour créer des documents intégrant divers médias et les publier ou les transmettre	72	84	102 à 104	126	
3 La formation de la personne et du citoyen	Expression de la sensibilité et des opinions, respect des autres	- L'élève exprime ses sentiments et ses émotions en utilisant un vocabulaire précis. - Il exploite ses facultés intellectuelles et physiques en ayant confiance en sa capacité à réussir et à progresser.	66 à 68	79 80	92 à 96	115 à 117	
	La règle et le droit	- L'élève comprend et respecte les règles communes					
	Réflexion et discernement	- il distingue son intérêt particulier de l'intérêt général					
	Responsabilité, sens de l'engagement et de l'initiative	- L'élève coopère et fait preuve de responsabilité vis-à-vis d'autrui					

ap → apprentissage év → évaluation

Domaines du socle	Objectifs de connaissances et de compétences			pages			
				C2		C3	
				ap	év	ap	év
4 Systèmes naturels et les systèmes techniques	Démarche scientifique	<ul style="list-style-type: none"> - L'élève sait mener une démarche d'investigation. - Il éveille sa curiosité, son envie de se poser des questions, de chercher des réponses. - Il découvre, par une approche scientifique, la nature environnante. - Il comprend que les mathématiques permettent de développer une représentation scientifique des phénomènes, qu'elles offrent des outils de modélisation. - Il interprète des résultats statistiques et les représente graphiquement. 		69à 72	81à 84	97à 100	118à 121 126à 128
	Conception, création, réalisation	<ul style="list-style-type: none"> - L'élève se familiarise avec les évolutions de la technologie ainsi que son histoire. 					122à 124
	Responsabilités individuelles et collectives	<ul style="list-style-type: none"> - L'élève connaît l'importance d'un comportement responsable vis-à-vis de l'environnement et de la santé. - Il comprend ses responsabilités individuelle et collective. - Il prend conscience de l'impact de l'activité humaine sur l'environnement. - Il est conscient des enjeux de bien-être et de santé des pratiques alimentaires et physiques. - Il observe les règles élémentaires de sécurité. 		66à 68	83	94à 96 101	125
5 Les représentations du monde et l'activité humaine	L'espace et le temps	<ul style="list-style-type: none"> - se repérer dans l'espace à différentes échelles - savoir situer un lieu ou un ensemble géographique en utilisant des cartes, les comparer et en produire des représentations graphiques. 		72	84	102à 107	126à 128
	Organisations et représentations du monde	<ul style="list-style-type: none"> - lire des paysages, identifier ce qui relève des atouts et des contraintes du milieu ainsi que l'activité humaine, passée et présente. 				105à 107	118 119
	Invention, élaboration, production	<ul style="list-style-type: none"> - mobiliser son imagination et sa créativité au service d'un projet personnel ou collectif. - connaître les contraintes et les libertés qui s'exercent dans le cadre des activités physiques et sportives - gérer son activité physique et sa production ou sa performance pour les améliorer, progresser et se perfectionner - chercher et utiliser des techniques pertinentes, construire des stratégies pour réaliser une performance sportive. - prendre sa place dans le groupe en étant attentif aux autres pour coopérer ou s'affronter 					

ap → apprentissage év → évaluation

Savoir skier

Livret élève

Compétences à acquérir



Conseillers de massif Isère - janvier 2017

Capacité motrice
J'ai atteint le niveau en ski

	fond	alpin
Niveau 1	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Niveau 2	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Niveau 3	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Niveau 4	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Niveau 5	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Le contenu des différentes compétences est décrit dans les fiches élève.

	Validation par l'école
Date :	
Tampon de l'école :	

le savoir skier



Nom :

Prénom :

Ecole :

Cycle 1

Compétences	Un exemple de réussite qui traduit un progrès
Pratiquer divers usages du langage oral : raconter, décrire, évoquer, expliquer, questionner, proposer des solutions, discuter un point de vue	
Décrire une image et exprimer son ressenti ou sa compréhension en utilisant un vocabulaire adapté	
Ordonner une suite de photographies ou d'images, pour rendre compte d'une situation vécue ou d'un récit fictif entendu, en marquant de manière exacte succession et simultanéité.	
Connaitre les besoins essentiels de quelques animaux et végétaux.	

Cycle 2 et 3

Domaine	L'élève :	Objectifs d'apprentissage			
		Non atteints	Partiellement atteints	atteints	dépassés
1	s'exprime à l'écrit ou à l'oral pour raconter, décrire, expliquer ou argumenter de façon claire et organisée	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Combiner avec pertinence des informations lues (textes et images)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	lit des plans et se repère sur des cartes	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2	met en œuvre les capacités essentielles que sont l'attention, la mémorisation, la mobilisation de ressources, la concentration, l'aptitude à l'échange et au questionnement, le respect des consignes, la gestion de l'effort	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	gère un projet, qu'il soit individuel ou collectif	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3	exploite ses facultés intellectuelles et physiques en ayant confiance en sa capacité à réussir et à progresser	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	comprend et respecte les règles communes	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	coopère et fait preuve de responsabilité vis-à-vis d'autrui	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	découvre, par une approche scientifique, la nature environnante.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	connaît l'importance d'un comportement responsable vis-à-vis de l'environnement et de la santé.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	observe les règles élémentaires de sécurité.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5	sait situer un lieu ou un ensemble géographique en utilisant des cartes, les comparer et en produire des représentations graphiques	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	connaît les contraintes et les libertés qui s'exercent dans le cadre des activités physiques et sportives	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	cherche et utiliser des techniques pertinentes, construire des stratégies pour réaliser une performance sportive.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Cycle 1 « agir, s'exprimer, comprendre à travers l'activité physique »

Objectif 2 : adapter ses équilibres et ses déplacements à des environnements et des contraintes variées		
Ce qui est à construire à l'étape 3 (autour de 5 ans)		progressivité
Favoriser la réalisation d'actions motrices inhabituelles.	Création d'un projet d'action en libérant son regard des points d'appui, en prenant plaisir à accomplir des « exploits ».	Assurer son équilibre avec des objets ou des véhicules inhabituels (<i>skis</i>), se propulser de manière à maîtriser sa vitesse et sa trajectoire.
Construire des déplacements dans des espaces aménagés	Anticipation de ses itinéraires, de ses manières de faire. Recherche « d'exploits » à montrer aux autres.	
Utiliser les engins sollicitant des modes d'équilibre et de propulsion différents.	Maîtrise d'engins sur un itinéraire complexe en prenant des informations visuelles pour changer de direction ou d'allure.	Piloter des engins sur un itinéraire complexe en prenant des informations visuelles, libérer le regard, changer d'allure selon des signaux.

Cycle 2 « Education Physique et sportive »

- Document d'accompagnement pour l'évaluation des acquis du socle commun de connaissances, de compétences et de culture (Éléments pour l'appréciation du niveau de maîtrise satisfaisant en fin de cycle 2).
[Accéder au document](#)
- Pour aller plus loin : transformer, évaluer, s'informer
 - Contribuer au socle, apprendre en et par l'EPS
Compétences travaillées et contribution du champ d'apprentissage 2 (Adapter ses déplacements à des environnements variés en ski) aux compétences générales et aux domaines du socle.
[Accéder au document](#)
 - Quelques repères sur les possibilités des élèves et principes pédagogiques à mettre en œuvre en ski.
[Accéder au document](#)
 - Faire progresser : ce qu'il y a à apprendre dans le champ d'apprentissage 2 en ski.
[Accéder au document](#)
 - Des contenus à enseigner et des repères de progressivité : ce qu'il y a à apprendre dans le champ d'apprentissage 2 en ski contenu indicateurs de réussite en lien avec les 5 niveaux proposés dans le document.
[Accéder au document](#)
 - Des repères pour évaluer dans le champ d'apprentissage 2 : illustration dans l'activité ski en lien avec les 5 niveaux proposés dans le document.
[Accéder au document](#)

Cycle 3 « Education Physique et sportive »

Les ressources pour construire l'enseignement dans le champ d'apprentissage « adapter ses déplacements à des environnements variés » en ski

- La démarche en EPS, aide pour concevoir le module ou cycle d'apprentissage pour chaque leçon ou séance d'apprentissage.
[Accéder au document](#)
- Comprendre les enjeux de formation et les contenus d'enseignement pour bâtir les modules ou cycles d'apprentissage en relation avec les domaines du socle.
[Accéder au document](#)
- L'explicitation des attendus de fin de cycle.
[Accéder au document](#)

L'ensemble des documents sont sur le site EPS 38 [dans la rubrique ski](#)

Evaluation en ski Alpin



Ce document est conçu pour situer le niveau des élèves en fin de module d'apprentissage. Il peut être aussi utilisé pendant les séances d'apprentissage pour aider à mesurer les acquisitions.

Il donne des indications sur les contenus d'apprentissage et leur mise en relation avec les objectifs visés.
Il propose des pistes pour la mise en place de l'activité.
Il permet d'identifier les étapes à franchir.

Il existe aussi un document pour la formation de groupes de niveaux en classe avant la première séance « évaluation préalable » disponible sur le site EPS 1 – 38 :

<http://www.ac-grenoble.fr/eps1/spip.php?article208>

Document évaluation ski Alpin : travail fait en partenariat dans le département de l'Isère (Education Nationale, ESF)

A partir des documents : mémento du ski français, livre « Skier et apprendre la montagne »

Document réalisé par :

Education Nationale : Philippe SEVREZ

Ecole de Ski Français : Jean-Yves NOYREY

Relecture : Gérard GAUTIER enseignant UFRAPS

Avril 2009

les étapes		actions	terrain	quelques conseils	contenus d'enseignement	test ESF
<p>Découverte de l'activité, du matériel et du milieu.</p> <p>Construire son équilibre en acceptant la glisse sur terrain lisse en pente faible.</p> <p>Le terrain « commande ».</p>	Niveau 1					classe débutant : ourson
		chausser, déchausser	plat	- utiliser des jeux	- s'équiper seul	
		monter	franchir une petite butte	- utilisation de repères au sol	- monter en escalier - monter en canard	parcours facile de type nordique
		marcher, piloter tomber se relever	plat avec cheminement matérialisé	- se déplacer en glissant - jouer sur plat damé	- marcher et glisser - piloter - tomber se relever	
		glisser, s'arrêter	plat descendant	- se laisser glisser avec les 2 pieds au même niveau - travailler sans bâton	- glisser avec les skis parallèles - glisser en chasse-neige - s'arrêter sans tomber, arrêt naturel ou virage chasse-neige	trace directe face à la pente terminée par un virage chasse-neige
piloter	pente avec replat arrêt naturel	- fléchir les jambes, au niveau des chevilles et genoux, bras devant, spatules convergentes	- entrer dans la pente - changer de direction en chasse-neige glissé dans la ligne de pente (parcours libre puis imposé)	évolution serpentée en virages chasse-neige		

les étapes	actions	terrain	quelques conseils	contenus d'enseignement	test ESF	
<p>Maîtriser la glisse :</p> <ul style="list-style-type: none"> - en augmentant sa vitesse, en découvrant les conduites dérapées. - en s'équilibrant dans et en travers de la ligne de pente . <p>L'élève acquiert de l'« autonomie ».</p>	Niveau 2				classe 1 : flocon	
		glisser	plat descendant	- se déplacer en faisant glisser ses skis, participation du buste pour accepter la pente	- se déplacer en glissant (skis parallèles ou chasse-neige) - soulever alternativement les pieds	test d'équilibre en glissement face à la pente
		glisser	pente peu rapide	- travailler sans bâton, bras en avant du corps	-alterner : parallèle et chasse neige	
		piloter	pente peu rapide	- favoriser l'équilibre par la prise de carres sur le ski aval	- contrôler la vitesse, contrôler la trajectoire	trace directe élémentaire en travers sur une trajectoire plus ou moins adaptée
		piloter	pente faible	- utiliser des pistes larges et régulières - favoriser les dérapages - développer l'indépendance des jambes	- dérapage arrondi élémentaire (trajectoire courbe vers l'amont) - virage élémentaire (départ skis parallèles + chasse-neige ou stem terminé par dérapage arrondi élémentaire) - virage libre puis matérialisé (favoriser le virage arrondi par rapport au virage pointu)	enchaînement de 7 à 8 virages chasse-neige avec retour skis parallèles sur un parcours matérialisé adapté
		monter	téléski	- exercices à deux, avec un bâton de ski en guise de perche	- utiliser les remontées mécaniques	

les étapes		actions	terrain	quelques conseils	contenus d'enseignement	test ESF		
<p>Maîtriser la glisse :</p> <ul style="list-style-type: none"> - en augmentant sa vitesse, en découvrant les conduites dérapées. - en s'équilibrant dans et en travers de la ligne de pente. <p>l'élève acquiert de l'« autonomie ».</p>		Niveau 3				classe 1 : 1 ^{ère} étoile		
				glisser, piloter	pente faible	<ul style="list-style-type: none"> - soulever le talon en gardant le contact spatule - développer l'indépendance des jambes (traverser en levant un pied, en faisant un déplacement latéral) 	<ul style="list-style-type: none"> - trace directe élémentaire face à la pente - trace directe en travers de la pente 	traversée skis parallèles (maintien de l'angle de prise de carres)
				piloter	pente faible, léger dévers	<ul style="list-style-type: none"> - prise d'élan dans la pente - avec ou sans bâtons - matérialiser les trajectoires 	<ul style="list-style-type: none"> - pas tournants en glissement sur le plat - prise d'élan dans la pente 	pas tournants sur pente faible (départ oblique)
				freiner, s'arrêter	pente faible	<ul style="list-style-type: none"> - éviter de systématiser l'arrêt chasse-neige en proposant des pas tournants, des dérapages... 	<ul style="list-style-type: none"> - pas tournant amont élémentaire (suite à trace directe face à la pente) - pas de patineur élémentaire (pour augmenter la vitesse) - dérapage arrondi élémentaire - stem aval 	
				glisser, piloter	pente moyenne	<ul style="list-style-type: none"> - aller d'un bord de la piste à l'autre - imposer un nombre de virages - serpenter 	<ul style="list-style-type: none"> - feston pivoté élémentaire (amorce de virages entrecoupés d'arrondis sans franchir la ligne de pente) - dérapage en biais élémentaire - virage élémentaire 	
				gérer ses efforts		<ul style="list-style-type: none"> - varier la place dans le groupe, mettre un élève devant 	<ul style="list-style-type: none"> - se déplacer sans s'arrêter sur une piste verte 	

les étapes	actions	terrain	quelques conseils	contenus d'enseignement	test ESF	
<p>Optimiser la glisse :</p> <ul style="list-style-type: none"> - en développant le mouvement vertical pour faciliter les déclenchements et améliorer les conduites. - en s'équilibrant dans des pentes de plus en plus difficiles. <p>l'élève augmente son efficacité.</p>	Niveau 4				classe 2 : 2 ^{ème} étoile	
		piloter	profils variés,	- se baisser, se relever, sauter pieds joints, franchir une rupture de pente	- trace directe de base (face à la pente)	pas de patineur de base
		piloter	contre-pentes (dévers)	- utiliser les bâtons pour pousser au départ - utiliser la flexion - enchaîner le dérapage avec une trace directe en traversée	- dérapage en biais de base (skis parallèles, lâchage de carres) - trace directe en traversée de base - feston élémentaire (dérapages entrecoupés de traces directes en traversée)	dérapage en biais de base
		glisser, piloter	pente moyenne	- varier le rayon des virages - varier les formes d'évolution du groupe (élève devant, par 2...) - augmenter progressivement la vitesse	- virage élémentaire affiné (skis parallèles au franchissement de la ligne de pente) - trace directe en traversée de base (skis parallèles)	enchaînement d'une dizaine de virages élémentaires affinis, sur un parcours matérialisé adapté, sur pente moyenne
		gérer ses efforts	terrain varié		- entretenir et contrôler sa vitesse et sa trajectoire sur un déplacement long (piste bleue)	

les étapes	actions	terrain	quelques conseils	contenus d'enseignement	test ESF	
<p>Optimiser la glisse :</p> <p>- en développant le mouvement vertical pour faciliter les déclenchements et améliorer les conduites.</p> <p>- en s'équilibrant dans des pentes de plus en plus difficiles.</p> <p>l'élève augmente son efficacité.</p>	Niveau 5				classe 2 : 3 ^{ème} étoile	
		glisser	pente moyenne	- varier les profils (favoriser le mouvement vertical)	- trace directe 2 ^{ème} degré - feston simple de base (dérapages en biais entrecoupés de traces directes en traversée) - dérapage frein (dérapage latéral contrôlé jusqu'à l'arrêt)	trace directe perfectionnée en recherche de vitesse, terminée par un dérapage frein, le tout sur pente moyenne
		glisser, piloter	pente moyenne Dévers	- varier les mécanismes de déclenchement (flexion ou flexion/extension/flexion) - imposer une trace - augmenter la vitesse - changer de pente	- feston pivoté de base (amorces de virages de base entrecoupés d'arrondis de base sans franchir la ligne de pente) - dérapage arrondi de base (dérapage contrôlé vers l'amont) - pas tournant amont de base	feston simple de base, sur pente moyenne
		piloter	pente moyenne	- Augmenter la vitesse - équilibre sur 2 pieds, d'un pied sur l'autre - varier les rayons, trajectoires et terrains - faire un maximum de virages, rôle du bâton (godille)	- virage parallèle de base (skis parallèles avec conduites dérapées) - godille de base (virages de base à courts rayons – sans traces directes en traversée-)	enchaînement d'une dizaine de virages de base imposés par 10 à 12 piquets, sur pente moyenne
	gérer ses efforts	terrain varié		- entretenir et contrôler sa vitesse et sa trajectoire sur un déplacement long en terrain varié (pente et relief)		

Certains contenus d'enseignement sont illustrés par des vidéos sur le site : <http://www.ac-grenoble.fr/cddp38/skiscoleaire>

Philippe SEVREZ, Jean-Yves NOYREY – avril 2009

Evaluation en ski Nordique



Ce document permet de situer le niveau des élèves en fin de module d'apprentissage. Il peut être aussi utilisé pendant les séances d'apprentissage pour aider à mesurer les acquisitions.

Il donne des indications sur les contenus d'apprentissage et leur mise en relation avec les objectifs visés.

Il propose des pistes pour la mise en place de l'activité.

Il permet d'identifier les étapes à franchir.

Il existe aussi un document pour la formation de groupes de niveaux en classe avant la première séance « évaluation préalable » disponible sur le site EPS 1 – 38 :

<http://www.ac-grenoble.fr/eps1/spip.php?article208>

Document évaluation ski Nordique : travail fait en partenariat dans le département de l'Isère (ESF, Dauphiné Ski Nordique, Education Nationale)

A partir des documents : mémento du ski français, mallette Dauphiné ski Nordique, livre « Skier et apprendre la montagne »

Document réalisé par :

Education Nationale : Philippe SEVREZ, Jean-Michel GUILHERMET

Ecole de Ski Français : Michel LAFFAY

Dauphiné Ski Nordique : Marc MAGNIN

Octobre 2008

les étapes	actions	terrain	quelques conseils	contenus d'enseignement	test ESF
<p>Découvrir et accepter la glisse et les déplacements dans un milieu incertain.</p> <p>Le terrain « commande ».</p>					classe débutant : ourson
	chausser, déchausser	plat	- utiliser des jeux	- s'équiper seul	
	marcher, piloter tomber, se relever	plat avec traces	- se déplacer dans les traces en glissant - jouer sur plat damé	- marcher et glisser - piloter - tomber et se relever	déplacements variés et marche glissée sur terrain plat
	glisser	plat descendant, utilisation des traces	- se laisser glisser avec les 2 pieds au même niveau - utiliser les bâtons n'est pas indispensable, ils sont utilisés seulement pour les déplacements entre les ateliers	- travailler sans bâtons	trace directe sur pente douce chasse neige sur pente douce avec arrêt naturel
	glisser s'arrêter	pente avec replat arrêt naturel	- fléchir les jambes, au niveau des chevilles, bras devant favoriser la glisse	- glisser avec les skis parallèles - glisser en chasse neige - s'arrêter sans tomber, arrêt naturel	
monter	franchir une petite butte	- garder les skis parallèles - utilisation de repères au sol	- se déplacer latéralement		

les étapes		actions	terrain	quelques conseils	contenus d'enseignement	test ESF
<p>Maîtriser la glisse positionnement et équilibre.</p> <p>L'élève acquiert de l'« autonomie ».</p>	Niveau 2					classe 1 : flocon
		glisser, se propulser	plat descendant	- se déplacer en faisant glisser ses skis à chaque foulée - se propulser uniquement avec l'aide des bâtons, participation du buste	- se déplacer en glissant	déplacement avec poussées simultanées
		glisser	pente peu rapide	- bâtons vers l'arrière et positionnement des bras en avant du corps	- alterner : parallèle et chasse neige	chasse neige freiné
		se freiner piloter contrôler le freinage	pente peu rapide régulière plat au début et à la fin	- les genoux sont vers l'intérieur	- effectuer un chasse-neige ou un demi chasse-neige (un ski dans la trace, un ski en chasse neige) pour ralentir ou s'arrêter - contrôle de la vitesse, contrôle de la trajectoire	
		s'arrêter	pente peu rapide zone d'arrêt définie sur un replat	- l'arrêt se fait dans une zone plate	- s'arrêter en chasse neige sans tourner	
		se relever	dans la pente	- utilisation de repères	- positionner ses skis par rapport à la pente	
		monter	pente plus raide	- prise d'appui sur la carre ciseaux : appui carre interne, rapprocher les genoux, se redresser, bâtons plantés vers l'arrière	- monter en utilisant l'appui des bâtons : en escalier, en ciseaux	montée en escalier et en ciseaux

Philippe SEVREZ, Jean-Michel GUILHERMET, Michel LAFFAY, Marc MAGNIN – octobre 2008

les étapes		actions	terrain	quelques conseils	contenus d'enseignement	test ESF
						classe 1 : 1 ^{ère} étoile
<p>Maîtriser la glisse positionnement et équilibre.</p> <p>L'élève acquiert de l'« autonomie ».</p>	Niveau 3	glisser, se propulser	plat descendant terrain plat montée progressive	- petites foulées, variation des foulées	- se déplacer en foulées glissées	marche glissée en montée
		glisser, se propulser	plat descendant	- centre de gravité reste entre les skis - faible ouverture - petit transfert du poids d'un ski sur l'autre	- se déplacer en glissant	pas de patineur sans bâtons sur terrain glissant
		glisser	pente moyenne terminée par un plat	- imposer des contraintes : par le terrain ou par une consigne - baisser se relever ligne de gravité à l'aplomb des appuis - skis à plat	- positionner son corps en fonction des contraintes de la pente (vitesse modérée, varier les vitesses) - face à la pente	trace directe 1 ^{er} degré
		se freiner piloter	pente peu rapide à moyenne	- utiliser le haut du corps pour le transfert du poids	- tourner en chasse neige pour s'arrêter en bas de pente (changement de direction en glissant) - enchaîner 4 virages	quatre virages chasse neige enchaînés
		s'arrêter	pente peu rapide zone définie pente légère	- l'arrêt se fait dans une zone imposée	- s'arrêter en chasse neige sans tourner	
		se relever	dans la pente	- utiliser une pente de plus en plus forte	- positionner ses skis par rapport à la pente	
		gérer ses efforts	terrain varié, adapté		- se déplacer sans s'arrêter pendant un temps donné (environ 10 mn)	

Philippe SEVREZ, Jean-Michel GUILHERMET, Michel LAFFAY, Marc MAGNIN – octobre 2008

les étapes		actions	terrain	quelques conseils	contenus d'enseignement	test ESF
Optimiser la glisse appuis, transferts et amplitude des gestes. L'élève augmente son efficacité.	Niveau 4					classe 2 : 2 ^{ème} étoile
		glisser, se propulser piloter	plat montant utiliser la trace	<ul style="list-style-type: none"> - se propulser vers l'avant diminuer le nombre de foulées - travailler sans et avec bâtons - travailler l'équilibration avec un ski - se déplacer avec appui et en continu, enchaîner petites foulées rapides et foulées plus amples - participation des bras 	<ul style="list-style-type: none"> - se déplacer en alternatif - faire des pas glissés 	pas glissé et pas de un sur terrain varié
			plat descendant (la neige facilite)	<ul style="list-style-type: none"> - orienter le haut du corps sur le ski d'appui, dans le sens du déplacement - travailler sans et avec bâtons - travailler l'équilibration avec un ski - se déplacer avec appui et en continu - participation des bras 	<ul style="list-style-type: none"> - transférer le poids du corps d'un ski sur l'autre - se déplacer en pas de patineur - se déplacer en ½ pas de patineur - changer de direction en pas tournant (sans propulsion) 	pas de patineur avec bâtons sur terrain glissant
		glisser piloter s'arrêter	pente moyenne terrain varié	<ul style="list-style-type: none"> - maintenir l'appui sur le ski extérieur 	<ul style="list-style-type: none"> - enchaîner plusieurs virages (ouverture chasse neige, ou demi chasse neige, retour ski parallèle) 	trace directe 2 ^{ème} degré avec creux et bosses
			pente rapide moyenne	<ul style="list-style-type: none"> - augmentation de l'écartement des bras et des jambes 	<ul style="list-style-type: none"> - se mettre en position de recherche de vitesse - changer de trace 	
				pente rapide moyenne	<ul style="list-style-type: none"> - poids sur le ski aval, ski amont plus avancé flexion de la jambe avale 	<ul style="list-style-type: none"> - trace directe en traversée - pas tournants vers l'amont
		gérer ses efforts	terrain varié, adapté		<ul style="list-style-type: none"> - entretenir sa vitesse sur un déplacement long (environ 2 km) 	

Philippe SEVREZ, Jean-Michel GUILHERMET, Michel LAFFAY, Marc MAGNIN – octobre 2008

les étapes		actions	terrain	quelques conseils	contenus d'enseignement	test ESF
						classe 2 : 3 ^{ème} étoile
Optimiser la glisse appuis, transfert et amplitude des gestes. L'élève augmente son efficacité.	Niveau 5	glisser, se propulser piloter	plat	- le bassin doit être à l'aplomb de l'appui (travail en trace large) - glisser longtemps sur l'appui, grande amplitude - transfert du poids du corps d'un ski sur l'autre	- se déplacer en pas alternatif	déplacement en pas alternatif sur terrain plat
		gérer ses efforts	terrain varié	- varier les pas en fonction du relief	- gérer la continuité de la glisse en fonction du relief	alternance de pas de un et de pas alternatif
		glisser, se propulser piloter	plat	- synchronisé le planté de bâton avec la pose du ski sur la neige le planté du bâton se fait en avant du pied d'appui	- se déplacer en pas de patineur	pas de patineur 2 temps sur terrain plat
		gérer ses efforts	terrain varié	- varier les pas en fonction du relief	- gérer la continuité de la glisse en fonction du relief	alternance de ½ pas de patineur sur terrain plat
		s'arrêter	pente rapide piste large et dégagée	- varier les déclenchements (chasse neige, demi chasse neige) pour aider au déclenchement d'un - virage chasse neige terminé en parallèle	- réaliser un freinage d'urgence en ski parallèles	enchaînement de 6 à 7 virages élémentaires
		gérer ses efforts	terrain varié terrain varié	- varier les pas en fonction du relief	- entretenir sa vitesse sur un déplacement long (environ 4 km)	Nordi Cross test ESF

Philippe SEVREZ, Jean-Michel GUILHERMET, Michel LAFFAY, Marc MAGNIN – octobre 2008

Vocabulaire :

- Amont : du côté du haut de la montagne (vers les monts)
- Aval : du côté du bas de la montagne (vers la vallée)
- Dérapiage biais : oblique par rapport à la ligne de pente
- Dérapiage arrondi : trajectoire courbe vers l'amont
- Montée ciseaux : skis divergents, spatules écartées talons des skis serrés, \ /
- Montée escalier : skis parallèles et perpendiculaires à la ligne de pente
- Pas alternatif : déplacement alterné bras jambes, dans l'axe du déplacement
- Pas de un : une impulsion de jambe et poussée simultanée des deux bras
- Pas de deux : deux impulsions de jambes alternées et poussée des deux bras
- Pas de patineur : skis divergents
- Pas tournant : changement de direction, déplacement successif des skis
- Poussée simultanée : poussée des deux bras ensemble, flexion du buste
- Trace directe : descente skis parallèles
- Virage élémentaire : virage vers l'aval, amorcé par un chasse neige et terminé par un dérapage large

Le vocabulaire est illustré par des vidéos dans le site : <http://www.ac-grenoble.fr/cddp38/skiscoleaire> **à changer mettre article sur site EPS**

Philippe SEVREZ, Jean-Michel GUILHERMET, Michel LAFFAY, Marc MAGNIN – octobre 2008

Savoir skier

Fiches élève ski alpin

Compétences motrices à acquérir



Philippe Sevrez CPC 38 – 2010

Niveau 1 - Alpin

Ce que j'ai appris en ski Alpin :

mettre seul mon matériel.				
mes chaussures	mes skis	mes bâtons	mon casque	mes vêtements
				

me déplacer au plat.	
avancer	tomber, me relever
	

glisser.		
glisser droit	en chasse neige	m'arrêter
		

monter.	
en escalier	en canard
	

Niveau 2 - Alpin

Ce que j'ai appris en ski alpin :

glisser sur le plat descendant.			
en chasse neige		en parallèle	
			

piloter dans une pente faible.							
contrôler		déraper		Tourner		enchaîner des virages	
							

monter.		
en utilisant un télésièges		
		

Philippe Sevrez CPC 38 – 2010

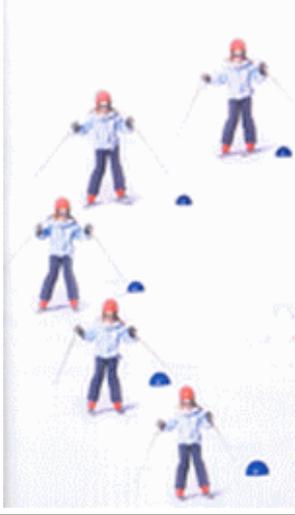
Niveau 3 - Alpin

Ce que j'ai appris en ski alpin :

glisser	
Dans une pente faible : je glisse face à la pente skis parallèles.	
Dans une pente faible : je glisse en travers de la pente skis parallèles.	

piloter	
Dans une pente moyenne : je sais enchaîner 4 virages en gardant mes skis parallèles dans le virage.	
Dans une pente faible : je sais faire un pas tournant en suivant de près le marquage au sol.	
Lorsque je glisse dans une pente faible : je sais m'arrêter en dérapant.	
Lorsque je tombe dans une pente : je me relève seul rapidement.	

gérer mes efforts	
Je suis capable de skier une piste verte sans m'arrêter et en faisant des virages.	

	
virage élémentaire	pas tournants

Images extraites du guide à l'usage des moniteurs ESF

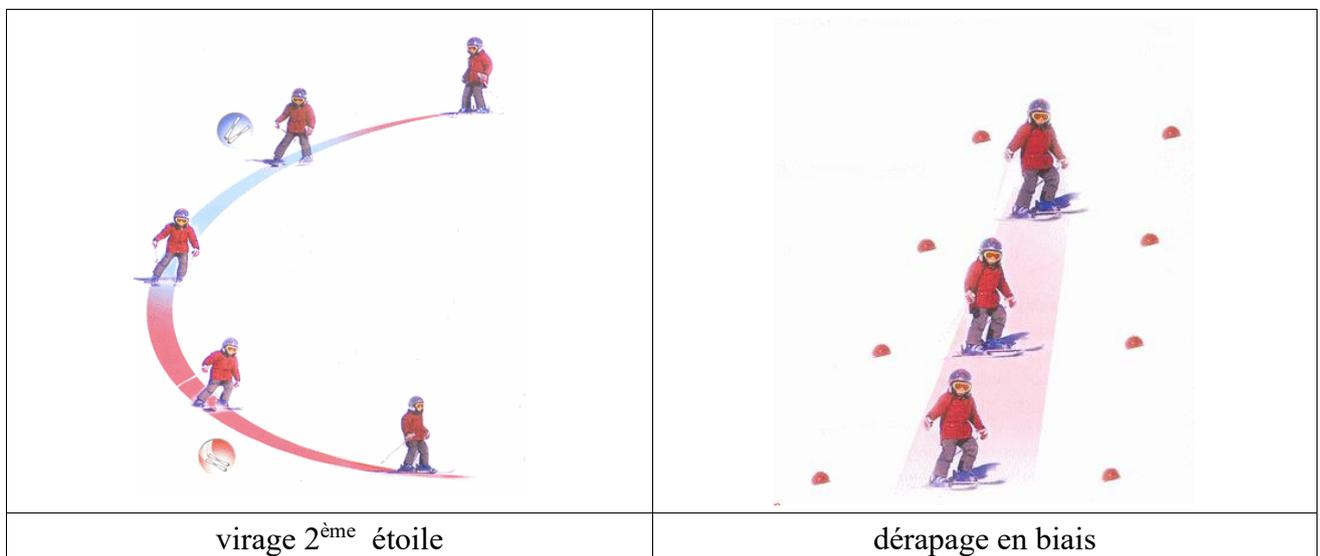
Niveau 4 - Alpin

Ce que j'ai appris en ski alpin :

glisser	
Dans une pente moyenne : je place mes skis parallèles dès le passage de la ligne de pente.	
Dans une pente moyenne : je glisse en travers de la pente skis parallèles.	

piloter	
Dans une pente moyenne : je sais enchaîner une dizaine de virages en gardant mes skis parallèles dans le virage.	
Dans une pente faible : je sais faire un pas de patineurs.	
Lorsque je glisse dans une pente moyenne : je sais déraper et stopper le dérapage.	
Dans une pente moyenne : j'adapte ma vitesse et ma technique au terrain (bosses, dévers).	

gérer mes efforts	
Je suis capable de skier sur une piste bleue en entretenant et en contrôlant ma vitesse.	



Images extraites du guide à l'usage des moniteurs ESF

Niveau 5 - Alpin

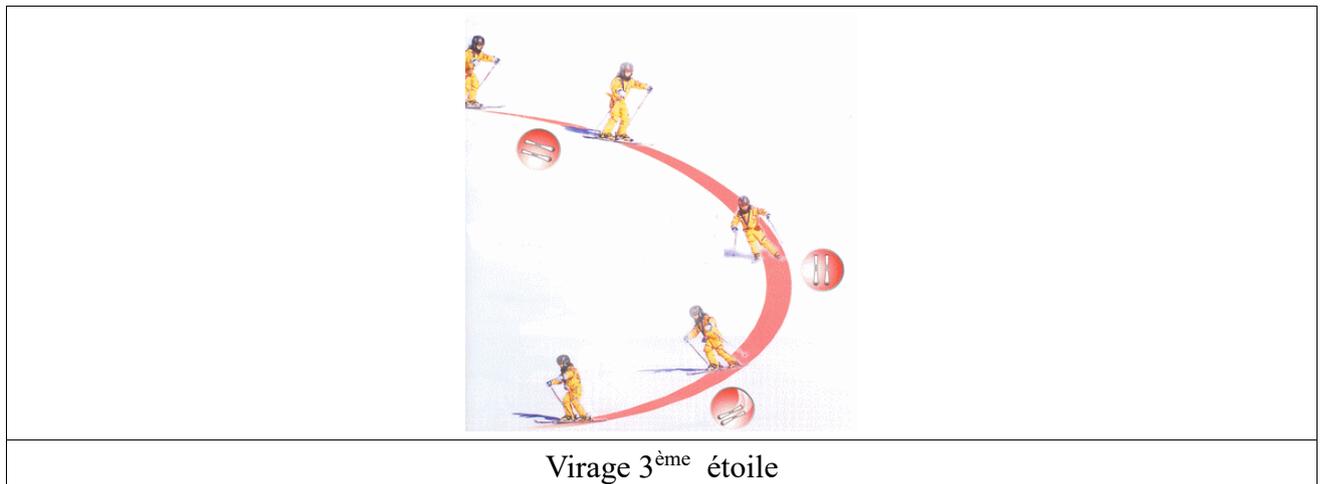
Ce que j'ai appris en ski alpin :

glisser	
Dans une pente moyenne : je vire skis parallèles.	
Dans une pente moyenne : j'alterne traversées skis parallèles et dérapages arrondis.	
Dans une pente moyenne avec rupture : je réalise une trace directe face à la pente en position de recherche de vitesse.	

piloter	
Dans une pente moyenne : je sais enchaîner une dizaine de virages en godille skis parallèles.	
Dans une pente moyenne : je sais faire un pas tournant vers l'amont.	
Lorsque je glisse dans une pente moyenne : je sais faire un dérapage frein.	
Dans une pente moyenne : je réalise une dizaine de virages parallèles imposés par des piquets.	

gérer mes efforts	
Je suis capable de skier sur une piste rouge en entretenant et en contrôlant ma vitesse et ma trajectoire.	

Godille : enchaînement de virages face à la pente sans trace directe en traversée (quelque soit le type de virage utilisé)

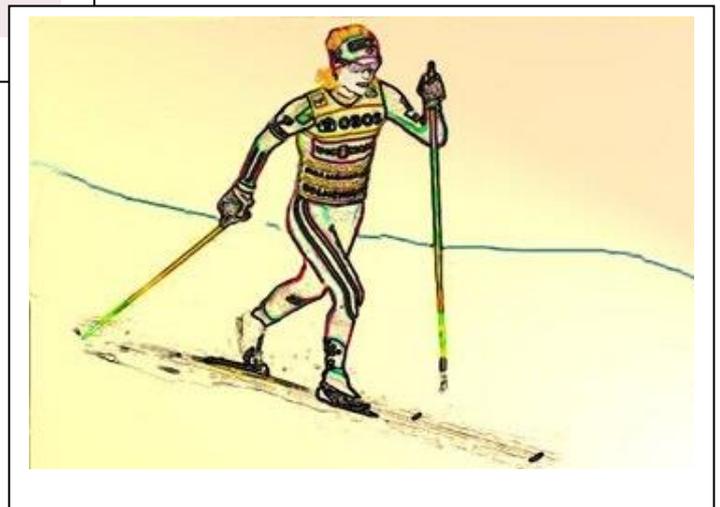


Images extraites du guide à l'usage des moniteurs ESF

Savoir skier

Fiches élève ski de fond

Compétences motrices à acquérir



Niveau 1 - Fond

Ce que j'ai appris en ski de fond :

mettre seul mon matériel.							
mes chaussures		mes skis		mes bâtons		mes vêtements	
							

me déplacer au plat.			
avancer		tomber, me relever seul	
			

glisser.			
droit		en chasse neige	m'arrêter
			

monter.	
en escalier	
	

Niveau 2 - Fond

Ce que j'ai appris en ski de fond :

glisser sur le plat.	
	

piloter dans une pente faible.			
en chasse neige	en parallèle	contrôler	m'arrêter
			

me relever dans une pente.	
	

monter.	
en escalier	en ciseaux
	

Jean-Michel Guilhermet CPD 38 – 2010

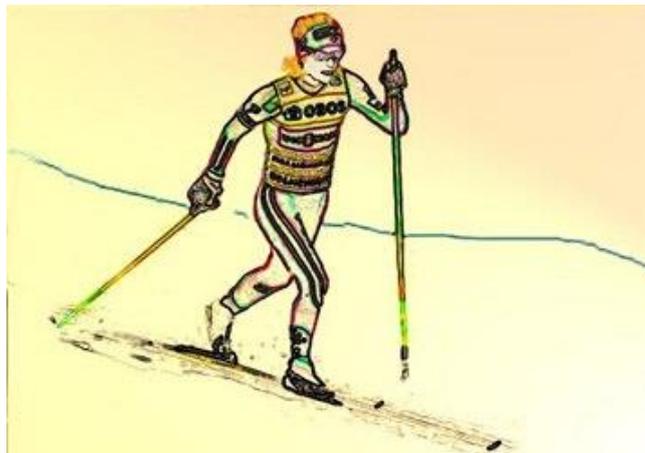
Niveau 3 - Fond

Ce que j'ai appris en ski de fond :

glisser et me propulser	
Au plat et au plat montant : je ne marche plus, mais je glisse.	
Au plat descendant : je fais le pas de patineur.	
Dans une descente moyenne : je me laisse glisser face à la pente.	

piloter	
Dans une pente peu rapide : je sais enchaîner 4 virages en chasse neige.	
Lorsque je glisse dans une pente moyenne : je sais m'arrêter en chasse neige dans la pente.	
Lorsque je tombe dans une pente : je me relève seul rapidement.	

gérer mes efforts	
Je suis capable de skier 10 minutes sans m'arrêter.	



Jean-Michel Guilhermet CPD 38 – 2010

Niveau 4 - Fond

Ce que j'ai appris en ski de fond :

glisser et me propulser	
Au plat et au plat montant : je me déplace toujours en glissant (sans marcher, en utilisant mes bâtons pour pousser).	
Au plat descendant : je fais le ½ pas de patineur* et le pas tournant.	
Dans une descente moyenne : je change de traces et je me mets en recherche de vitesse.	

piloter	
Dans une pente peu rapide : je sais franchir des creux et des bosses.	
Lorsque je glisse dans une pente moyenne : je sais m'arrêter skis parallèles après un virage chasse neige dans la pente.	
Lorsque je glisse dans une pente moyenne : je fais un pas tournant vers l'amont après une trace directe en traversée.	

gérer mes efforts	
Je suis capable de skier 2 km en entretenant ma vitesse.	
Je suis capable d'évaluer mon temps pour réaliser une piste connue.	

* Demi pas du patineur : Le pas consiste en une poussée simultanée des bras sur les 2 bâtons, renforcée par l'impulsion sur une jambe, le ski de glisse restant parallèle à la trace.



Images extraites du guide à l'usage des moniteurs ESF

Niveau 5 - Fond

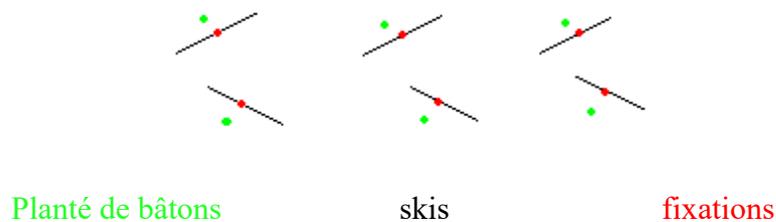
Ce que j'ai appris en ski de fond :

glisser et me propulser	
Au plat et au plat montant : je me déplace en pas alternatif efficacement.	
Sur terrain varié : je passe du pas alternatif au pas de patineur sans rupture.	
Sur le plat : je réalise un pas de patineur 2 temps*.	

piloter	
Dans une descente : je réalise un arrêt d'urgence.	
Lorsque je glisse dans une pente moyenne : je sais enchaîner 6 à 7 virages élémentaires.	
Lorsque je glisse dans une pente moyenne : je reste le plus souvent skis parallèles.	

gérer mes efforts	
Je suis capable de skier 4 km en entretenant ma vitesse.	
Je suis capable d'adapter les pas en fonction du relief pour gérer la continuité de la glisse.	

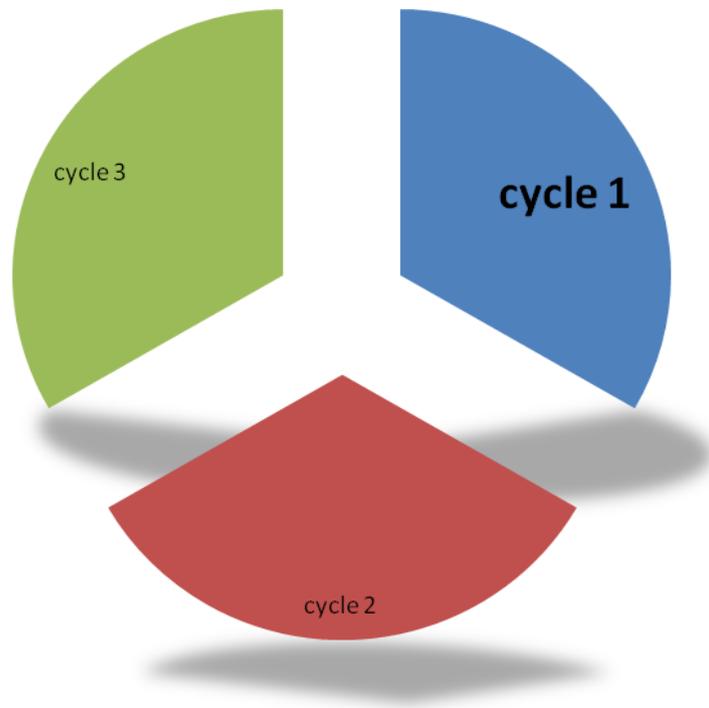
* Pas de patineur 2 temps : C'est le plus utilisé, il y a une poussée des 2 bras simultanée pour 2 poussées de jambe.



Savoir skier

Apprentissage

Cycle 1



Pascal Bilau, Béatrice Boutantin, Fabienne Garnier, Jean-Michel Guilhermet, Michel Valla

juin 2017

Mobiliser le langage dans toutes ses dimensions

Socialisation – vie de groupe

Les compétences se travaillent :

- pendant la séance : un document pour noter les observations de l’enseignant est proposé dans les pages qui suivent. Il est commun au cycle 2, on fera un choix pour n’en retenir que certaines en fonction du niveau des élèves.
Il peut être illustré pour les élèves par des photos.
- en classe : des propositions pour travailler.

Certaines fiches, indiquées par un astérisque * peuvent servir d’évaluation diagnostique.

La compétence est acquise si l’élève...	Références documentaires...
<p>... connaît et applique les consignes d’évolution en groupe (dépassement, arrêt, point de ralliement).</p> <p>... utilise le langage oral : raconte, décrit, évoque, explique, questionne, propose des solutions, discute un point de vue.</p>	<p>http://www.ac-grenoble.fr/eps1/spip.php?article567</p> <ul style="list-style-type: none"> • ski sécurité mémo maternelle Présentation du comportement du skieur • ski sécurité puzzle position maternelle Reconstitution de l’image « règle du skieur ». Respect d’autrui, « Je ne mets pas les autres en danger ! » • ski sécurité puzzle vitesse maternelle Reconstitution de l’image « règle du skieur ». Maîtrise de la vitesse et du comportement ; « Tous ceux qui sont en dessous de moi ont la priorité.» • ski sécurité règle de conduite maternelle * Présentation des 10 règles du skieur : « Décris les images et invente tes propres commentaires (dictée à l’adulte) » • ski sécurité trier panneau maternelle * Présentation de la signalétique des pistes. <p>Pour l’enseignant afin de connaître les 10 règles du skieur : http://www.ski-planet.com/infos/regle-piste-ski.php</p>

Exemple de fiche d'observation pour l'enseignant.

Les critères présentés le sont à titre indicatif, ils pourront être modifiés et complétés.

Alpin

Nom prénom																			
<u>L'élève est capable :</u>																			
de connaître et d'appliquer les consignes d'évolution en groupe.	s'arrêter au point indiqué par l'adulte.																		
	faire la queue aux remontées, de ne pas pousser, de ne pas doubler.																		
	respecter le sens de fonctionnement d'un atelier.																		
d'adopter des attitudes d'entraide pour skier ensemble.	adapter sa vitesse au niveau du groupe.																		
	signaler les incidents à l'adulte (camarade qui ne suit pas, qui a chuté, qui a déchaussé...).																		
de connaître et de respecter la signalétique des pistes.	dire à quoi correspond le code couleur des pistes.																		

Fond

Nom prénom																			
<u>L'élève est capable :</u>																			
de connaître et d'appliquer les consignes d'évolution en groupe.	s'arrêter au point indiqué par l'adulte.																		
	respecter le sens de fonctionnement d'un atelier.																		
	dégager rapidement en cas de chute.																		
d'adopter des attitudes d'entraide pour skier ensemble.	adapter sa vitesse au niveau du groupe.																		
	signaler les incidents à l'adulte (camarade qui ne suit pas, qui a chuté, qui a déchaussé...).																		
de connaître et de respecter la signalétique des pistes.	dire à quoi correspond le code couleur des pistes.																		

Mobiliser le langage dans toutes ses dimensions

Partie I.3 - L'oral - L'oral dans les situations des domaines d'apprentissage (ressources maternelle septembre 2015) :

http://cache.media.eduscol.education.fr/file/Langage/41/9/Ress_c1_langage_oral1.3_456419.pdf

Un exemple le travail autour des images séquentielles, à partir de photos ou de dessins.

1 Chaque enfant dessine les différentes étapes de la situation vécue et commentée par l'enseignant

2 L'enseignant fait expliciter à chaque enfant ce qu'il a dessiné. Il l'invite à décrire et justifier ses propositions. L'enseignant écrit ce que lui dit l'enfant, en dictée à l'adulte.

3 En collectif, une sélection de dessin est affichée par l'enseignant. A partir de ces représentations des actions, l'enseignant amène les enfants à revenir sur le sens de chacune d'elles et les effets attendus. Le lexique de spécialité est manipulé à bon escient. La chronologie s'installe.

Gestion des interactions orale en grande section : objectifs et indicateurs

<p>Lancement de l'activité : Délégation de la tâche Enrôlement et engagement dans l'activité</p>	<p>Le but de la tâche est clairement défini. Les critères de réussite sont définis avec les élèves (si possible). Une trace des enjeux de l'activité, des supports/outils utilisés ou des résultats attendus est gardée pour le retour sur activité.</p> <ul style="list-style-type: none"> • L'enseignant avec les élèves décrit le résultat de l'activité montrée ou affichée. • Les élèves évoquent avec l'enseignant l'action, les gestes, les opérations mentales... à réaliser pour réussir. • Ensemble, ils font la liste des supports et des outils à utiliser.
<p>Retour sur les productions</p>	<p>Il est intéressant pour l'ensemble de la classe de faire un retour sur les productions après qu'un groupe d'enfants s'est engagé et a terminé l'activité. Il est normal et bénéfique pour l'ensemble d'élèves de la classe de participer à plusieurs retours sur une même activité. Cela leur donne du temps pour se familiariser avec les conduites discursives et le lexique attendu</p> <p>Les élèves rappellent le résultat de l'activité attendu. Leurs réalisations sont commentées par rapport au but et aux critères de réussite donnés précédemment. L'enseignant veille au lexique ; il appelle à reformuler en réutilisant le lexique choisi. L'action, les gestes, les opérations mentales, utilisés pour la réalisation sont décrits et justifiés par les enfants en lien le résultat obtenu</p>
<p>Bilan de l'activité</p>	<p>Les élèves récapitulent avec un lexique de spécialité :</p> <ul style="list-style-type: none"> • ce qui a été réalisé ; • l'explication de la technique pour réussir. <p>Avec l'aide de l'enseignant, ils justifient ou critiquent leurs productions en fonction du but donné à leurs réalisations. Les élèves en interaction avec l'enseignant concluent en formulant ce qui a été appris. Un affichage, une trace de l'apprentissage sont exposés</p>

Explorer le monde

- à consulter :
Eduscol ressource maternelle 2015 « explorer le monde » :
http://cache.media.eduscol.education.fr/file/Explorer/45/5/Ress_c1_Explorer_orientation_456455.pdf
Eduscol programme, ressources et évaluation pour le cycle 1 (janvier 2016) :
<http://eduscol.education.fr/cid91997/explorer-le-monde-du-vivant-des-objets-et-de-la-matiere.html>
Ressources maternelle, évaluation, explorer le monde, découvrir le monde vivant (extrait des attendus)
http://cache.media.education.gouv.fr/file/explorermonde/90/9/Ress_c1_Eval_Indic_progres_le-vivant_545909.pdf
- documentaire :
Site MAIF rue des écoles :
https://www.assistancescolaire.com/enseignant/elementaire/ressources/base-documentaire-en-sciences/les-animaux-qui-changent-de-couleur-en-hiver-pqr_i35
Collège anthonioz-de-gaulle (cluses) :
http://www.ac-grenoble.fr/college/anthonioz-de-gaulle.cluses/spip/IMG/pdf/Vie_animaux_hiver.pdf
- Proposition de fiche
A partir d'un choix d'image, faire un tri avec une classification d'animaux.
Exemples de critères :
 - avec pattes, sans patte
 - en fonction du nombre de pattes
 - aspect : poils, plumes, peau lisse, écailles
 - mode de déplacement : marche, court, vole, nage, saute
 - qui ont une carapace, qui ont un squelette
 - habitat : mer, forêt, sous terre, nid,...
 - habitat : pays froids, chauds, tempérés
 - qui migrent, qui hiberne
 - sauvage, d'élevage
 - régime alimentaire : carnivore, végétarien, omnivores
 - qui vivent le jour, la nuit
 - mode de reproduction œufs, donnent naissance (vivipare, allaitent)

☞ Un exemple de mise en œuvre par une enseignante, idées fiche alimentation déplacement habitat : <https://drive.google.com/file/d/0B29PHvT8nrFjOVFvMkpldE9uSWM/edit>
- en cas de défaut du lien
- Des sites
 - Une banque de données d'animaux : photos, fiches, ...
<http://www.minimat.net/pageanimaux.html>
 - un site qui recense d'autre site qui parlent des animaux
<http://ressources-primaires.fr/sites-mat-themes-animaux.htm>
- Pour voir d'autres documents vous pouvez vous reporter à la fiche cycle 2 page 69.

Explorer le monde : se repérer dans le temps et l'espace

Le temps : l'école maternelle vise la construction de repères temporels et la sensibilisation aux durées : temps court (celui d'une activité avec son avant et son après, journée) et temps long (succession des jours dans la semaine et le mois, succession des saisons).

Ce qui est attendu des enfants en fin d'école maternelle :

Situer des événements vécus les uns par rapport aux autres et en les repérant dans la journée, la semaine, le mois ou une saison.

La succession des saisons

- **à consulter :**

Fiche eduscol se repérer dans l'espace et le temps :

http://cache.media.education.gouv.fr/file/explorermonde/35/1/Ress_c1_Eval_Indic_progres_se_reperer_temps_espacevu_546351.pdf

- **Pistes pédagogiques :**

La thématique des saisons peut être abordée en maternelle sous l'angle de l'ouverture culturelle :

En vidéo :

Les Quatre saisons de Léon sont le produit d'une animation traditionnelle de marionnettes en mousse de latex, filmées en stop motion (animation image par image « en volume ») À travers chacun des contes médiévaux qui composent ces « quatre saisons », sont explorés des thèmes familiaux modernes et d'actualité. L'abandon et l'adoption à travers le premier volet (L'Hiver de Léon), la fratrie, l'amour et l'amitié dans le second volet (Le Printemps de Mélie), la séparation des parents et la garde alternée dans le troisième volet (L'Été de Boniface), et enfin la question du deuil, de la vie et de l'importance des rituels qui s'y associent dans le dernier volet (L'Automne de Pougne).

Les quatre saisons de Léon : le site <http://www.crdp-lyon.fr/les4saisonsdeleon/serie.php>

Les quatre saisons de Léon : livret pédagogique <http://www.crdp-lyon.fr/les4saisonsdeleon/crdpFiches/livret-les-4-saisons-de-leon-films-en-classe.pdf>

En littérature et musique :

Les quatre saisons : Conte imaginé par Lucien Adès d'après l'œuvre d'Antonio Vivaldi

Texte : Claire Frédéric avec Delphine Seyrig. Edition « Le petit Ménestrel »

<http://jt44.free.fr/docu/projets/4saisons.htm>

La représentation des saisons dans la peinture :

Arcimboldo, Millet, Poussin, Monet, Van Gogh, Renoir, Klimt...

Un exemple de projet artistique :

http://ienhesdin.etab.ac-lille.fr/files/2015/11/C1_Représenter_1_arbre_au_fil_des_saisons.pdf

Les albums de littérature enfantine :

<http://materalbum.free.fr/listethemes.htm>

Explorer les quatre saisons à travers la poésie :

<http://eduscol.education.fr/cid47438/la-poesie-a-l-ecole.html>

un site parmi d'autres qui compile des poésies sur l'automne

http://lieucommun.canalblog.com/archives/une_saison_en_poesie_automne/index.html

Explorer le monde**- (Phénomènes naturels) – Les états de l'eau –****Explorer le monde du vivant, de la matière et des objets**

Ce domaine d'apprentissage doit aider les enfants à découvrir, organiser et comprendre le monde qui les entoure. Les enseignants aménageront des situations qui permettront aux élèves d'observer, de formuler des interrogations plus rationnelles, de manipuler, de fabriquer, afin de les amener à se familiariser avec les objets, la matière et à distinguer le vivant du non vivant.

Eduscol ressource maternelle 2015 « explorer le monde » :

http://cache.media.eduscol.education.fr/file/Explorer/45/5/Ress_c1_Explorer_orientation_456455.pdf

Modules pédagogiques :

Module « l'eau : liquide, solide » Académie de Lyon

http://www2.ac-lyon.fr/ressources/loire/culture-scientifique/IMG/pdf/C1_-_GS_-_l_eau_liquide_solide.pdf

Etats et changement d'état de l'eau : 4 séquences cycle 1 proposées sur le site

« Ma cité des sciences » : <http://www.ac-grenoble.fr/macitedessciences/spip.php?article90>

Séquence « L'eau à l'école maternelle » (Ac Reims) : S1 : Évaluation initiale. S 2 : L'eau liquide ou « Comment s'y prendre pour transporter l'eau ? ». S 3 : L'eau liquide ou « Dans quel sens l'eau coule-t-elle ? ». S 4 : Les mélanges. S 5 : Changement d'état ou « De la glace à l'eau ». S 6 : Changement d'état ou « De l'eau à la glace ». S7 : Évaluation finale.

<http://wheb.ac-reims.fr/ia52langres/sciences/eau/sequence.htm>

Eau et glace : la main à la pâte

<http://www.fondation-lamap.org/fr/printpdf/11059>

Histoires et changement d'états : la main à la pâte

<http://www.fondation-lamap.org/fr/printpdf/11022>

« **Les états de l'eau et les changements d'état** » Séquence sur Edumooov

<https://www.edumooov.com/fiche-de-preparation-sequence/7631/apprendre-ensemble-et-vivre-ensemble/gs/les-etats-de-l-eau-et-les-changements-d-etat>

« **Les glaçons et l'eau** »

http://www.perigord.tm.fr/~ecolescienc/pages/activite/matiere/Eau_Glace_C1_pdf/Eau_Glace_C1.pdf

Supports vidéos :

Premières découvertes concernant la matière, le vivant, les objets mais aussi le temps et l'espace :

Vidéos « ma petite planète chérie »

Inscription sur le site Edutèque avec adresse académique. Les vidéos peuvent être téléchargées.

<http://www.lesite.tv/edutheque/cycle-2/questionner-le-monde>

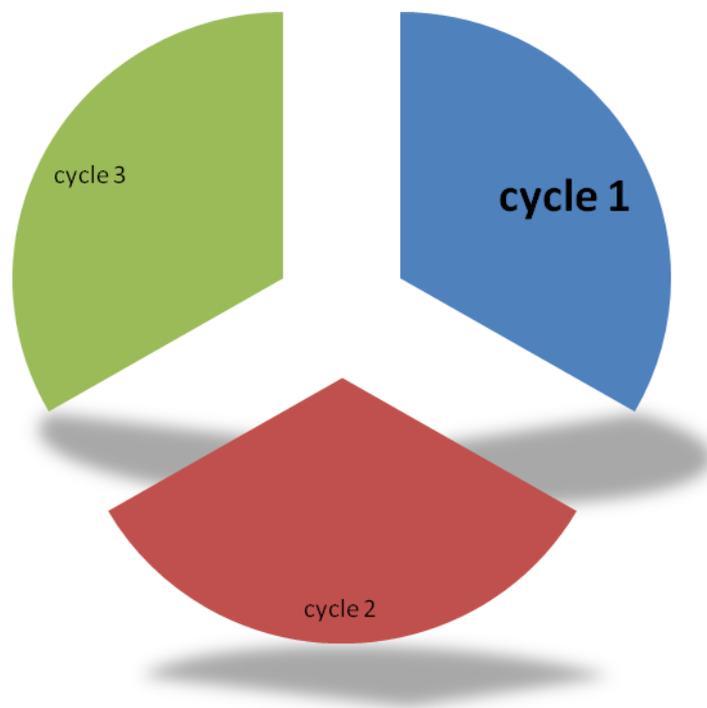
Vidéos « Sid le petit scientifique » FranceTV Education

<http://education.francetv.fr/matiere/decouverte-des-sciences/dossier/sid-le-petit-scientifique>

Savoir skier

Des exemples de réussites qui traduisent
un progrès

Cycle 1



Pascal Bilau, Béatrice Boutantin, Fabienne Garnier, Jean-Michel Guilhermet, Michel Valla

juin 2017

Mobiliser le langage dans toutes ses dimensions - oral

Nom :

Date :

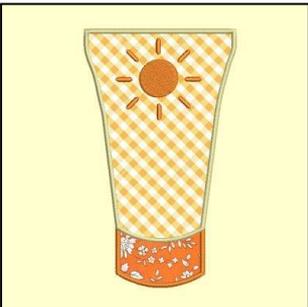
Prénom :

Objectif visé	Comprendre et apprendre Connaître le vocabulaire de l'équipement du skieur et savoir l'employer à bon escient (Reconnaître et nommer les équipements illustrés)
---------------	---

Les attendus de fin de cycle 1 :

- ☞ *S'exprimer dans un langage syntaxiquement correct et précis*
- ☞ *Reformuler pour se faire mieux comprendre*

Nomme les différents habits ou équipements du skieur et explique leur rôle.

Mobiliser le langage dans toutes ses dimensions (Socialisation - vie de groupe)

Nom :

Date :

Prénom :

Objectifs visés	<p>Echanger et réfléchir avec les autres pour :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Comprendre pourquoi ces règles communes sont indispensables. - Les connaître et les respecter - Respecter soi même et les autres.
-----------------	--

Attendus de fin de cycle 1

- ☞ *S'exprimer dans un langage syntaxiquement correct et précis*
- ☞ *Reformuler pour se faire mieux comprendre*
- ☞ *Pratiquer divers usages du langage oral : décrire, expliquer, discuter un point de vue.*

Grille d'auto évaluation

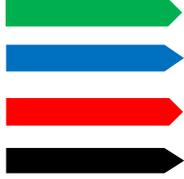
Fiche contrat à compléter par l'élève et à valider par l'enseignant(e) sur un atelier, une rencontre ou sur l'ensemble des séances vécues.

L'item est validé lorsque l'élève effectue une ou plusieurs réalisations attendues.

Ski Alpin

Mon comportement		Photos de classe à ajouter	<input checked="" type="checkbox"/> Coche si tu penses que tu es capable de...	Validation par l'enseignant
Je connais et j'applique les consignes d'évolution en groupe.	t'arrêter au point indiqué par l'adulte.			
	faire la queue aux remontées, de ne pas pousser, de ne pas doubler.			
	dégager rapidement en cas de chute, suivant la consigne attendre ou remonter la piste à pied, en ne restant pas au milieu mais sur le côté.			
J'adopte des attitudes d'entraide pour skier ensemble.	adapter sa vitesse au niveau du groupe.			
	signaler les incidents à l'adulte (camarade qui ne suit pas, qui a chuté, qui a déchaussé...).			
Je connais et je respecte la signalétique des pistes.	dire à quoi correspond le code couleur des pistes.			

Ski de fond

Mon comportement		Photos de classe à ajouter	<input checked="" type="checkbox"/> Coche si tu penses que tu es capable de...	Validation par l'enseignant
Je connais et j'applique les consignes d'évolution en groupe	t'arrêter au point indiqué par l'adulte.			
	respecter le sens de fonctionnement d'un atelier.			
	dégager rapidement la piste en cas de chute.			
J'adopte des attitudes d'entraide pour skier ensemble	adapter sa vitesse au niveau du groupe.			
	signaler les incidents à l'adulte (camarade qui ne suit pas, qui a chuté, qui a un problème...)			
Je connais et je respecte la signalétique des pistes.	dire à quoi correspond le code couleur des pistes.			

Mobiliser le langage dans toutes ses dimensions
Explorer le monde

Nom :
Prénom :

Date :

Objectifs visés	- oser entre en communication - consolider la notion de chronologie
-----------------	--

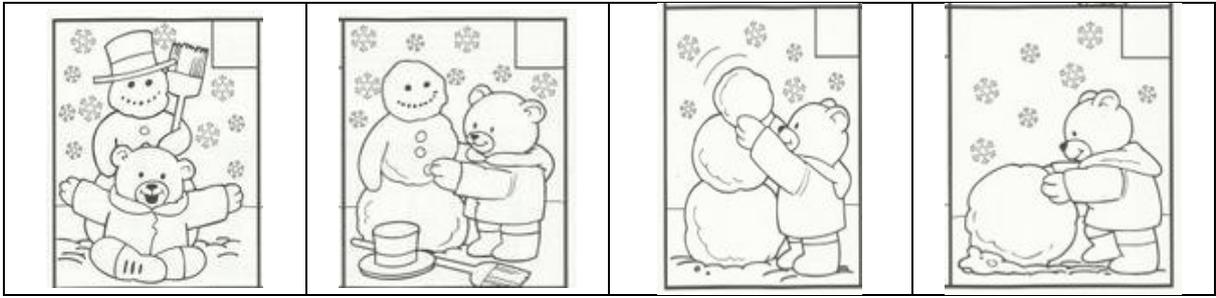
Les attendus de fin de cycle 1 :

- ☞ Pratiquer divers usages du langage oral : raconter, décrire, expliquer,...
- ☞ Ordonner une suite de photographies ou d'images, pour rendre compte d'une situation vécue ou d'un récit fictif entendu, en marquant de manière exacte succession et simultanéité.

Images séquentielles

Choisir une histoire la mettre en ordre et la raconter





Explorer le monde

Nom :

Date :

Prénom :

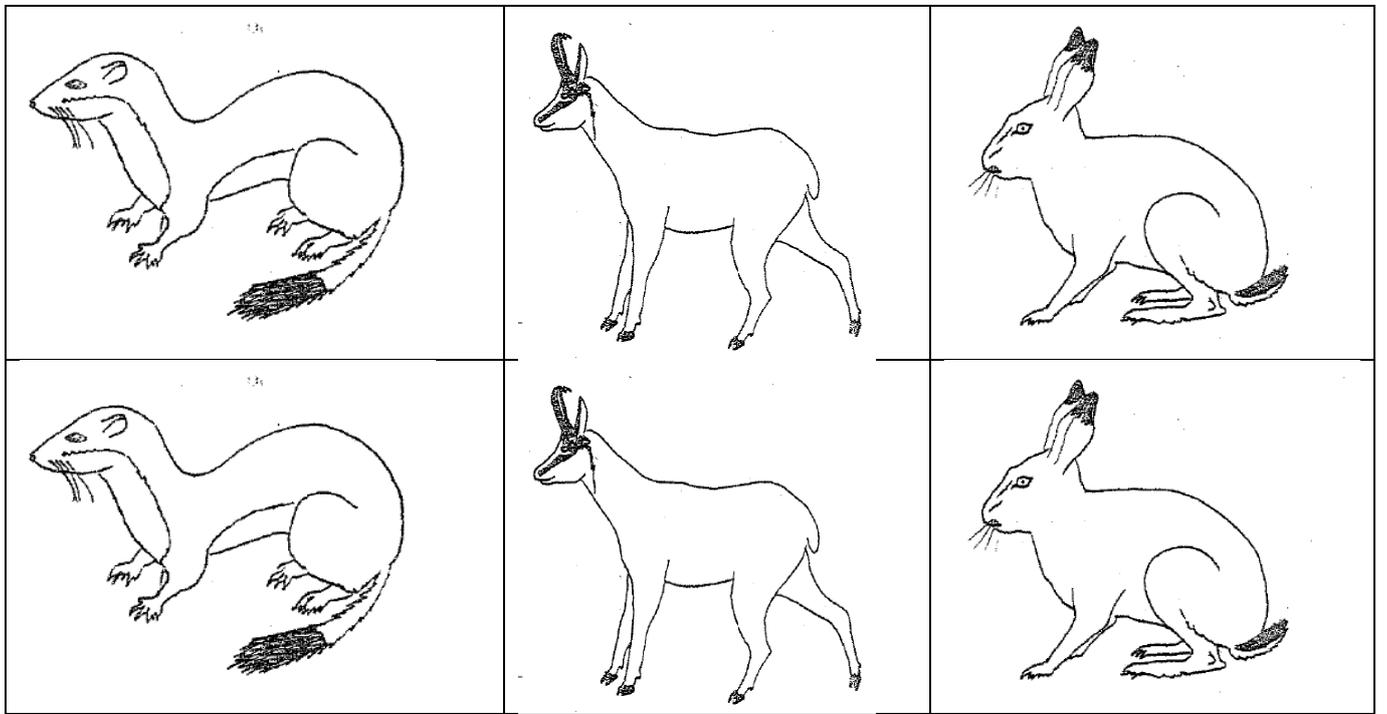
Objectif visé	Découvrir le monde du vivant : Observer les différentes manifestations de la vie animale - Reconnaître et nommer les animaux observés
---------------	--

Les attendus de fin de cycle 1 :

- ☞ Reconnaître les principales étapes du développement d'un animal ou d'un végétal, dans une situation d'observation du réel ou sur une image.
- ☞ Connaître les besoins essentiels de quelques animaux et végétaux

Range les animaux dans la bonne case et colorie.

	Été	Hiver
L'hermine		
Le lièvre variable		
Le chamois		



Explorer le monde : les comportements des animaux en hiver

Prénom :

Date :

Objectif visé	<p>Découvrir le monde du vivant : Reconnaître les principales étapes du développement d'un animal ou d'un végétal, dans une situation d'observation du réel ou sur une image. Connaître les besoins essentiels de quelques animaux et végétaux.</p>
---------------	--

Les attendus de fin de cycle 1 :

- ☞ Reconnaître et nommer les animaux observés
- ☞ Savoir que les animaux utilisent différentes stratégies pour faire face et s'adapter aux conditions hivernales

Pour chaque animal, indique comment il s'adapte à l'hiver en plaçant son image dans la bonne colonne.

 JE MIGRE	 J'HIBERNE	 JE RESTE ACTIF



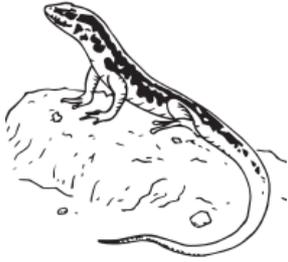
COUCOU



MARMOTTE



RENARD



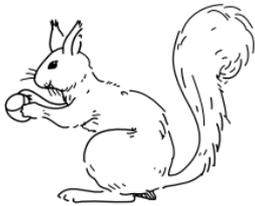
LEZARD



LIEVRE
VARIABLE



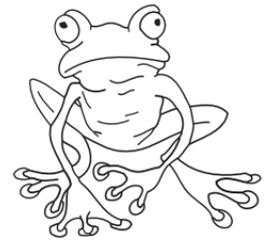
HERISSON



ECUREUIL



HIRONDELLE



GRENOUILLE

Explorer le monde : LES SAISONS

Prénom :

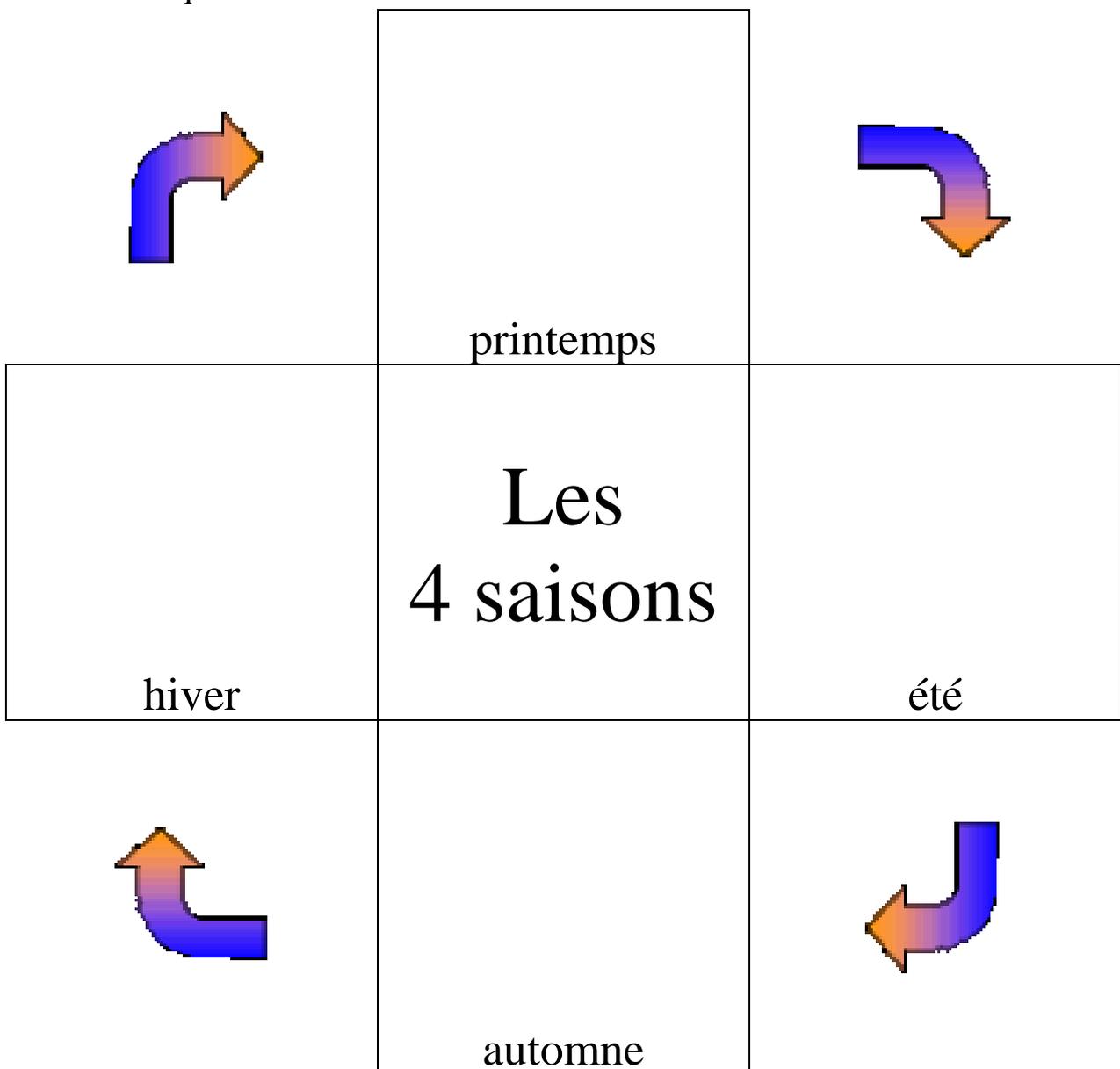
Date :

Objectif visé	<p>Se repérer dans le temps et l'espace. construction de repères temporels et sensibilisation aux durées : temps long (succession des jours dans la semaine et le mois, succession des saisons)</p>
---------------	--

Les attendus de fin de cycle 1 :

- ☞ Percevoir différents changements provoqués par le cycle des saisons.
- ☞ Avoir une première perception de la succession des saisons
- ☞ Situer des événements vécus les uns par rapport aux autres et en les repérant dans la journée, la semaine, le mois ou une saison.

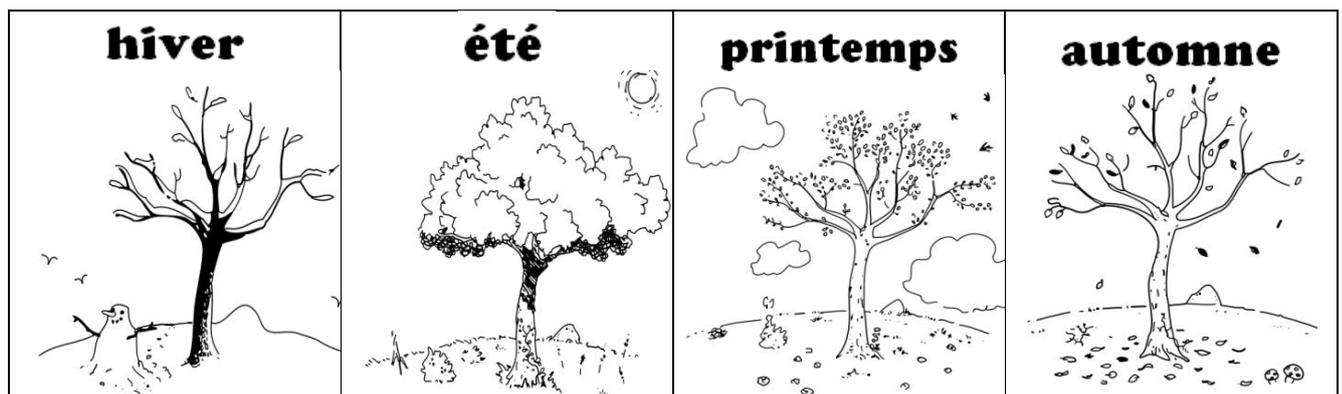
Place les étiquettes saisons dans le tableau.



Ecoute chaque affirmation et indique de quelle saison il s'agit (parfois, plusieurs réponses sont possibles)

Activités, actions, évènements	P 	E 	A 	H 
1. Des animaux hibernent, d'autres hibernent.				
2. On cueille des pommes et des poires.				
3. Il pleut plus que d'habitude.				
4. On va se baigner dans la mer.				
5. Les hirondelles partent vers le sud où il fait plus chaud.				
6. On fait des bonhommes de neige.				
7. Les premières fleurs sortent de terre.				
8. On se souhaite une bonne année				
9. C'est la fin de la récolte des légumes du jardin.				
10. On ramasse du muguet.				
11. On peut cueillir des cerises.				
12. La marmotte sort de sa cachette où elle a dormi plusieurs mois.				
13. On n'oublie pas de mettre de la crème solaire.				
14. On déneige la cour.				
15. On se protège du soleil avec une casquette et des lunettes.				
16. Les feuilles tombent des arbres.				
17. On met des gants et un bonnet pour se protéger du froid.				
18. On sème des graines dans le jardin.				
19. On se met sous le parasol, on évite de sortir aux heures chaudes.				
20. Ciel gris, brouillard, les jours sont de plus en plus courts.				

Découpe les étiquettes puis place-les dans la bonne case du cycle des saisons.



Explorer le monde : les états de l'eau.

Prénom :

Date :

Objectif visé	Explorer la matière : - Approcher quelques propriétés de l'eau et quelques aspects de sa transformation.
---------------	--

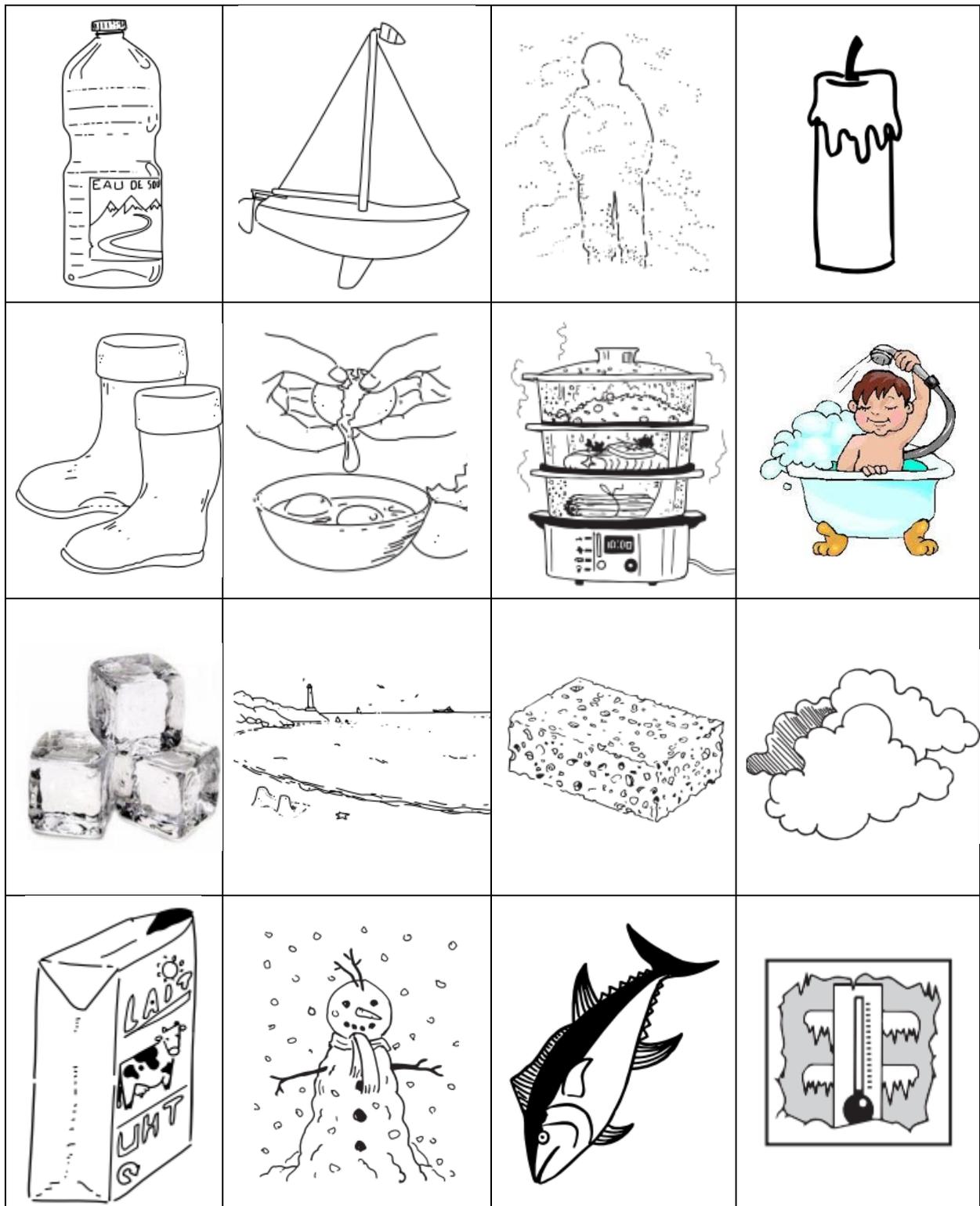
Les attendus de fin de cycle 1 :

- ☞ Avoir perçu que l'eau peut se présenter sous plusieurs états
- ☞ Avoir expérimenté des changements d'état de l'eau.
- ☞ Choisir, utiliser et savoir désigner des outils et des matériaux adaptés à une situation, à des actions techniques spécifiques.

Classe dans la bonne case les éléments dessinés sur les étiquettes.

C'est de l'eau 	Ce n'est pas de l'eau 

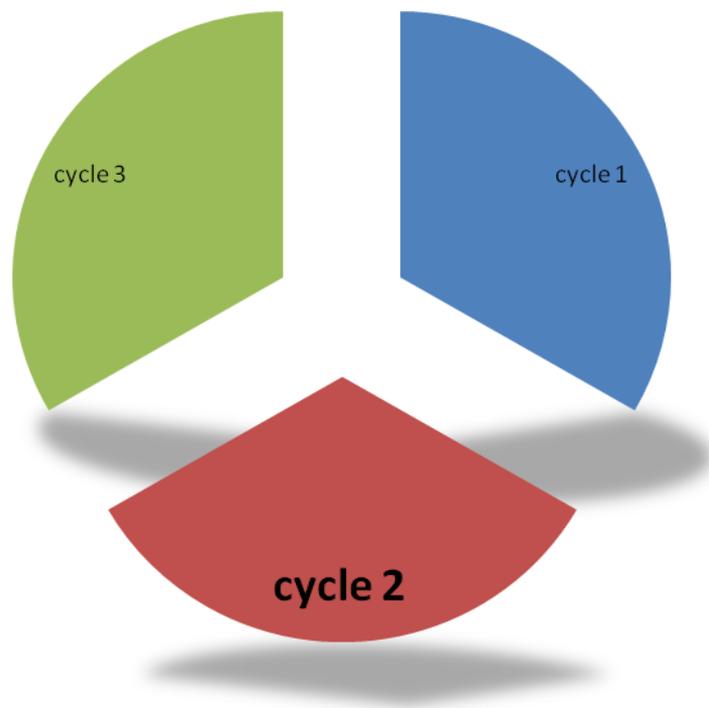
Découpe les étiquettes puis place les dans la bonne colonne



Savoir skier

Apprentissage

Cycle 2



Pascal Bilau, Béatrice Boutantin, Fabienne Garnier, Jean-Michel Guilhermet, Michel Valla

juin 2017

Les langages pour penser et communiquer (parler, communiquer, argumenter)

Comprendre et s'exprimer à l'oral, lire, écrire

Dire

Vocabulaire

Des exemples sur le site EPS 1-38 dans le cahier du skieur :

- Une fiche sur la différence entre les deux disciplines du ski C2 : <http://www.ac-grenoble.fr/eps1/spip.php?article563>
- Une fiche sur les remontées mécaniques C2: <http://www.ac-grenoble.fr/eps1/spip.php?article563>

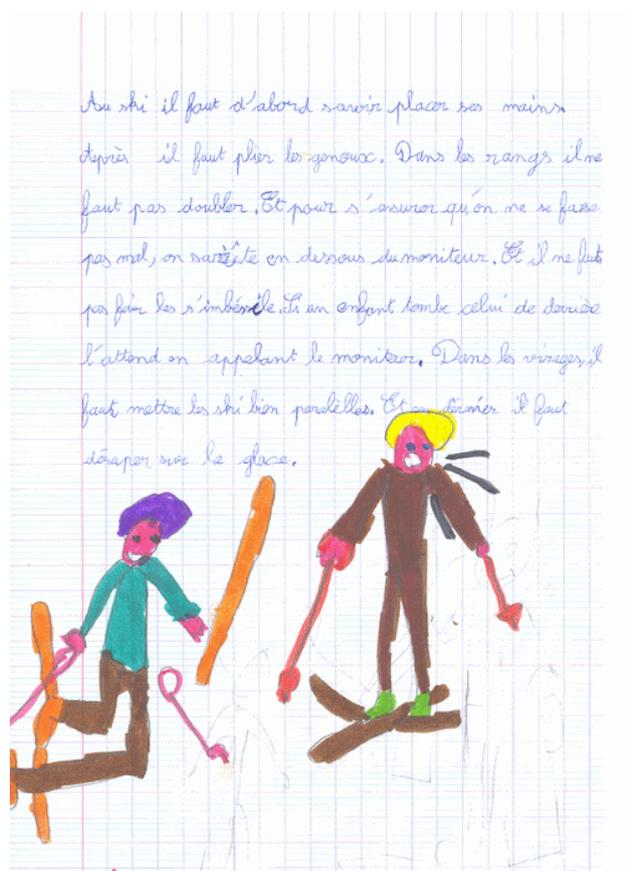
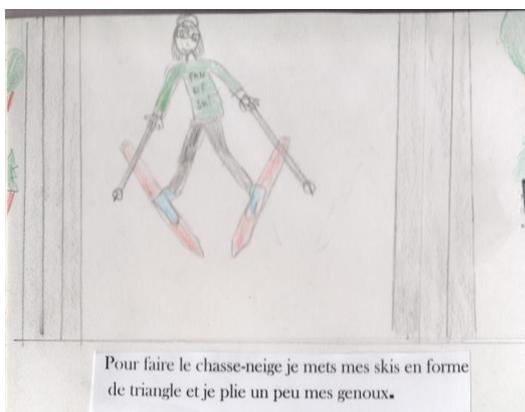
Ecrire

Des exemples sur le site EPS 1-38 dans le cahier du skieur :

Comment je fais : <http://www.ac-grenoble.fr/eps1/spip.php?article612>

Ce qui me pose problème : <http://www.ac-grenoble.fr/eps1/spip.php?article613>

Des exemples :



Lire

Des exemples sur le site EPS 1-38 dans le cahier du skieur :

- Signalétique : <http://www.ac-grenoble.fr/eps1/spip.php?article569>
- Sécurité, je connais les règles : <http://www.ac-grenoble.fr/eps1/spip.php?article570>

Voici quelques exemples de livres qui peuvent être utilisés. Vous en trouverez d'autres sur le site EPS 1 – 38 dans le cahier du skieur : <http://www.ac-grenoble.fr/eps1/spip.php?article545>

Maternelle - cycle 2

Albums à histoire :

- « Les bons amis » de Paul François et Muller - Editions Albums Castor Junior Flammarion
Les animaux qui ont froid sous la neige et trouvent peu à manger, partagent de la nourriture trouvée sous la neige...
- « Vive la neige » Editions Mijade
En se réveillant ce matin, Nic, Nac et Noc découvrent avec bonheur qu'il a neigé toute la nuit ! Dehors, tout est blanc ! Vite, on se dépêche d'avaloir son petit déjeuner pour aller faire de la luge ! Les enfants sortent donc seuls mais la luge est bien trop lourde à tirer... Finalement, papa les rejoint tout emmitoufflé pour la plus grande joie des enfants. Petit à petit, papa se prend au jeu,... et ne veut plus s'arrêter ! Il va même chercher maman ! *"Décidément, jouer dans la neige, ça réchauffe..."*
- « Petit bond en hiver » de Max Velthuis - Editions Ecole des Loisirs
Ce matin, Petit-bond le sent bien, il se passe quelque chose... Mais oui, c'est incroyable et merveilleux, tout est blanc quand il regarde par la fenêtre! Et hop! Il glisse sur la rivière gelée, comme ça, sans réfléchir, sans se couvrir et il commence...
- « Croktou aux sports d'hiver » de Jacqueline Held /Rosy - Editions Kid Pocket pour les 3-6 ans
un loup bien maladroit en ski quelle que soit la pratique : ski, ski de fond, luge...
- « A trois on a moins froid » d'Elsa Devernois et Michel Gay - Editions Ecole des Loisirs
Pour parler du froid, de la neige et de l'entraide

Album documentaire

- « Petit Potam aux sports d'hiver » Editions Dargaud
Petit Potam part à la montagne pour y passer Noël avec ses amis, en attendant la fête ils pratiquent un tas de sports d'hiver... et variés...)
- « Tout un monde sous la neige » de Kate Messner - Editions Gründ, collection le coin des histoires
Sur la neige je glisse, je me promène dans les bois blancs et glacés. Mon papa me fait découvrir le monde invisible des animaux qui vivent sous la neige, et me raconte comment ils passent l'hiver en attendant que les beaux jours reviennent. Je suis émerveillée de découvrir tout ce monde et d'apprendre à reconnaître les traces de sa présence. Veux-tu me suivre à la découverte des animaux qui vivent sous la neige ?
- « Joue avec la neige » d'Ag Jatkowska Editions Gründ
Les élèves de l'école de ski du sapin doré découvrent les joies de la montagne et des sports d'hiver. Ski, patins à glace et snowboard sont au programme (avec 16 figurines aimantées).

Conte

- « La légende du sapin » de Thiery Chapeau Editions Bagtberg
Pourquoi le sapin est-il aujourd'hui l'arbre de Noël ? C'est l'histoire de cet arbre et du petit oiseau perdu au cœur de l'hiver que retrace la légende du sapin. Conte Alsacien
- « La moufle » de Gérard Franquin Editions Flammarion, collection Les Mini Castors
Un paysan s'en va chercher du bois dans la forêt et perd sa moufle en chemin. Celle-ci deviendra alors une maison confortable et douce pour une souris, une grenouille, un lapin, un renard, un loup et un ours. Mais la petite fourmi qui voudra insidieusement s'installer à son tour à l'intérieur va créer le chaos... A partir d'un conte Ukrainien (existe dans d'autres éditions ex : acte sud)

Imagier

- « A la montagne » de Germano Zullo et Albertine - Editions La Joie de Lire
Cet album aiguise le sens de l'observation des petits et suit le principe des livres promenade : des personnages sur les pages du livre qu'on retrouve dans tous les titres de la collection (A la mer et En Ville). Plein de lieux à découvrir en images sur un télésiège, en terrasse, à la patinoire, avec des skis aux pieds ou des patins à glace, les fesses sur une luge ou dans la neige, la vie à la montagne c'est l'aventure !

Petite encyclopédie documentaire

- « La montagne » de Héliodore Dominique Joly - Editions Mes premières découvertes, Gallimard Jeunesse
Des dessins et les fameuses pages plastifiées à tourner pour faire apparaître des éléments.

Cycle 2

Albums à histoire

- « Les malheurs d'Hortense » de Moka - Editions Ecole des Loisirs

Hortense est une jeune maîtresse d'école. Cette année, pour la première fois, elle part en classe de neige avec ses élèves. Tout le monde est très excité ! Pourtant, ça commence mal. Le car est en retard, le chauffeur est odieux et les enfants malades et énervés. C'est encore pire à l'arrivée. On les abandonne dans un chalet désert avec de la nourriture... congelée ! Et voilà qu'une tempête approche... Hortense est totalement désespérée. Mais, par chance, il y a les enfants.

- « Mini-loup en classe de neige » de Philippe Matter - Editions Hachette Jeunesse

Mini-loup et ses amis partent en classe de neige à la montagne. Il leur est bien difficile d'être studieux et de rester sérieux quand, dehors, tout est recouvert de neige et que le ciel est bleu.

- « En ski avec Om'a » de Loïse Lavallée - Editions Soleil de Minuit

Émilie, Léo et bébé Arthur partent en vacances de neige chez grand-maman Om'a. Avec eux, découvrez les plaisirs de l'hiver et le mystère de la montagne des esprits. Avec humour et fantaisie, les enfants apprendront les rudiments du ski alpin, feront une promenade en traineau à chien, tout en s'amusant dans le décor enchanteur de la montagne en hiver.

Albums documentaire

- « Le garçon qui voulait être une marmotte » de Hans Traslser- Editions La Joie de Lire

Franz habite un village dans la montagne. Durant l'été, il se noue d'amitié avec une marmotte, l'hiver arrive. Que devient-elle lorsque la neige recouvre le paysage ?

Documentaires

- « La montagne » Editions PEMF collection Photimages

Ce livre invite le jeune lecteur à découvrir le monde de la montagne sous toutes ses facettes, au fil d'un récit documentaire largement illustré de photos.

- « La montagne » de Jackie Gaff, Agnès Pozzi - Editions Nathan, collection Questions/Réponses

Comment se forment les montagnes ? Qu'est-ce qu'un glacier ? Où circule le plus haut train du monde ? Répondre à toutes les questions des 6-8 ans, c'est important !

Petites encyclopédies

- « Copain des montagnes » de Frédéric Lizak - Editions Milan Jeunesse

Comme toute la série ce livre est riche d'information sur les différents aspects de la montagne (faune, flore, activité, milieux, ...)

- « A la montagne » mes petites encyclopédies Editions Larousse
métiers, faune, flore,

Les langages pour penser et communiquer
 Comprendre, s'exprimer en utilisant une langue étrangère
Level 1 – Alpine Skiing

I know how to:

Put on by Myself My Equipment				
My boots	My skis	My poles	My helmet	My ski suits
				

Move on Flat Ground	
Go forward	Fall down, get up
	

Glide		
Glide straight ahead	Snowplough	Stop
		

Go Uphill	
... using side-step technique	... using duck-walk technique
	

Level 2 – Alpine Skiing

I know how to:

Glide on Near-Flat Ground Going Down			
... snowploughing		... parallel skiing (classic skiing-technique)	
			

Pilot on a Slight Downhill-Slope							
Control		Skid		Turn		Link turns	
							

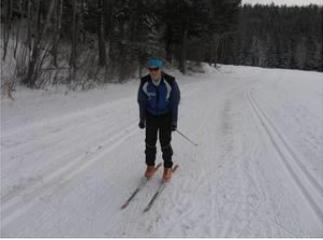
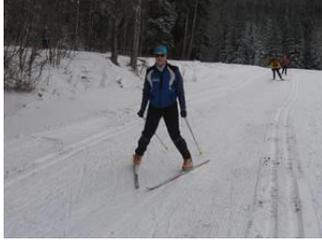
Go uphill	
Using a surface lift	
	
	

Level 1 – Cross-Country Skiing

I know how to:

Put on by Myself My Equipment			
My shoes	My skis	My poles	My ski suits
			

Move on Flat Ground	
Go forward	Fall down, stand up by myself
	

Glide		
Glide straight ahead	Snowplough	Stop
		

Go uphill	
... using side-step technique	
	

Level 2 – Cross-Country Skiing

I know how to:

Glide on Flat Ground	
	

Pilot on a Slight Hill			
... snowploughing	... parallel skiing	... controlling	Stop
			

Get up on a Slope	
	

Go Uphill	
... using side-step technique	... using skate skiing technique
	

Des sites pour aller plus loin :

- site départemental langues vivantes <http://www.ac-grenoble.fr/lve38>
- site national langues vivantes <http://www.primlangues.education.fr>
- site CNED langues vivantes <http://kids.englishforschools.fr>

La formation de la personne et du citoyen

Les compétences se travaillent :

- pendant la séance : un document pour noter les observations de l’enseignant est proposé dans les pages qui suivent.
- en classe : des propositions pour travailler.

Certaines fiches, indiquées par un astérisque * peuvent servir d’évaluation diagnostique.

La compétence est acquise si l’élève...	Références documentaires...
<p>... connaît et applique les consignes d’évolution en groupe (dépassement, arrêt, point de ralliement).</p>	<p>Pour l’enseignant afin de connaître les 10 règles du skieur : http://www.ski-planet.com/infos/regle-piste-ski.php http://www.ac-grenoble.fr/eps1/spip.php?article569</p> <ul style="list-style-type: none"> • signalétique Découvrir la signalétique des pistes par association image/texte • ski sécurité quand je descends une piste Cycle 2 Reconstitution de l’image « règle du skieur ». Maîtrise de la vitesse et du comportement ; « Tous ceux qui sont en dessous de moi ont la priorité.» • ski sécurité quand je remonte une piste cycle 2 Reconstitution de l’image « règle du skieur ». Les piétons; « je remonte le long de la piste» <p>Pour l’enseignant afin de connaître les 10 règles du skieur : http://www.ski-planet.com/infos/regle-piste-ski.php</p>

Exemple de fiche d'observation pour l'enseignant.

Les critères présentés le sont à titre indicatif, ils pourront être modifiés et complétés.

Alpin

Nom prénom																				
<u>L'élève est capable :</u>																				
de connaître et d'appliquer les consignes d'évolution en groupe.	s'arrêter au point indiqué par l'adulte.																			
	ne pas stationner sur la piste à un endroit étroit et sans visibilité, s'arrêter en bord de piste.																			
	respecter les consignes d'arrêt, par exemple en dessous des camarades déjà arrêtés.																			
	faire la queue aux remontées, de ne pas pousser, de ne pas doubler.																			
	respecter le sens de fonctionnement d'un atelier.																			
	dégager rapidement en cas de chute, suivant la consigne attendre ou remonter la piste à pied, en ne restant pas au milieu mais sur le côté.																			
d'adopter des attitudes d'entraide pour skier ensemble.	adapter sa vitesse au niveau du groupe.																			
	aider un camarade pour son matériel.																			
	garder une distance de sécurité avec le camarade qui est devant.																			
	signaler les incidents à l'adulte (camarade qui ne suit pas, qui a chuté, qui a déchaussé...).																			
de connaître et de respecter la signalétique des pistes.	dire à quoi correspond le code couleur des pistes.																			

Fond

Nom prénom													
L'élève est capable :													
de connaître et d'appliquer les consignes d'évolution en groupe.	s'arrêter au point indiqué par l'adulte.												
	ne pas stationner sur la piste à un endroit étroit et sans visibilité, s'arrêter en bord de piste.												
	respecter le sens de fonctionnement d'un atelier.												
	dégager rapidement en cas de chute.												
d'adopter des attitudes d'entraide pour skier ensemble.	adapter sa vitesse au niveau du groupe.												
	aider un camarade pour son matériel.												
	garder une distance de sécurité avec le camarade qui est devant.												
	signaler les incidents à l'adulte (camarade qui ne suit pas, qui a chuté, qui a déchaussé...).												
de connaître et de respecter la signalétique des pistes.	dire à quoi correspond le code couleur des pistes.												

Systèmes naturels et les systèmes techniques

Explorer le monde, questionner le monde - Le monde du vivant - Faune

Document 1

Le lièvre variable

en hiver



durant les autres saisons

Généralités

Le lièvre variable a la particularité de changer de couleur en fonction de la saison. Son pelage blanchit en automne pour être complètement blanc en hiver. Seules les extrémités des oreilles restent noires. Au printemps, les poils bruns réapparaissent pour lui donner la même couleur qu'un lièvre commun, à l'exception de sa queue, qui reste toujours blanche.

Comportement

De mœurs essentiellement nocturnes, le lièvre variable passe ses journées gîté sous un (<http://fauneetflore1.free.fr/Lievrevariable17printemps.jpg>) rocher et ce n'est que le soir venu qu'il sort à la recherche de sa nourriture. En été, ses déplacements nocturnes sont relativement réduits puisque la nourriture est disponible et abondante. Par contre, en hiver, le lièvre parcourt souvent de grandes distances à la recherche de sa nourriture et descend parfois assez bas en forêt.

Habitat

Il habite les forêts et les alpages, à partir de 1200 m et on le trouve jusqu' à la limite des neiges éternelles dans les Alpes. En Allemagne on l'appelle d'ailleurs le "lièvre des neiges".

Nourriture

Le lièvre variable se nourrit d'herbe, de mousse, de baies, d'écorces et de bourgeons.

Reproduction

Pendant la belle saison le lièvre variable peut avoir deux portées de 2 à 4 levrauts. Les jeunes naissent dans un état de développement assez avancé et leur émancipation est précoce.

Document 2

D'autres animaux adaptent leur apparence à la neige

le lagopède



l'hermine



et loin de chez nous, dans les régions arctiques : le renard.



Autres pistes de travail

- Un travail sur **l'homochromie** (du lièvre, du lagopède, de l'hermine...).
- En hiver, pour les espèces animales : le regroupement – la cachette des réserves de nourriture - l'hibernation – la migration (parfois vers l'Afrique, mais parfois de la montagne à notre ville ou village, parfois aussi, pour le bouquetin ou le chamois, de l'étage nival ou alpin à l'étage montagnard, ce qui permet de faire un lien avec les étages de la montagne).
- Les indices de présences animales, très nombreux en hiver sur la neige : empreintes, urine, excréments, restes de nourriture, troncs rongés.

Un exemple le repas de l'écureuil :



Ressources complémentaires :

- Ressources du **Parc de la Vanoise** : « [Faune de montagne](#) »

Présentation de quelques animaux des montagnes avec photos, vidéos...

<http://www.vanoise-parcnational.fr/fr/des-connaissances/les-patrimoines/la-faune>

- Ressources du **Parc des Ecrins** : [Diaporama «survivre en hiver» et nombreuses fiches pédagogiques.](#)

Diaporama de 8 mn adapté tous niveaux.

<http://www.ecrins-parcnational.fr/dossier/la-faune-en-hiver-survivre>

- Document à télécharger « [Chuuut, c'est l'hiver](#) » L'hiver des animaux :

9 verbes d'actions pour décrire les modes d'adaptation des animaux à l'hiver.

- Document du WWF Les animaux en hiver : A la recherche de traces

https://assets.wwf.ch/downloads/pdf_traces_d_animaux.pdf

- Les traces d'animaux :

http://www.chamrousse-environnement.info/traces_d27animaux.html

https://www.youtube.com/watch?v=WfWVSV93n_E

- En forêt : ce sont les enfants de l'école de Vassieux qui ont réalisé le scénario, les textes et les dessins de ce

livret : http://parc-du-vercors.fr/uploaded/files/CPIE/OUTILS_PEDA/cahier_peda/livret_foret.pdf

- Fiches pédagogiques de découverte du milieu montagnard proposées par le CPIE Vercors :

http://parc-du-vercors.fr/fr_FR/boite-a-outils-pedagogiques-2486/fiches-pedagogiques-de-decouverte-de-la-reserve-naturelle-des-hauts-plateaux-du-vercors-2826.html

Pour aller plus loin... les animaux du froid :

<http://fauneetflore.haplosciences.com/arctique.html>

Que font les animaux l'hiver ?

<http://www.eclairdesciences.qc.ca/wp-content/uploads/2015/06/lesanimauxenhiver.pdf>

Ressources complémentaires albums en lien avec l'hiver :

<http://materalbum.free.fr/banquise/liste.htm>

Les représentations du monde et l'activité humaine
(Questionner le monde)

Recherches possibles :

- ☞ *Nomme les différentes pistes que tu as parcourues lors de la séance de ski.
(à partir du plan des pistes)*
- ☞ *Calcule la distance parcourue lors de la séance de ski.*
- ☞ *Place les différents ateliers réalisés sur le plan des pistes photocopié.*

Recherche à l'aide du site Géoportail :

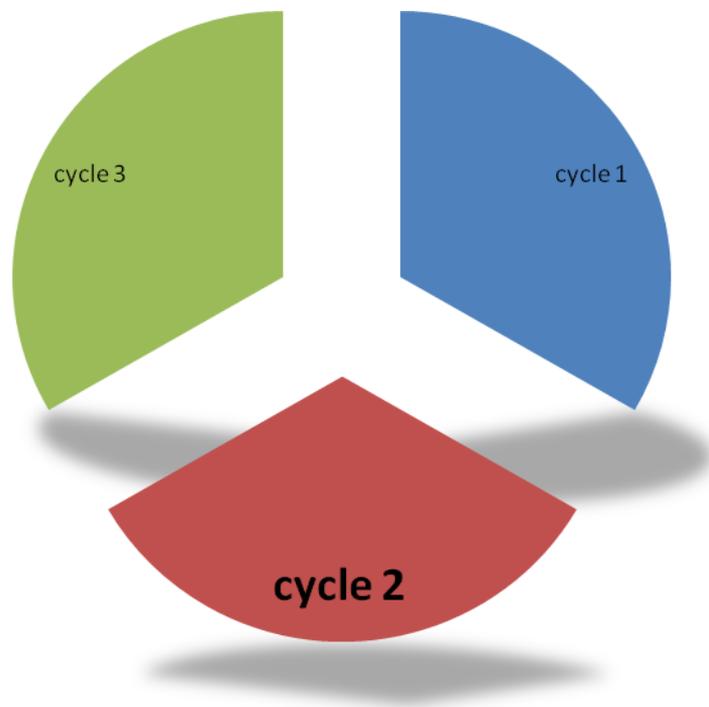
<https://www.geoportail.gouv.fr/>

Calcule les distances entre deux lieux, par exemple entre ta commune et celle voisine.

Savoir skier

Evaluation

Cycle 2



Pascal Bilau, Béatrice Boutantin, Fabienne Garnier, Jean-Michel Guilhermet, Michel Valla

juin 2017

Les langages pour penser et communiquer

(parler, communiquer, argumenter)

Nom :

Date :

Prénom :

Compétence du socle	Comprendre, s'exprimer en utilisant la langue française à l'oral et à l'écrit : - l'élève parle, communique, argumente de façon claire et organisée.
---------------------	--

Attendus de fin de cycle 2 :

☞ *pratiquer avec efficacité les formes de discours attendus - notamment : raconter, décrire, expliquer.*

☞ *Identifier des mots rapidement : reconnaître des mots fréquents.*

Connaissances et compétences associées	Ecouter pour comprendre les messages oraux.
	Prendre en compte ses interlocuteurs.
	Mobiliser des connaissances lexicales et des connaissances portant sur l'univers évoqué.

Vocabulaire à maîtriser :

La compétence est maîtrisée lorsque l'élève a acquis 15 mots sur 20 parmi les suivants. Il les utilise à bon escient, en connaît le sens.

Il est capable de nommer, de désigner, de décrire.

✓ *Mets une croix pour les mots que tu connais et que tu peux expliquer :*

matériel		équipement personnel		équipement station	
fixations		moufles/gants		téléski	
dragonne		bonnet/cagoule		télesiège	
bâton		combinaison/salopette		télécabine	
spatule		masque/lunettes		balises	
talon		anorak		pistes	
semelle		casque		drapeau à damiers	
carre				office de tourisme	



Lorsque j'ai terminé, j'illustre par un dessin.

Des langages pour penser et communiquer

Nom :

Date :

Prénom :

Compétence du socle	<p>Comprendre, s'exprimer en utilisant la langue française à l'oral et à l'écrit :</p> <ul style="list-style-type: none"> - L'élève adapte sa lecture et la module en fonction de la nature et de la difficulté du texte. - Pour construire ou vérifier le sens de ce qu'il lit, il combine avec pertinence et de façon critique les informations explicites et implicites issues de sa lecture
---------------------	--

Attendus de fin de cycle 2 :

- ☞ Lire et comprendre des textes adaptés à la maturité et à la culture scolaire des élèves.
- ☞ Identifier des mots rapidement : décoder aisément des mots inconnus réguliers, **reconnaître des mots fréquents.**

Connaissances et compétences associées	Mobiliser des expériences antérieures de lecture et des connaissances qui en sont issues.
	Mobiliser des connaissances lexicales et des connaissances portant sur l'univers évoqué.
	Prendre en compte les enjeux de la lecture notamment : lire pour réaliser quelque chose.

L'élève lit les règles du skieur, il est capable de les mettre en relation avec les illustrations.

✓ *Relie les images aux bonnes phrases :*

Quand je monte je me tiens sur le bord de la piste.



Je dois adapter ma vitesse à mes capacités.



Je dois respecter la signalisation.



Je ne dois pas m'arrêter n'importe où.



Lorsque je dépasse je fais attention à l'autre.



Au croisement, je fais attention.



Les langages pour penser et communiquer

Comprendre, s'exprimer en utilisant une langue étrangère

Nom :

Date :

Prénom :

Compétence du socle	Comprendre des messages oraux et écrits, s'exprimer et communiquer à l'oral et à l'écrit de manière simple mais efficace : Ecouter et comprendre des messages oraux simples relevant de la vie quotidienne, des textes simples lus par le professeur.
---------------------	---

Les attendus de fin de cycle 2 :

☞ Comprendre des mots familiers et des expressions très courantes au sujet de soi, de sa famille et de l'environnement concret et immédiat, si les gens parlent lentement et distinctement.

☞ Poser des questions simples sur des sujets familiers ou sur ce dont on a immédiatement besoin, ainsi que répondre à de telles questions.

Exemples de situations, activités

Connaissances et compétences associées	Utiliser quelques mots familiers et quelques expressions très courantes.
	Suivre des instructions courtes et simples.
	Répondre à des questions sur des sujets familiers. Epeler des mots et des noms familiers.

Je sais dire en anglais les mots qui correspondent aux images :

	Yes - ✓	No - ✗
		
		
		
		
		

- *Connaissances : répertoire élémentaire de mots relatif à une situation particulière concrète*
- *Approche culturelle : le sport*

Je sais dire en anglais les expressions qui correspondent aux images :

	Yes - ✓	No - ✗
		
		
		
		
		

- *Connaissances : répertoire élémentaire d'expressions relatif à une situation particulière concrète*
- *Approche culturelle : le sport*

La formation de la personne et du citoyen

Nom :

Date :

Prénom :

Compétence du socle	<p>Expression de la sensibilité et des opinions, respect des autres :</p> <ul style="list-style-type: none"> - L'élève prend soin de lui et des autres <p>La règle et le droit :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Il comprend et respecte les règles communes <p>Agir individuellement et collectivement :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Il développe une conscience citoyenne et sociale.
---------------------	---

Attendus de fin de cycle 2 :

- ☞ *S'estimer et être capable d'empathie.*
- ☞ *Se sentir membre d'une collectivité.*
- ☞ *Comprendre les raisons de l'obéissance aux règles*
- ☞ *Différencier son intérêt particulier de l'intérêt général.*

Connaissances et compétences associées	Veiller à l'intégrité de la personne
	Comprendre que la règle commune peut interdire, obliger, mais aussi autoriser
	Coopérer, s'entraider, développer le secours à autrui

Grille d'auto évaluation

Fiche contrat à compléter par l'élève et à valider par l'enseignant(e) sur un atelier, une rencontre ou sur l'ensemble des séances vécues.

L'item est validé lorsque l'élève effectue une ou plusieurs réalisations attendues.

Mon comportement en Ski Alpin		<input checked="" type="checkbox"/> Coche si tu penses que tu es capable de...	Validation par l'enseignant
Je connais et j'applique les consignes d'évolution en groupe.	t'arrêter au point indiqué par l'adulte.		
	ne pas stationner sur la piste à un endroit étroit et sans visibilité, s'arrêter en bord de piste.		
	respecter les consignes d'arrêt, par exemple en dessous des camarades déjà arrêtés.		
	faire la queue aux remontées, de ne pas pousser, de ne pas doubler.		
	respecter le sens de fonctionnement d'un atelier.		
	dégager rapidement en cas de chute, suivant la consigne attendre ou remonter la piste à pied, en ne restant pas au milieu mais sur le côté.		
J'adopte des attitudes d'entraide pour skier ensemble.	adapter sa vitesse au niveau du groupe.		
	aider un camarade pour son matériel.		
	garder une distance de sécurité avec le camarade qui est devant.		
	signaler les incidents à l'adulte (camarade qui ne suit pas, qui a chuté, qui a déchaussé...).		
Je connais et je respecte la signalétique des pistes.	dire à quoi correspond le code couleur des pistes.		

Mon comportement Ski de fond		<input checked="" type="checkbox"/> Coche si tu penses que tu es capable de...	Validation par l'enseignant
Je connais et j'applique les consignes d'évolution en groupe	t'arrêter au point indiqué par l'adulte.		
	ne pas stationner sur la piste à un endroit étroit et sans visibilité, s'arrêter en bord de piste.		
	respecter le sens de fonctionnement d'un atelier.		
	dégager rapidement la piste en cas de chute.		
J'adopte des attitudes d'entraide pour skier ensemble	adapter sa vitesse au niveau du groupe.		
	aider un camarade pour son matériel		
	garder une distance de sécurité avec le camarade qui est devant.		
	signaler les incidents à l'adulte (camarade qui ne suit pas, qui a chuté, qui a un problème...)		
Je connais et je respecte la signalétique des pistes.	dire à quoi correspond le code couleur des pistes.		

Systèmes naturels et les systèmes techniques

Nom :

Date :

Prénom :

Compétence du socle	<p>Démarche scientifique :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Il éveille sa curiosité, son envie de se poser des questions, de chercher des réponses. - Il découvre, par une approche scientifique, la nature environnante.
---------------------	--

Les attendus de fin de cycle 2 :

- ☞ *Connaître des caractéristiques du monde vivant, ses interactions, sa diversité*
- ☞ *Identifier des mots rapidement : reconnaître des mots fréquents.*

Connaissances et compétences associées	Connaître le régime alimentaire de quelques animaux.
	Identifier les interactions des êtres vivants entre eux et avec leur milieu

✓ *Réponds à au moins 6 questions sur 8, après avoir lu des documents sur les animaux que l'on trouve dans le milieu montagnard.*

Exemple de question en rapport avec le document proposé dans les situations d'apprentissage.

- 1 - Quel est le nombre maximum de levrauts qu'une femelle peut avoir en une saison ?

- 2 - Quelle est la particularité du lièvre variable ?

- 3 - Connais-tu d'autres animaux qui ont la même particularité ?

- 4 - Est-ce un animal diurne ou nocturne ?

- 5 - Quel est l'autre nom que l'on donne au lièvre variable ?

- 6 - De quoi se nourrit-il ?

- 7 - À quelle occasion parcourt-il de grandes distances ?

- 8 - Connais-tu d'autres animaux qui vivent en montagne et qui ne sont pas dans les documents ?

Systèmes naturels et les systèmes techniques

Nom :

Date :

Prénom :

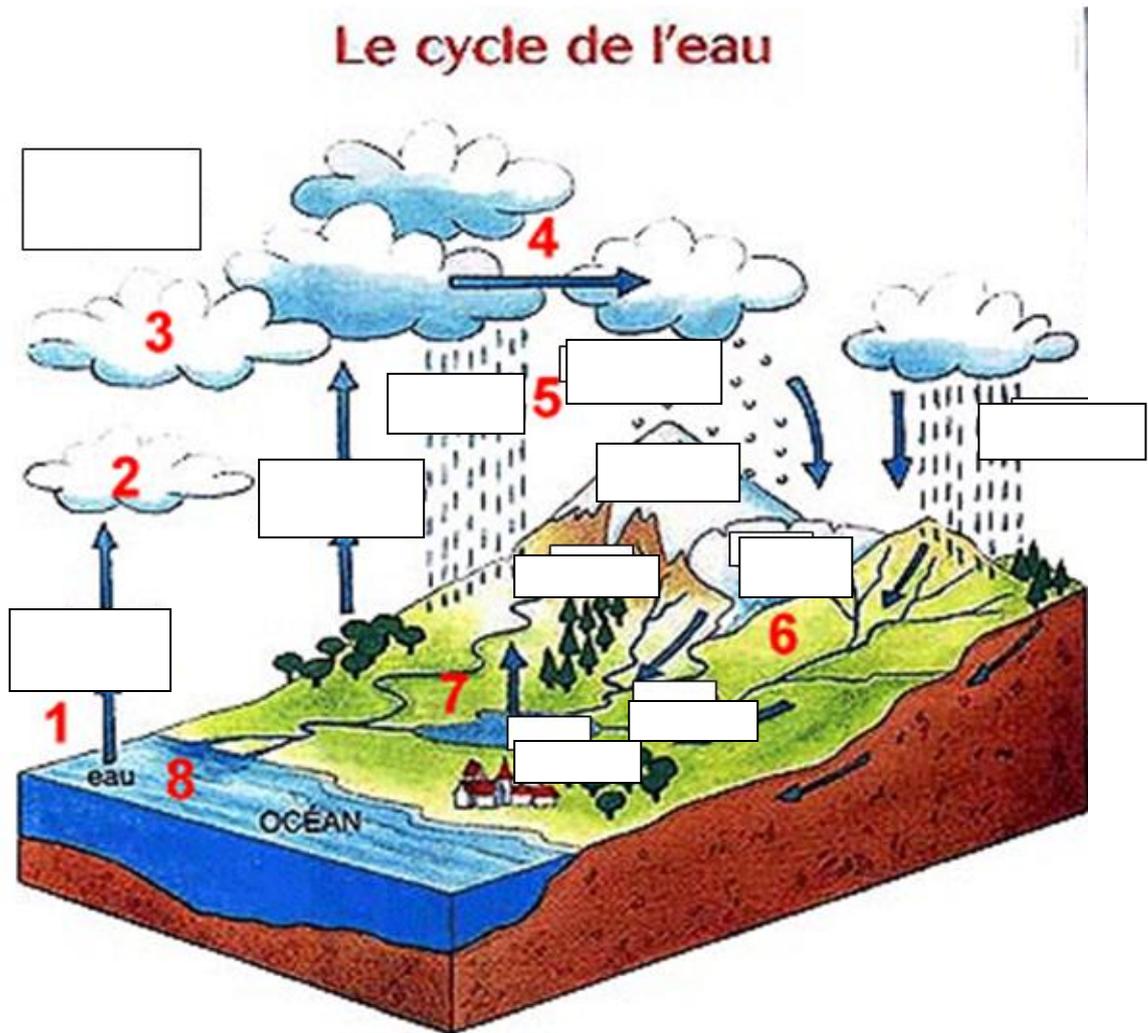
Compétences du socle	Démarche scientifique : - Il éveille sa curiosité, son envie de se poser des questions, de chercher des réponses. - Il découvre, par une approche scientifique, la nature environnante.
----------------------	--

Les attendus de fin de cycle 2 :

- ☞ Identifier les trois états de la matière et observer des changements d'état
- ☞ Identifier un changement d'état de l'eau dans un phénomène de la vie quotidienne

Connaissances et compétences associées	Reconnaître les états de l'eau et leur manifestation dans divers phénomènes naturels.
--	---

- ✓ Ecris les mots au bon endroit pour compléter le schéma.
nuages, neige, glacier, pluie, évaporation, torrent, rivière, lac.



- ✓ Cite des conditions pour que la pluie se transforme en neige.

.....

.....

- ✓ Explique ce que peut devenir la neige.

.....

.....

Systèmes naturels et les systèmes techniques

Nom :

Date :

Prénom :

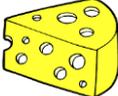
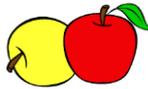
Compétences du socle	<p>Démarche scientifique :</p> <ul style="list-style-type: none"> - L'élève sait mener une démarche d'investigation. - Il éveille sa curiosité, son envie de se poser des questions, de chercher des réponses.
----------------------	---

Attendu de fin de cycle 2 :

☞ *Reconnaître des comportements favorables à la santé.*

Connaissances et compétences associées	<p>Mettre en œuvre et apprécier quelques règles de vie : variété alimentaire, activité physique...</p> <ul style="list-style-type: none"> - Catégorie d'aliments, - Apports spécifiques des aliments, - Notion d'équilibre alimentaire
--	---

✓ *Tu te prépares à partir au ski. Prenant soin de ton corps tu veilles à bien te nourrir. Que pourras-tu emporter pour ton déjeuner et ton goûter ? Entoure les aliments que tu emporterais et barre ceux qu'il faut éviter.*

						
Baguette	Tomates	Gruyère	Pomme	Yaourt	Chips	Barre de céréales
						
Lait	Café	Confiture	Poisson	Hot dog	Spaghettis	Banane
						
Hamburger	Pop corn	Carotte	Concombre	Croissant	Orange	Beurre
						
Boisson sucrée	Légumes	Frites	Pizza	Pâtisserie	Viande	Pâtes
						
Poulet	Chocolat	Céréales	Miel	Sucrerie	Biscottes	Sucre
						
Jus de fruit	Charcuterie	Œufs	Eau minérale	Jambon	Mayonnaise	Compote

Les représentations du monde et l'activité humaine
(Questionner le monde)

Nom :

Date :

Prénom :

Compétence du socle	L'élève sait situer un lieu ou un ensemble géographique en utilisant des cartes
---------------------	---

Les attendus de fin de cycle 2 :

- ☞ *Se repérer dans l'espace et le représenter.*
- ☞ *Situer un lieu sur une carte, sur un globe ou sur un écran informatique.*

Connaissances et compétences associées	Se repérer dans son environnement proche Situer des objets ou des personnes les uns par rapport aux autres ou par rapport à d'autres repères.
--	--

Nomme les communes traversées lorsque tu te rends au ski avec l'école, à partir de la carte IGN routière fournie.

	<i>Noms des communes traversées</i>
1	
2	
3	
4	
5	

Calcule la distance parcourue à l'aide du site Géoportail :

<https://www.geoportail.gouv.fr/>

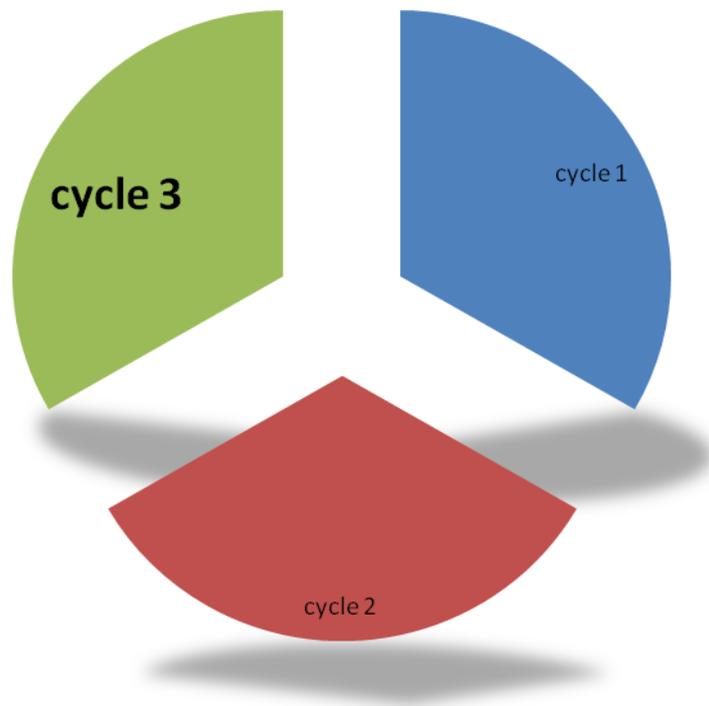
Distance parcourue en km (aller) :

Savoir skier

Savoir skier

Apprentissage

Cycle 3



Pascal Bilau, Béatrice Boutantin, Fabienne Garnier, Jean-Michel Guilhermet, Michel Valla

juin 2017

Les langages pour penser et communiquer

Comprendre et s'exprimer à l'oral, lire, écrire

Dire

Vocabulaire

Des exemples sur le site EPS 1-38 dans le cahier du skieur :

- une fiche sur les différentes disciplines du ski C3
- une fiche sur un texte à trous

<http://www.ac-grenoble.fr/eps1/spip.php?article562>

Ecrire

Des exemples sur le site EPS 1-38 dans le cahier du skieur :

Comment je fais : <http://www.ac-grenoble.fr/eps1/spip.php?article574>

Ce qui me pose problème : <http://www.ac-grenoble.fr/eps1/spip.php?article575>

Un exemple :

Production d'écrit sur le ski de fond

Je trouve que le ski de fond est facile car j'arrive bien à faire du télémark, je patine bien, je sais faire du deux temps, et du un temps.

Ce qui me pose un problème c'est que je fais des tout petits pas en ski de fond alors qu'il faudrait que j'en fasse des plus grands mais je vais m'améliorer.

Ce n'est pas difficile mais le classique est plus compliqué que le skating donc au début tout est dur et après c'est facile. Il faut bien écouter les consignes. Je fais comme tout le monde : j'aimerais être un bon skieur, mais je préfère dès que c'est un peu poudreux. Quand je fais du ski de fond, je me sens en pleine forme mais je n'en fais que le jeudi et mercredi donc je n'en fais pas assez et je préfère le ski de fond par rapport au ski de piste car ceux qui sont en ski de piste sont des « flemmards ».

Ils se font remonter par des téléskis et des télésièges alors qu'au ski de fond on monte nous-même. J'aime quand même un petit peu le ski de piste. Ce que je n'aime pas au ski de fond, ce sont les tricheurs comme par exemple lors des courses tu démarres et il met le ski devant toi et tu tombes. C'est ce qui m'énerve.

Lire

Des exemples sur le site EPS 1-38 dans le cahier du skieur :

- Signalétique : <http://www.ac-grenoble.fr/eps1/spip.php?article569>
- Sécurité, je connais les règles : <http://www.ac-grenoble.fr/eps1/spip.php?article570>

Des histoires sur le ski, un article de journal, un document,...

Voici quelques exemples de livres qui peuvent être utilisés. Vous en trouverez d'autres sur le site EPS 1 – 38 dans le cahier du skieur : <http://www.ac-grenoble.fr/eps1/spip.php?article545>

Cycles 2 et 3

Documentaires

- « Ne plus jamais s'ennuyer à la montagne » de Pierre Lefèvre et Elisa Géhin - Editions Gallimard Jeunesse

Ce guide pas comme les autres, à emporter partout, fourmille d'idées et d'informations pour explorer, comprendre, s'amuser et ne plus jamais s'ennuyer à la montagne. Une mine d'informations pour découvrir l'histoire des sports d'hiver ou tout savoir sur la transhumance. Des informations, des activités, des recettes et des planches encyclopédiques pour tout connaître de la montagne : D'où viennent les glaciers ? Qu'est-ce qu'un Patou ?

- « J'ai sauvé une marmotte » de Jean-Hugues Malineau - Editions Ecole des Loisirs

J'ai sept ans et mon plus grand bonheur est de me promener seul dans les montagnes à la découverte des fleurs sauvages et des marmottes. Un jour au détour d'un chemin, j'ai entendu siffler une marmotte en détresse... Thème : montagne, faune, flore

Cycle 3

Romans

- « Drôle d'école » Editions Pocket Jeunesse

Trois aventures de la classe de CM2 en montagne

- « Pièges sur la neige » Collection les Aventures de l'histoire Editions Osker de Pascal Perrier

Les premiers conquérants du mont Blanc, une histoire de deux équipes rivales qui s'affrontent.

- « Tempête sur la classe de neige » de Jean Marie Mulot, illustrateur Michel Riu - Editions Batsberg collection Sarbacane.

Trois élèves partent skier en hors-piste, l'un d'entre eux se casse la jambe et les voilà pris dans une tempête. Les recherches s'organisent entre ESF et PGHM. Les enfants se réfugient dans une bergerie. Le blessé agonise et révèle un secret. L'autre garçon part chercher des secours et tout se termine bien...

- « Cinq histoires de montagne » Collection z'azimut Editions Fleurus

Cinq histoires courtes autour de la passion de la montagne, avec cinq genres différents pour passer du rire à l'angoisse : sentiments, sciences fiction, humour, faits divers, frissons.

Documentaires

« Le chamois » « L'aigle royal » « Le bouquetin des Alpes » « La marmotte » « Le loup ». Les différents titres des Carnets de la Huppe. Auteurs collectifs : les parcs nationaux de France - Editions Libris

Des petits carnets très faciles à emporter sur le terrain, très complets pour tout connaître sur les animaux de montagne.

« Montagnes en Rhône-Alpes » « Chemins » « Forêts » « enjeu pour un développement durable »

Les petits guides du Moutard - Auteurs collectifs - Editions Le Moutard (à commander directement sur : <http://www.lemoutard.fr> , à la rubrique "nos collections")

Petits guides très riches d'informations très précises sur des lieux, des enjeux, des questionnements locaux.

Conte

« La légende du ski » de Guy de Langaudle Illustration de Samivel - Editions Delagrave

Deux histoires : la légende du ski (l'invention du ski) et le bob des quatre amis (apparition du bobsleigh) le tout dans un monde imaginaire mêlant le très ancien au très intéressant, le probable et l'incroyable. Un très beau livre.

Langue

« The ski class » « la classe de neige » Editions Filou § Piscie

Un cours de ski avec des enfants qui s'expriment en anglais et en français.

Les langages pour penser et communiquer
 Comprendre, s'exprimer en utilisant une langue étrangère
Level 1 – Alpine Skiing

I know how to:

Put on by Myself My Equipment				
My boots	My skis	My poles	My helmet	My ski suits
				

Move on Flat Ground	
Go forward	Fall down, get up
	

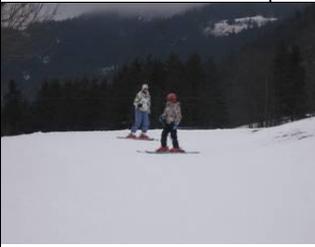
Glide		
Glide straight ahead	Snowplough	Stop
		

Go Uphill	
... using side-step technique	... using duck-walk technique
	

Level 2 – Alpine Skiing

I know how to:

Glide on Near-Flat Ground Going Down			
... snowploughing		... parallel skiing (classic skiing-technique)	
			

Pilot on a Slight Downhill-Slope							
Control		Skid		Turn		Link turns	
							

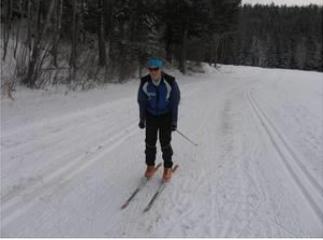
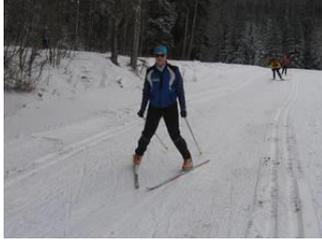
Go uphill	
Using a surface lift	
	
	

Level 1 – Cross-Country Skiing

I know how to:

Put on by Myself My Equipment			
My shoes	My skis	My poles	My ski suits
			

Move on Flat Ground	
Go forward	Fall down, stand up by myself
	

Glide		
Glide straight ahead	Snowplough	Stop
		

Go uphill	
... using side-step technique	
	

Level 2 – Cross-Country Skiing

I know how to:

Glide on Flat Ground	
	

Pilot on a Slight Hill			
... snowploughing	... parallel skiing	... controlling	Stop
			

Get up on a Slope	
	

Go Uphill	
... using side-step technique	... using skate skiing technique
	

La formation de la personne et du citoyen

Les compétences se travaillent :

- pendant la séance : un document pour noter les observations de l’enseignant est proposé dans les pages qui suivent.
 - en classe : des propositions pour travailler.
- Certaines fiches, indiquées par un astérisque *, peuvent servir d’évaluation diagnostique.

La compétence est acquise si l’élève...	Références documentaires...
... connaît et applique les 10 règles de sécurité du skieur.	<p>http://www.ac-grenoble.fr/eps1/spip.php?article570</p> <ul style="list-style-type: none"> • ski sécurité je connais les règles cycle 3 * Connaître les 10 règles du skieur par association image/texte : « <i>Relie chaque image au texte qui lui correspond.</i> » • ski sécurité règle 1 cycle 3 Production d’écrit à partir d’une illustration et d’une consigne : « <i>Quelle est la règle du code du skieur que ce personnage n’a pas respectée ?</i> »
... connaît et respecte la signalétique des pistes.	<p>http://www.ac-grenoble.fr/eps1/spip.php?article570</p> <ul style="list-style-type: none"> • signalétique * Connaître la signalétique des pistes : « <i>Pour chaque photo, indique ce que signifie le signal et explique ce que tu dois faire.</i> » <p>Observation du comportement de l’élève par l’adulte lors de la pratique</p>

La compétence est acquise si l'élève...	Références documentaires...
<p>... applique quelques consignes simples pour aider un camarade en difficulté (appeler un adulte, s'occuper de son camarade).</p>	<p>http://www.ac-grenoble.fr/eps1/spip.php?article554</p> <ul style="list-style-type: none"> • ski sécurité entraide C3 * Production d'écrit à partir d'une illustration et d'une consigne : « ...<i>Mon copain tombe devant moi, il a déchaussé un ski. Qu'est ce que je fais? En t'aidant des idées ci-dessus, écris un petit texte pour expliquer ce que tu ferais.</i> »
<p>... connaît et applique les attitudes et les gestes de premiers secours (protéger, alerter, secourir).</p>	<p>http://www.ac-grenoble.fr/eps1/spip.php?article553</p> <ul style="list-style-type: none"> • ski sécurité secourisme C2 * Actions à menées en cas d'accident : « <i>Je mets dans l'ordre mes actions. (Je place les chiffres 1, 2, 3 dans les bonnes cases.</i> ») <p>http://www.ac-grenoble.fr/eps1/spip.php?article554</p> <ul style="list-style-type: none"> • ski sécurité secourisme C3 * Actions à menées en cas d'accident : « <i>Qu'est ce que je fais? Dans le tableau, j'entoure la bonne case :</i> »
<p>... adopte des attitudes d'entraide pour skier ensemble (observer si tout le monde suit, attendre un camarade après une chute, prendre en compte le niveau de chacun...)</p>	<p>Observation du comportement de l'élève par l'adulte lors de la pratique, voir document page suivante.</p>

Un exemple de fiche d'observation pour l'enseignant.

Les critères présentés le sont à titre indicatif, ils pourront être modifiés et complétés.

Alpin

Nom prénom																				
<u>L'élève est capable de :</u>																				
Je connais et j'applique les consignes d'évolution en groupe.	dépasser à bonne distance en assurant la sécurité du skieur aval.																			
	ne pas stationner sur la piste à un endroit étroit et sans visibilité, s'arrêter en bord de piste.																			
	ralentir aux croisements de pistes.																			
	faire la queue aux remontées, de ne pas pousser, de ne pas doubler.																			
	adapter sa vitesse en fonction de son niveau.																			
	dégager rapidement en cas de chute, suivant la consigne attendre ou remonter la piste à pied, en ne restant pas au milieu mais sur le côté.																			
J'adopte des attitudes d'entraide pour skier ensemble.	signaler et attendre un camarade qui ne suit pas.																			
	aider un camarade pour son matériel.																			
	garder une distance de sécurité avec le camarade qui est devant.																			
	signaler les incidents à l'adulte (camarade qui ne suit pas, qui a chuté, qui a déchaussé...).																			
	aider un camarade qui a chuté.																			
Je connais et je respecte la signalétique des pistes.	respecter les panneaux que je rencontre.																			
	connaître le nom de la piste, des lieux et me repérer à l'aide des balises.																			
	respecter le sens de circulation.																			

Formation de la personne et du citoyen

Cette compétence se travaille sur le terrain dans les différentes situations.

Exemples de situations possibles :

En ski alpin

La compétence est acquise si l'élève...	Références documentaires...
<p>... identifie et apprécie les risques, ose s'engager en sécurité, ressent et maîtrise ses émotions.</p>	<p>de « Skier et apprendre la montagne » SCEREN CRDP Grenoble P.Mioche/J.M.Guilhermet/P.Sevrez./J.P.Tempier http://www.ac-grenoble.fr/eps1/spip.php?article35</p> <ul style="list-style-type: none"> • Situation d'évaluation de la compétence transversale du cycle 3 en ski alpin : « s'engager dans l'action » (page 227)
<p>...réalise un parcours à grande vitesse avec des virages skis parallèles, tout en contrôlant sa vitesse et sa trajectoire.</p>	<p>de « Skier et apprendre la montagne » SCEREN CRDP Grenoble P.Mioche/J.M.Guilhermet/P.Sevrez./J.P.Tempier http://www.ac-grenoble.fr/eps1/spip.php?article35</p> <ul style="list-style-type: none"> • Situation d'évaluation de la compétence transversale du cycle 3 en ski alpin : « construire un projet d'action » (page 227)

En ski de fond

La compétence est acquise si l'élève...	Références documentaires...
<p>... régule ses efforts pour être efficace dans ses déplacements pendant un temps donné.</p>	<p>de « Skier et apprendre la montagne » SCEREN CRDP Grenoble P.Mioche/J.M.Guilhermet/P.Sevrez./J.P.Tempier http://www.ac-grenoble.fr/eps1/spip.php?article35</p> <ul style="list-style-type: none"> • Situation d'évaluation de la compétence transversale du cycle 3 en ski de fond : « mesurer et apprécier les effets de l'activité » (page 230)
<p>...participe à l'élaboration d'un projet collectif et se conduit dans le groupe en adoptant des attitudes d'écoute, d'aide de tolérance et de respects des autres.</p>	<p>de « Skier et apprendre la montagne » SCEREN CRDP Grenoble P.Mioche/J.M.Guilhermet/P.Sevrez./J.P.Tempier http://www.ac-grenoble.fr/eps1/spip.php?article35</p> <ul style="list-style-type: none"> • Situation d'évaluation de la compétence transversale du cycle 3 en ski de fond : « appliquer et construire des principes de vie collective » (page 230)

Systemes naturels et systemes techniques

Diversité du vivant - Flore

Document

De près : J'observe les rameaux.

Disposition des aiguilles

Epicéa	Les aiguilles sont tout autour de la branche, on dit « en forme de queue de renard ».	
Sapin	Les aiguilles sont de chaque côté de la branche.	

Mémo du professeur Guimont

Mon corps représente la branche et mes membres les aiguilles. Je découpe le mot en syllabe.					
sa		pin	é		pi
Les aiguilles sont de chaque côté de la branche.			cé	a	
			Les aiguilles sont tout autour de la branche.		

Dessin sous les aiguilles

Epicéa	Une seule ligne, peu visible.	
Sapin	Deux lignes blanches dessous.	

Mémo du professeur Guimont :

Les petits lutins laissent deux traces avec leurs skis sous les aiguilles du sapin.

Forme des aiguilles

Epicéa	Pointue à l'extrémité.	Si je pique ma main (ou ma joue) avec une aiguille, je le sens.
Sapin	Ronde à l'extrémité.	Si je pique ma main (ou ma joue) avec une aiguille, je ne sens rien.

A mi-distance : j'observe les cônes au sommet.

Epicéa	Cônes dirigés vers le bas. 	
Sapin	Cônes dirigés vers le haut. 	

Mémo du professeur Guimont :

L'**épicéa** a ses cônes dirigés vers le **bas**.

<i>J'écris : épicéa et sapin dans la bonne case.</i>	
	

De plus loin : J'observe la silhouette.

Epicéa	Forme toujours en cône.	
Sapin	Lorsqu'il est vieux, il est plat en haut, on dit qu'il a une forme de table.	

Diversité du vivant - Flore

[Un exemple de séquence](#) sur l'adaptation des animaux en hiver (groupe sciences 38 – 2012)

Systèmes naturels et systèmes techniques

Phénomènes naturels

Document 1

*Comment se forme la neige ?

L'eau existe sous plusieurs états :

- solide (glace)
- liquide
- gazeux (vapeur d'eau)

Lors de son cycle, l'eau passe par différents états. Ces changements d'états sont essentiellement dus à la température du milieu.

- **La fusion** est le passage de l'état solide à l'état liquide quand la température est supérieure à 0°. C'est ainsi que la glace et la neige fondent, et rejoignent les cours d'eau.

- **La vaporisation** est le passage de l'état liquide à l'état gazeux. Ce processus explique les transferts, dus à la chaleur du soleil, de l'eau des océans et des continents vers l'atmosphère, par évaporation et évapotranspiration (évaporation de la transpiration des végétaux).

- **La condensation** est le passage de l'état gazeux à l'état liquide. En atteignant les couches plus froides de l'atmosphère en altitude, la vapeur d'eau se condense et forme les nuages.

- **La solidification** est le passage de l'état liquide à l'état solide, quand la température est inférieure à 0°C à pression atmosphérique dite normale. L'eau des précipitations se transforme ainsi en neige ou en grêle, et les eaux de surface en glace.

Document 2

*Expériences à réaliser

Tu peux prendre l'exemple d'une casserole qui bout sur le feu.

- Si tu observes ce qu'il se passe, tu noteras qu'au fur et à mesure que l'eau se réchauffe, elle commence à s'évaporer. C'est ce qui forme ce nuage de brouillard au-dessus de la casserole.

- Si tu continues à observer l'eau qui bout dans la casserole, tu remarqueras maintenant qu'il se crée de minuscules gouttelettes d'eau tout autour.

- Tu peux faire l'expérience d'approcher une assiette bien froide à quelques centimètres au-dessus de la casserole et observer l'humidité qui s'y dépose.

Lorsque la vapeur d'eau monte, elle rencontre des zones plus froides et de ce fait se condense à nouveau. C'est-à-dire qu'elle reprend une forme liquide, elle se transforme en gouttelettes d'eau. Dans le ciel, l'eau qui vient des mers traverse elle aussi des masses d'air froid et c'est ainsi que naissent alors les gouttes de pluie. Au contact de basses températures, l'eau accumulée dans le ciel retombe sur la Terre.

Cette vapeur d'eau qui se trouve dans l'atmosphère peut aussi retomber sous la forme de neige, et même de grêle.

- Pour comprendre voici une autre petite expérience: si tu mets de l'eau au congélateur tu remarqueras qu'elle passe de l'état liquide à l'état solide en quelques heures. Il se forme des glaçons. Sous l'effet d'une température très froide, l'eau change d'état et se solidifie. Si la vapeur d'eau qui monte dans l'atmosphère rencontre une masse d'air très très froide et elle se congèle en cristaux de glace. Si la masse d'air est encore plus froide, c'est de la grêle très dure qui se formera et tombera du ciel.

Document 3

*Comment se forme la neige ?

Il faut trois conditions pour qu'il neige:

1. de la vapeur d'eau
2. des températures très basses
3. la présence d'infimes corpuscules voltigeant dans l'air (sable, fumée, cendres, ...), les cristaux se fixent autour.

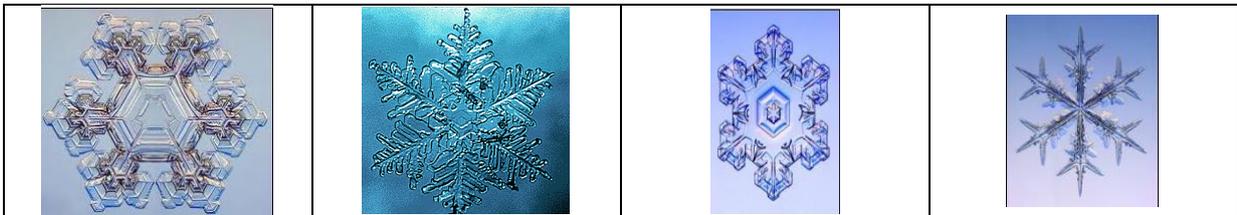
La neige est une précipitation solide qui tombe d'un nuage et atteint le sol lorsque la température de l'air est négative ou voisine de 0°C. Ces cristaux de glace s'agglomèrent et forment des flocons. Leur forme varie en fonction de la température : étoiles, plaquettes, aiguilles ou colonnes.

Différents paramètres entrent également en jeu et déterminent la nature de la neige : la température, l'humidité de l'air, le vent et son effet de refroidissement.

Document 4

*Les différentes neiges

Les flocons : ils ont des formes très différentes.



Ils ont toujours six branches.

On distingue 3 types de neige selon la quantité d'eau liquide qu'elle contient : neige sèche, humide ou mouillée.

- La neige sèche est fréquente en montagne car elle se forme par temps très froid, avec des températures inférieures à -5°C. Légère et poudreuse, elle contient peu d'eau liquide.
- La neige humide ou collante tombe souvent entre 0°C et -5°C. Elle contient davantage d'eau liquide ce qui la rend lourde et pâteuse. C'est la plus fréquente en plaine.
- La neige mouillée tombe entre 0°C et 1°C et contient beaucoup d'eau liquide, elle est très lourde, elle peut fondre rapidement mais aussi regeler sous forme de plaques de glace.

Les types de neige vont agir sur la glisse en ski, plus une neige est froide, plus elle glisse. Pour améliorer la glisse en fonction des types de neige, on utilise des farts que l'on met sur la semelle du ski. Il existe aussi des skis différents suivant les neiges.

Les canons à neige (ou enneigeurs) produisent de la **neige artificielle** (ou neige de culture), ce sont de minuscules grains proches de la neige fondue. On pulvérise un mélange d'eau naturelle et d'air pur dans de l'air froid (inférieur à 0°C) pour obtenir des cristaux.

Document 5

D'autres documents sur le site « ski scolaire en Isère » :

<http://www.ac-grenoble.fr/cddp38/skiscolaire/spip.php?rubrique8>

Systèmes naturels et les systèmes techniques

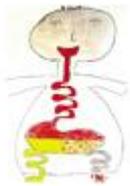
Avant les premières séances de ski, il serait judicieux d'élargir le travail sur l'alimentation au travers une sensibilisation des élèves sur les collations à emporter les jours de l'activité, tout comme sur l'importance d'équilibrer les repas de la veille. A ce sujet voici quelques références vous permettant de traiter ce sujet.

La main à la pâte : <http://www.inrp.fr/lamap>

Sur ce site, sous la rubrique ; *outils pédagogiques* : en entrant comme mot clé *Alimentation, digestion* Vous trouverez deux ressources :

Mieux comprendre le fonctionnement de mon corps pour préserver ma santé

[dossier à télécharger] Pour grandir, pour rester en bonne santé, il faut de l'énergie. Comment mon corps se procure-t-il cette énergie? Comment l'utilise-t-il? Comment puis-je maintenir les fonctions vitales si elles sont déficientes chez une victime? Questionnements et hypothèses ont permis de concevoir et de réaliser des expériences, d'interroger des spécialistes et de faire des recherches documentaires pour construire et acquérir connaissances et compétences.



Que deviennent les aliments que nous mangeons ?

[Séquence] - L'alimentation humaine, thème interdisciplinaire par excellence, revêt une dimension à la fois individuelle et collective. La progression proposée dans cette séquence intègre des objectifs d'apprentissages transversaux : maîtrise des langages oral-écrit-images, recherche documentaire, argumentation, confrontation des savoirs élaborés par les enfants aux savoirs établis et publiés. Cette séquence est extraite du document d'accompagnement des programmes.

Pour approfondir la question particulièrement en direction de l'activité ski : sur le site [EPS38](#) ; « "Je bouge, je fais du sport, j'adapte mon alimentation" ; un projet de la ville de Grenoble (2010) proposant :

- 2 brochures : alimentation (PDF – 1.8 Mo) et la collation à l'école (PDF – 2.5 Mo)
- un dossier pédagogique : l'alimentation du jeune sportif (PDF – 97.8 ko)

Les représentations du monde et l'activité humaine

Lecture et utilisation de carte

Mon école est à Voiron, je vais skier à Autrans pour la Foulée Blanche. Je fais le trajet en car.

Je cite 4 villes ou villages que je traverse sur le trajet :

.....

Je cite une rivière que je traverse :

.....

A quelle altitude se trouve Lans en Vercors ?

.....

Trois massifs sont aux portes de Grenoble (j'en vois une partie sur la carte), je peux les nommer :

.....

Mettre une croix

Sur le trajet :	vrai	faux
Je passe près d'un aéroport.		
Je passe dans des gorges.		
Je passe à moins de 15 km de Grenoble.		
Je ne passe pas de col.		
Je vois l'autoroute.		
J'arrive dans le massif du Vercors.		

A vol d'oiseau (cela correspond à une ligne droite entre le point de départ et le point d'arrivée) à combien de kilomètres d'Autrans se trouve mon école?

.....

Je suis capable de trouver le nombre de kilomètres pour aller de mon école à Autrans en me servant :

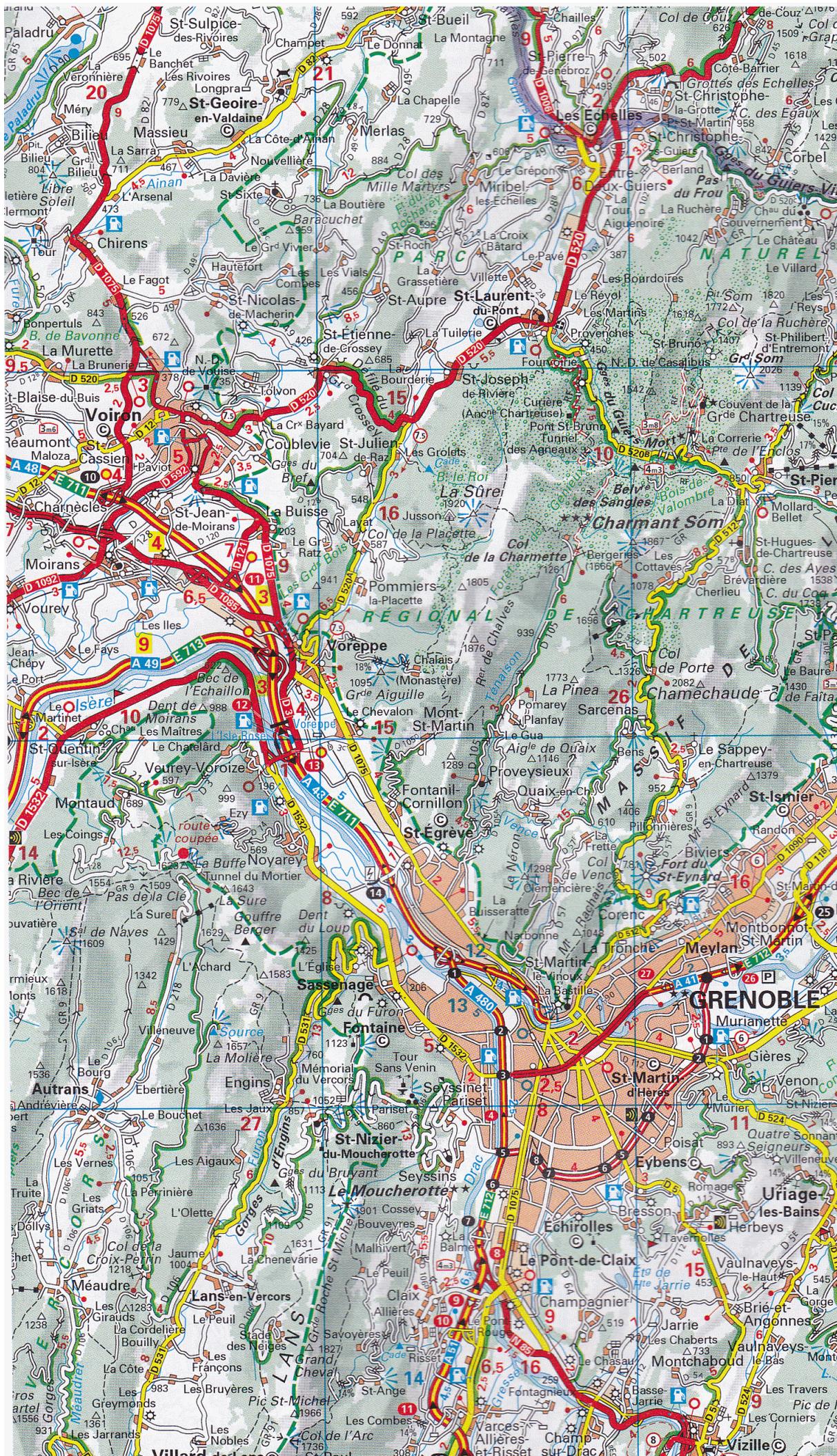
de la carte

ou d'internet

ou du compteur du car

ou

.....



Légende



Routes

Autoroute - Station-service - Aire de repos
Double chaussée de type autoroutier

Échangeurs : complet, partiels
Numéros d'échangeurs

Route de liaison internationale ou nationale
Route de liaison interrégionale ou de dégagement
Route revêtue - non revêtue

Chemin d'exploitation - Sentier

Autoroute - Route en construction
(le cas échéant: date de mise en service prévue)

Largeur des routes

Chaussées séparées
4 voies
2 voies larges
2 voies
1 voie

Distances (totalisées et partielles)

Section à péage sur autoroute

Section libre sur autoroute

sur route

Numérotation - Signalisation

Route européenne - Autoroute
Route nationale - départementale

Obstacles

Forte déclivité (flèches dans le sens de la montée)
de 5 à 9%, de 9 à 13%, 13% et plus

Col et sa cote d'altitude

Parcours difficile ou dangereux

Passages de la route : à niveau, supérieur, inférieur

Hauteur limitée (au-dessous de 4,50 m)

Limites de charge : d'un pont, d'une route (au-dessous de 19 t.)

Pont mobile - Barrière de péage

Route à sens unique - Radar fixe

Route réglementée

Route interdite

Transports

Voie ferrée - Gare

Aéroport - Aérodrome

Transport des autos :

par bateau

par bac (le Guide MICHELIN donne le numéro de téléphone des principaux bacs)

Bac pour piétons et cycles

Administration

Frontière - Douane

Capitale de division administrative

Sports - Loisirs

Stade - Golf - Hippodrome

Port de plaisance - Baignade - Parc aquatique

Base ou parc de loisirs - Circuit automobile

Piste cyclable / Voie Verte

Source : Association Française des Véloroutes et Voies Vertes

Refuge de montagne - Sentier de grande randonnée

Curiosités

Principales curiosités : voir LE GUIDE VERT

Table d'orientation - Panorama - Point de vue - Parcours pittoresque

Édifice religieux - Château - Ruines

Monument mégalithique - Phare - Moulin à vent

Train touristique - Cimetière militaire

Grotte - Autres curiosités

Signes divers

Puits de pétrole ou de gaz - Carrière - Éolienne

Transporteur industriel aérien

Usine - Barrage - Tour ou pylône de télécommunications

Raffinerie - Centrale électrique - Centrale nucléaire

Phare ou balise - Moulin à vent - Château d'eau - Hôpital

Église ou chapelle - Cimetière - Calvaire

Château - Fort - Ruines - Village étape

Grotte - Monument - Altiport

Forêt ou bois - Forêt domaniale

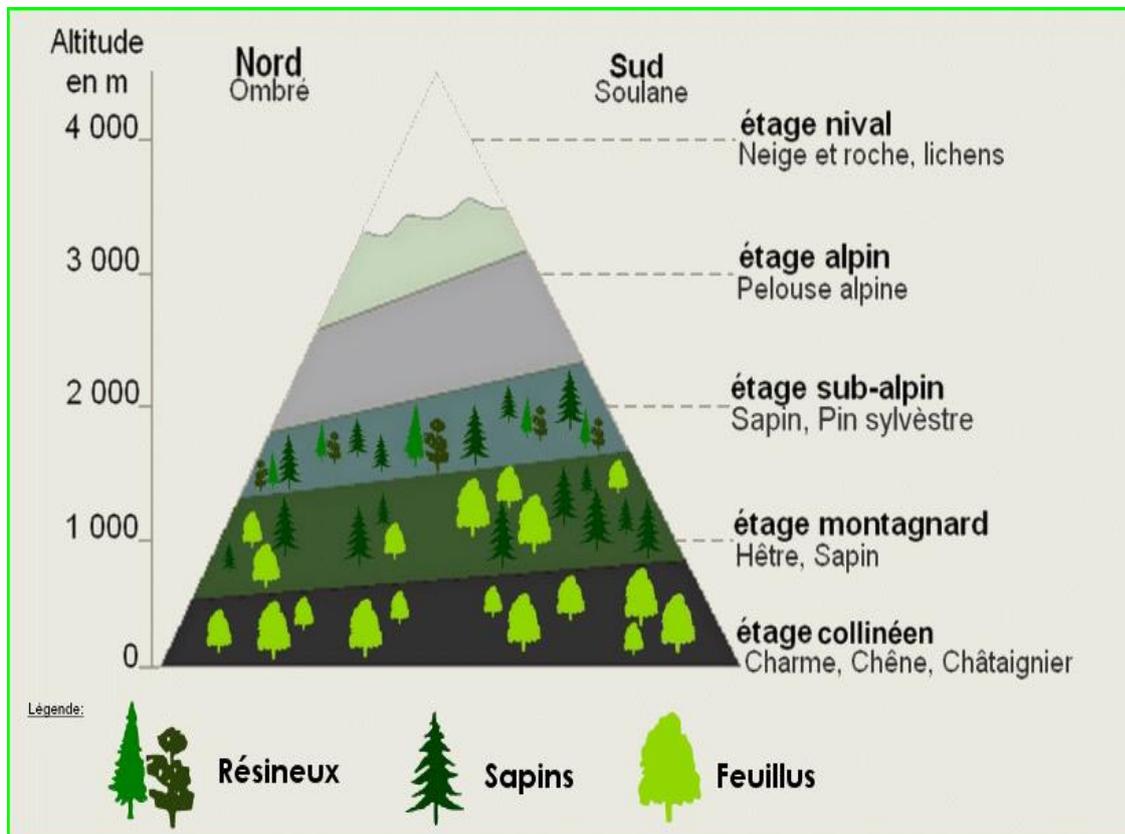
Echelle de la carte : 1/200 000 – 1cm = 2km

Les représentations du monde et l'activité humaine

Lecture schéma

Document 1

A - lecture de schéma, étagement végétation



✓ 1- Complète le tableau en t'aidant du schéma ci-dessus.

végétation	étage	intervalle d'altitude
chêne		
pin sylvestre		
lichen		
hêtre		
pelouse		
sapin		

✓ 2- Réponds aux questions suivantes :

- A quels étages et altitudes peut-on trouver des feuillus ?
.....
- A partir de quelle altitude n'y a-t-il plus de végétation ?
.....
- Sur le schéma, indique par une flèche où se situe le lieu où tu skies.
Indique l'altitude et l'étage correspondant
.....

B - lecture de schéma, graphique météo

✓ Réponds aux questions suivantes en utilisant les deux graphiques.

Les deux graphiques sont construits avec les mêmes données.

1. Indique la température maximale de la semaine.

.....

2. Quel(s) jour(s) a-t-il fait le plus froid ?

.....

3. Indique s'il a gelé durant cette semaine ? Explique ta réponse.

.....

.....

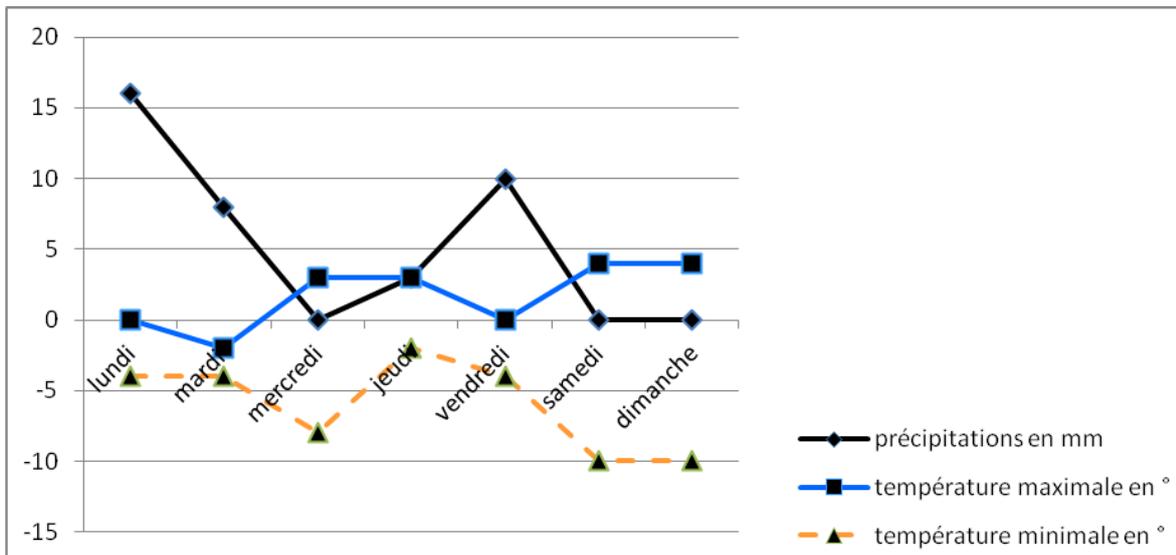
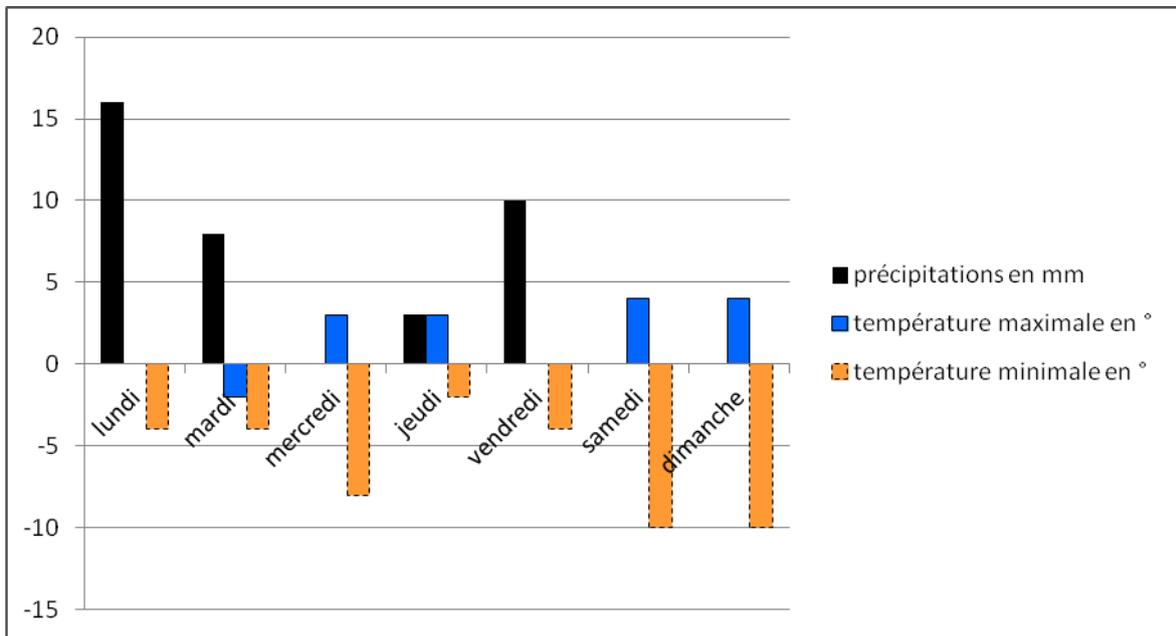
.....

4. Penses-tu qu'il a neigé durant cette semaine ? Si oui, donne les jours où tu penses que c'est possible. Explique ta réponse.

.....

.....

.....



C - Construction de schéma, graphique météo

Cet exercice peut être repris en l'adaptant à la station fréquentée.

Voici les températures et précipitations mensuelles moyennes de 1971 à 2000 pour la ville de Chambéry.

Mois	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Températures maximales (°C)	5,7	7,9	12,3	15,4	20,2	23,7	26,7	26,3	21,9	16,1	9,8	6,6
Températures minimales (°C)	-1,3	-0,5	1,9	4,5	9	12	14,2	13,8	10,7	6,8	2,1	-0,3
Précipitations (hauteur en mm)	106	107,2	99,6	95,9	109,3	104,4	98,4	82,7	125,2	127,7	111,4	129
Nombre de jours avec précipitations	10	9	11	11	12	10	8	8	9	11	10	11

Source: Météo France et Météociel

- ✓ Trace deux histogrammes (graphiques en bâtons) en te servant du tableau ci-dessus.
 - un premier concernant les températures maximales
 - un deuxième concernant les précipitations.

D – Construction de schéma, graphique altitude

Cet exercice peut être repris en l'adaptant à la station fréquentée.

Voici le trajet d'une école de Charavines pour aller au ski à Saint Hugues en Chartreuse.

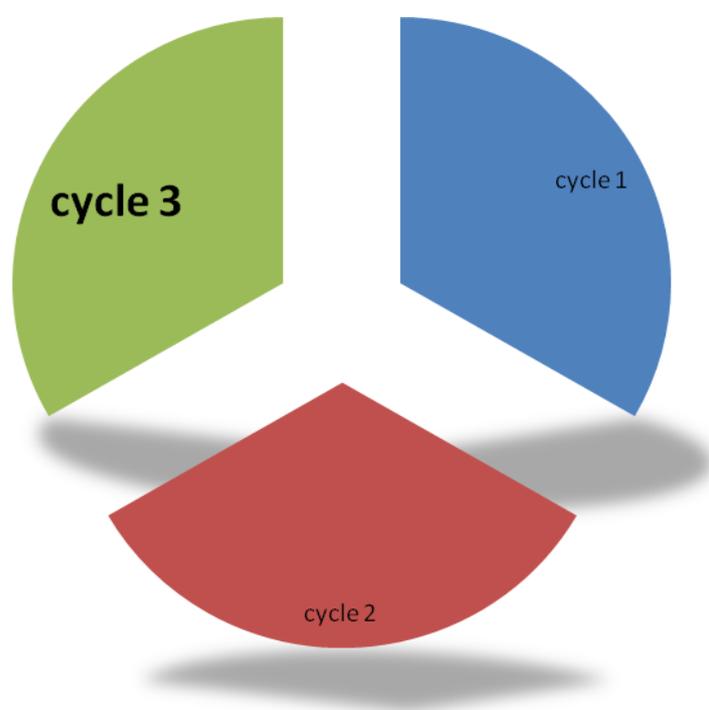
	Charavines	La Murette	St Etienne de Crossey	St Joseph de Rivière	St Laurent du Pont	Carrefour St Pierre de Chartreuse	St Hugues
distance en Km	0	8	19	22	28	39	41
altitude	480	450	451	410	408	800	880

- ✓ Trace un graphique représentant le trajet en fonction de l'altitude avec l'ensemble des villages traversés en te servant du tableau ci-dessus.

Savoir skier

Evaluation

Cycle 3



Pascal Bilau, Béatrice Boutantin, Fabienne Garnier, Jean-Michel Guilhermet, Michel Valla

juin 2017

Les langages pour penser et communiquer

Nom :

Date :

Prénom :

Compétence du socle	Comprendre, s'exprimer en utilisant la langue française à l'oral et à l'écrit : - L'élève parle, communique, et argumente à l'oral de façon claire et organisée - il emploie à l'écrit comme à l'oral un vocabulaire juste et précis
----------------------------	---

Attendus de fin de cycle 3 :

- ☞ Réaliser une courte présentation à l'orale
- ☞ Raisonner pour analyser le sens des mots en contexte et en prenant appui sur la morphologie.

Connaissances et compétences associées	Ecouter pour comprendre un message oral...
	Acquérir la structure, le sens et l'orthographe des mots

Vocabulaire à maîtriser :

La compétence est maîtrisée lorsque l'élève a acquis 8 mots sur 10 dans chaque colonne. Il les utilise à bon escient, il en connaît le sens. Il est capable de nommer, de désigner, de décrire.

types de pratiques	technique	géographique	métiers de la montagne	terrain de pratique
- nordique : alternatif ou classique - biathlon - skating - saut - alpin - surf - télémark - free-ride - ski acrobatique - boarder cross	- schuss - traversée - godille - ski parallèle - dérapage - pas canard - pas tournant - pas de patineur - semelle - écaille/lisse/fart - trace directe	- amont - aval - sommet - pic - col - aiguille - combe - vallée - névé - glacier	- moniteur - perchman - pisteur secouriste - conducteur de dameuse - guide - accompagnateur - moyenne montagne - musher - loueur de ski - fromager - berger	- pente - faux plat descendant ou montant - montée - dévers - raide - escarpé - accidenté - descente - bosselé - replat

**Les langages pour penser et communiquer
(Ecrire)**

Nom :

Date :

Prénom :

Compétence du socle	Comprendre, s'exprimer en utilisant la langue française à l'oral et à l'écrit : - L'élève s'exprime à l'écrit pour raconter, décrire, expliquer ou argumenter de façon claire et organisée
---------------------	--

Les attendus de fin de cycle 3 :

✍ Ecrire un texte d'une à deux pages adapté à son destinataire

Connaissances et compétences associées	Ecrire de manière fluide et efficace
	Produire des écrits variés

✓ *Décris une action en une quinzaine de lignes.*

L'action en rapport avec la séance de ski peut être :

- *une action que je sais faire et je dis comment je fais*
- *une action qui me pose problème*
- *un enchaînement d'actions au cours de la séance*
- *ce que j'ai appris*
- *en rapport avec les règles du skieur*
- *un moment agréable de la sortie de ski*
- *le paysage*
- *.....*

Les langages pour penser et communiquer

Lecture et compréhension

Nom :

Date :

Prénom :

Compétence du socle	Comprendre, s'exprimer en utilisant la langue française à l'oral et à l'écrit : - L'élève s'exprime à l'écrit pour raconter, décrire, expliquer ou argumenter de façon claire et organisée
---------------------	--

Les attendus de fin de cycle 3 :

Ecrire un texte d'une à deux pages adapté à son destinataire

Connaissances et compétences associées	Comprendre des textes, des documents et des images et les interpréter
	Contrôler sa compréhension et adopter un comportement de lecteur autonome

Cycle 3 :

L'élève comprend en lisant différentes informations : le bulletin météo, les règles de sécurité, les indications sur les plans des pistes, ...

✓ *Ecris le numéro des images dans les cases correspondantes du tableau :*



Règles de conduite des skieurs	numéro
<p>Stationnement Tout skieur doit éviter de stationner sans nécessité sur les pistes et notamment dans les passages étroits ou sans visibilité. En cas de chute, le skieur doit dégager la piste le plus vite possible.</p>	
<p>En cas d'accident En cas d'accident, toute personne doit prêter secours.</p>	
<p>Respect d'autrui Tout skieur doit se comporter de telle manière qu'il ne puisse mettre autrui en danger ou lui porter préjudice.</p>	
<p>Obligation du skieur aval et croisement Tout skieur qui pénètre sur une piste ou traverse un terrain d'exercice, doit s'assurer, par un examen de l'amont et de l'aval, qu'il peut le faire sans danger pour lui et pour autrui. Il en est de même après tout stationnement.</p>	
<p>Montée Le skieur qui monte ne peut utiliser que le bord de la piste, et doit même s'en écarter en cas de mauvaise visibilité. Il en est de même du skieur qui descend à pied.</p>	
<p>Maîtrise de la direction Le skieur amont, dont la position dominante permet le choix d'une trajectoire, doit prévoir une direction qui assure la sécurité du skieur aval.</p>	
<p>Maîtrise de la vitesse et du comportement Tout skieur doit adapter sa vitesse et son comportement à ses capacités personnelles ainsi qu'aux conditions générales de terrain et du temps.</p>	
<p>Respect de la signalisation Tout skieur doit respecter la signalisation.</p>	
<p>Dépassement Le dépassement peut s'effectuer par amont ou par aval, par la droite ou par la gauche, mais toujours de manière assez large pour prévenir les évolutions du skieur dépassé.</p>	
<p>Identification Toute personne, témoin ou partie, responsable ou non d'un accident, est tenue de faire connaître son identité.</p>	

Les langages pour penser et communiquer

Comprendre, s'exprimer en utilisant une langue étrangère

Nom :

Date :

Prénom :

Compétence du socle	développer les cinq grandes activités langagières (écouter et comprendre, lire, parler en continu, écrire, réagir et dialoguer) qui permettent de comprendre et communiquer à l'écrit et à l'oral dans une autre langue: Utiliser le contexte, les illustrations et les connaissances pour comprendre un texte
---------------------	--

Les attendus de fin de cycle 3 :

- ☞ A1 L'élève est capable de comprendre des mots familiers et des phrases très simples.
- ☞ A2 L'élève est capable de comprendre des textes courts et simples

Connaissances et compétences associées	Comprendre des textes courts et simples (consignes, texte informatif,...) accompagnés d'un document visuel, en s'appuyant sur des éléments connus. Renseigner un questionnaire
--	--

Je complète ou écrit les phrases en anglais :

	I put my on my
	I put my on my

	I use my to


Indiquer la-les compétence-s mobilisée-s :

- Copier quelques mots [et des textes courts]
- Produire [de manière autonome] quelques phrases

J'écris quelques phrases :

Alpine skiing:

- I know how to
-
-
-

Cross-country skiing:

- I know how to
-
-
-

- *Produire de manière autonome quelques phrases*

La formation de la personne et du citoyen

Nom :

Date :

Prénom :

Compétence du socle	<p>La règle et le droit :</p> <ul style="list-style-type: none"> - L'élève comprend et respecte les règles communes <p>Réflexion et discernement :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Il distingue son intérêt particulier de l'intérêt général <p>Responsabilité, sens de l'engagement et de l'initiative :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Il coopère et fait preuve de responsabilité vis-à-vis d'autrui
---------------------	--

Attendus de fin de cycle 3 :

- ☞ Connaître et respecter les règles de sécurité qui s'appliquent à chaque environnement.
- ☞ Identifier la personne responsable à alerter ou la procédure en cas de problème

Connaissances et compétences associées	Comprendre les notions de droits et devoirs, les accepter et les appliquer.
	Distinguer son intérêt personnel de l'intérêt collectif.
	Savoir participer et prendre place dans un groupe.
	Respecter autrui ; le secours à autrui

Grille d'auto évaluation

Exemple de fiche contrat à compléter par l'élève et à valider par l'enseignant(e) sur un atelier, une rencontre ou sur l'ensemble des séances vécues.

L'item est validé lorsque l'élève effectue une ou plusieurs réalisations attendues.

Ski Alpin

	Mon comportement	<input checked="" type="checkbox"/> Coche. Je suis capable de...	Validation par l'enseignant
Je connais et j'applique les consignes d'évolution en groupe.	dépasser à bonne distance en assurant la sécurité du skieur aval.		
	ne pas stationner sur la piste à un endroit étroit et sans visibilité, s'arrêter en bord de piste.		
	ralentir aux croisements de pistes.		
	faire la queue aux remontées, de ne pas pousser, de ne pas doubler.		
	adapter sa vitesse en fonction de son niveau.		
	dégager rapidement en cas de chute, suivant la consigne attendre ou remonter la piste à pied, en ne restant pas au milieu mais sur le côté.		
J'adopte des attitudes d'entraide pour skier ensemble.	signaler et attendre un camarade qui ne suit pas.		
	aider un camarade pour son matériel.		
	garder une distance de sécurité avec le camarade qui est devant.		
	aider un camarade qui a chuté.		
Je connais et je respecte la signalétique des pistes.	respecter les panneaux que je rencontre.		
	connaître le nom de la piste, des lieux et me repérer à l'aide des balises		
	respecter le sens de circulation.		

Ski de fond

Mon comportement		<input checked="" type="checkbox"/> Coche. Je suis capable de...	Validation par l'enseignant
Je connais et j'applique les consignes d'évolution en groupe.	dépasser à bonne distance en assurant la sécurité du skieur aval.		
	ne pas stationner sur la piste à un endroit étroit et sans visibilité, s'arrêter en bord de piste.		
	ralentir aux croisements de pistes.		
	adapter sa vitesse en fonction de son niveau.		
	dégager rapidement en cas de chute.		
J'adopte des attitudes d'entraide pour skier ensemble.	signaler et attendre un camarade qui ne suit pas.		
	aider un camarade pour son matériel.		
	garder une distance de sécurité avec le camarade qui est devant.		
	aider un camarade qui a chuté.		
Je connais et je respecte la signalétique des pistes.	respecter les panneaux que je rencontre.		
	connaître le nom de la piste, des lieux.		
	respecter le sens de circulation.		

La formation de la personne et du citoyen

Nom :

Date :

Prénom :

Compétence du socle	<p>Expression de la sensibilité et des opinions, respect des autres :</p> <ul style="list-style-type: none"> - L'élève exploite ses facultés intellectuelles et physiques en ayant confiance en sa capacité à réussir et à progresser - Il est attentif à la responsabilité de ses actes <p>Responsabilité, sens de l'engagement et de l'initiative :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Il coopère et fait preuve de responsabilité vis-à-vis d'autrui
---------------------	--

Attendus de fin de cycle 3 :

- ☞ Différencier son intérêt particulier de l'intérêt général.
- ☞ Se sentir membre d'une collectivité
- ☞ Prendre en charge des aspects de la vie collective et développer une conscience citoyenne et sociale.

Connaissances et compétences associées	Comprendre les notions de droits et devoirs, les accepter et les appliquer.
	Distinguer son intérêt personnel de l'intérêt collectif.
	Savoir participer et prendre place dans un groupe.
	Manifester le respect de soi, de son corps et des autres dans son langage et son attitude

Grille d'auto-évaluation

Exemple de fiche contrat à compléter par l'élève et à valider par l'enseignant(e) sur un atelier, une rencontre, ou l'ensemble des séances vécues.

Mon comportement	<input checked="" type="checkbox"/> Coche. Je suis capable de...	Validation par l'enseignant
préparer et utiliser mon matériel pour la sortie : - protection contre le froid : vêtements adaptés, gants, ... - protection solaire : lunettes, crème solaire, ... - hydratation, alimentation : gourde, goûter		
accepter de faire des efforts, me dépasser en toute sécurité, anticiper les risques.		
observer et choisir le meilleur itinéraire en fonction de mon niveau, adapter ma technique au terrain.		
connaître le résultat de ma performance individuelle. réussir les contrats que j'ai choisis.		
faire des progrès (voir mon cahier du skieur).		
coopérer avec mes équipiers, les observer pour progresser.		
aider un camarade.		
respecter des consignes qui me sont données.		

✱ Cette fiche est en lien avec l'évaluation des compétences motrices.

L'item est validé lorsque l'élève effectue une ou plusieurs réalisations attendues prenant en compte sa sécurité.

Les systèmes naturels et les systèmes techniques (flore)

Nom :

Date :.....

Prénom :

Compétence du socle	Démarche scientifique : - L'élève sait mener une démarche d'investigation. - Il découvre, par une approche scientifique, la nature environnante.
---------------------	---

Les attendus de fin de cycle 3 :

- ☞ *Classer les organismes, exploiter les liens de parenté pour comprendre et expliquer leur évolution.*
- ☞ *Identifier les enjeux liés à l'environnement*

Connaissances et compétences associées	Utiliser différents critères pour classer les êtres vivants.
	Décrire un milieu de vie dans ses diverses composantes
	Relier le peuplement d'un milieu et les conditions de vie.
	Identifier les composantes biologiques d'un paysage.

1 Les arbres de montagne

✓ *Écris le nom de 4 arbres que l'on trouve autour du lieu où tu pratiques le ski avec ta classe.*

.....

.....

.....

.....

✓ *Parmi les arbres que tu as notés, indique dans le tableau ceux qui ont des feuilles caduques et ceux qui ont un feuillage persistant.*

nom de l'arbre	feuilles caduques	feuillage persistant

2 Les résineux de montagne

✓ *Trouve le bon chemin pour aller du nom à la photo.*

mélèze •

• Ses aiguilles sont plus grandes. •

•



épicéa •

• Il rappelle une fête. •

•



pin •

• Il perd ses aiguilles en hiver. •

•



sapin •

• Il est très fréquent dans les forêts. •

•



✓ *Donne deux éléments qui permettent de distinguer un sapin d'un épicéa :*

.....
.....

.....
.....

Les systèmes naturels et les systèmes techniques.

Nom :

Date :

Prénom :

Compétence du socle	Démarche scientifique : - L'élève sait mener une démarche d'investigation. - Il éveille sa curiosité, son envie de se poser des questions, de chercher des réponses. - Il découvre, par une approche scientifique, la nature environnante.
---------------------	--

Les attendus de fin de cycle 3 :

- ☞ *Caractériser les conditions de la vie terrestre*
- ☞ *Identifier les enjeux liés à l'environnement*

Connaissances et compétences associées	Identifier les composantes biologiques d'un paysage.
	Identifier l'impact humain dans un environnement.

La neige

✓ *Entoure la ou les bonnes réponses :*

1. Combien de branches ont les flocons ?

5

6

8

2. Qu'appelle-t-on les neiges éternelles ?

Les neiges qui sont très blanches.

Les neiges que l'on ne peut pas toucher.

Le manteau neigeux de haute altitude qui ne fond jamais.

3. Comment se forment les glaciers ?

Les glaciers sont formés par des couches de neige qui se sont accumulées et tassées.

C'est de la glace qui est tombée en dessus de 4000 m.

C'est une rivière qui a gelé.

4. Qu'est ce qu'une congère ?

De la neige qui sort du congélateur.

Un tas de neige entassée par le vent.

L'accumulation de neige qui se forme sous l'action du vent.

5. De quoi sont faits les flocons ?

De petits cristaux de glace agglomérés.

D'eau et d'air.

D'une poudre blanche.

6. Qu'elles sont les conditions pour qu'il neige ?

Il faut qu'il fasse froid.

Il faut du vent froid.

Il faut de la vapeur d'eau, du froid et des grains de poussière.

7. Qu'est-ce que de la neige de culture ?

De la neige que l'on trouve dans un champ.

De la neige qui est fabriquée.

De la neige sculptée.

8. Qu'elle est la différence entre la neige « fraîche » et la « neige transformée » ?

L'une est plus épaisse que l'autre.

L'une est de la neige récente encore composée de flocons reconnaissables.

Il n'y en a pas.

L'autre est de la neige qui a subit le gel et le dégel, les grains sont rond.

✓ *Mets une croix.*

Les différentes neiges		vrai	faux
Neige sèche	Il n'y a pas d'eau dedans.		
	Elle tombe quand il fait très froid.		
	Elle est poudreuse.		
Neige collante	Elle est lourde et pâteuse.		
	Elle tombe quand il fait au moins 10 °C.		
	Elle peut coller aux fils électriques.		
Neige mouillée	Elle est légère.		
	Elle contient beaucoup d'eau.		
	Elle tombe entre 0°C et 1°C.		

	...une neige collante, lourde.	...une neige sèche, froide.
Pour tourner il est plus facile de faire du chasse neige avec ...		
Pour glisser plus vite, il vaut mieux...		
Pour monter facilement, je préfère...		

✓ *Réponds à la question.*

Dans les courses de ski, comment les skieurs préparent-ils leurs skis, pour améliorer leur glisse suivant les différentes neiges ?

.....

Systèmes naturels et les systèmes techniques

Nom :

Date :

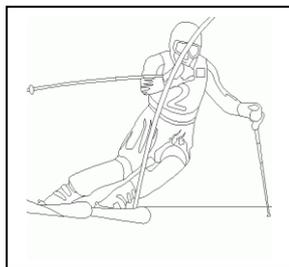
Prénom :

Compétence du socle	Conception, création, réalisation
---------------------	-----------------------------------

Attendu de fin de cycle 3 : Identifier les principales évolutions du besoin et des objets

Objectif	L'élève se familiarise avec les évolutions de la technologie ainsi que son histoire.
----------	--

✓ Indique sous chaque photo la paire de skis qui convient.



Paire n° :



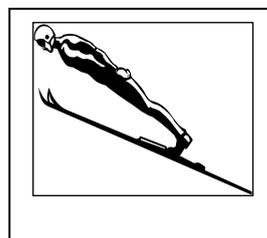
Paire n° :



Paire n° :



Paire n° :



Paire n° :



Paire n° :

Systèmes naturels et les systèmes techniques

Nom :

Date :

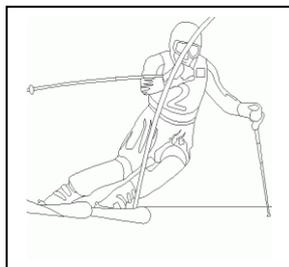
Prénom :

Compétence du socle	Conception, création, réalisation
---------------------	-----------------------------------

Attendu de fin de cycle 3 : Identifier les principales évolutions du besoin et des objets

Objectif	L'élève se familiarise avec les évolutions de la technologie ainsi que son histoire.
----------	--

✓ Indique sous chaque photo la paire de ski qui convient. **CORRECTION**



Paire n° : 1



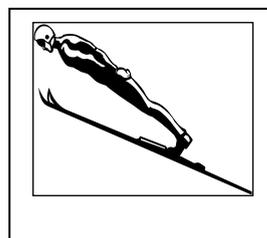
Paire n° : 6



Paire n° : 5



Paire n° : 3



Paire n° : 4



Paire n° : 2

Systèmes naturels et les systèmes techniques

Nom :

Date :

Prénom :

Compétence du socle	Conception, création, réalisation
---------------------	-----------------------------------

Attendu de fin de cycle 3 : Identifier les principales évolutions du besoin et des objets

Objectif	L'élève se familiarise avec les évolutions de la technologie ainsi que son histoire.
----------	--



✓ Observe ces 5 paires de skis et classe-les selon leur ancienneté.

Pour t'aider tu pourras lire l'histoire du ski.

- Années 1930... paire N° :
- Années 1940, 1950 paire N° :
- Années 1970 paire N° :
- Années 1990 paire N° :
- Années 2000 paire N° :

Musée Dauphinois :

- [Exposition](#)

- [Dossier pédagogique](#)

Systèmes naturels et les systèmes techniques

Nom :

Date :

Prénom :

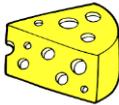
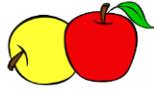
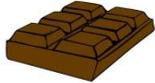
Compétence du socle	Démarche scientifique
---------------------	-----------------------

Attendu de fin de cycle 3 : Expliquer les besoins variables en aliments de l'être humain.

Objectifs	<ul style="list-style-type: none"> ☞ L'élève sait mener une démarche d'investigation. ☞ Il éveille sa curiosité, son envie de se poser des questions, de chercher des réponses.
-----------	---

✓ Tu te prépares à partir au ski. Prenant soin de ton corps tu veilles à bien te nourrir. A toi de composer tes menus en sélectionnant les aliments que tu désires dans la liste proposée, pour :

1. le dîner (la veille au soir) :
2. le petit déjeuner
3. la collation du matin
4. le déjeuner (midi)
5. le goûter.

						
Baguette	Tomates	Gruyère	Pomme	Yaourt	Chips	Barre de céréales
						
Lait	Café	Confiture	Poisson	Hot dog	Spaghettis	Banane
						
Hamburger	Pop corn	Carotte	Concombre	Croissant	Orange	Beurre
						
Boisson sucrée	Légumes	Frites	Pizza	Pâtisserie	Viande	Pâtes
						
Poulet	Chocolat	Céréales	Miel	Sucrierie	Biscottes	Sucre
						
Jus de fruit	Charcuterie	Œufs	Eau minérale	Jambon	Mayonnaise	Compote

Les langages pour penser et communiquer - Comprendre, s'exprimer en utilisant les langages mathématiques, scientifiques et informatiques

Les représentations du monde et l'activité humaine - Lecture de carte

Nom :
Prénom :

Date :

Compétence du socle	1	- lire des plans et se repérer sur des cartes - lire, interpréter, commenter, produire des tableaux, des graphiques et des diagrammes
	5	- se repérer dans l'espace à différentes échelles - savoir situer un lieu ou un ensemble géographique en utilisant des cartes, les comparer et en produire des représentations graphiques.

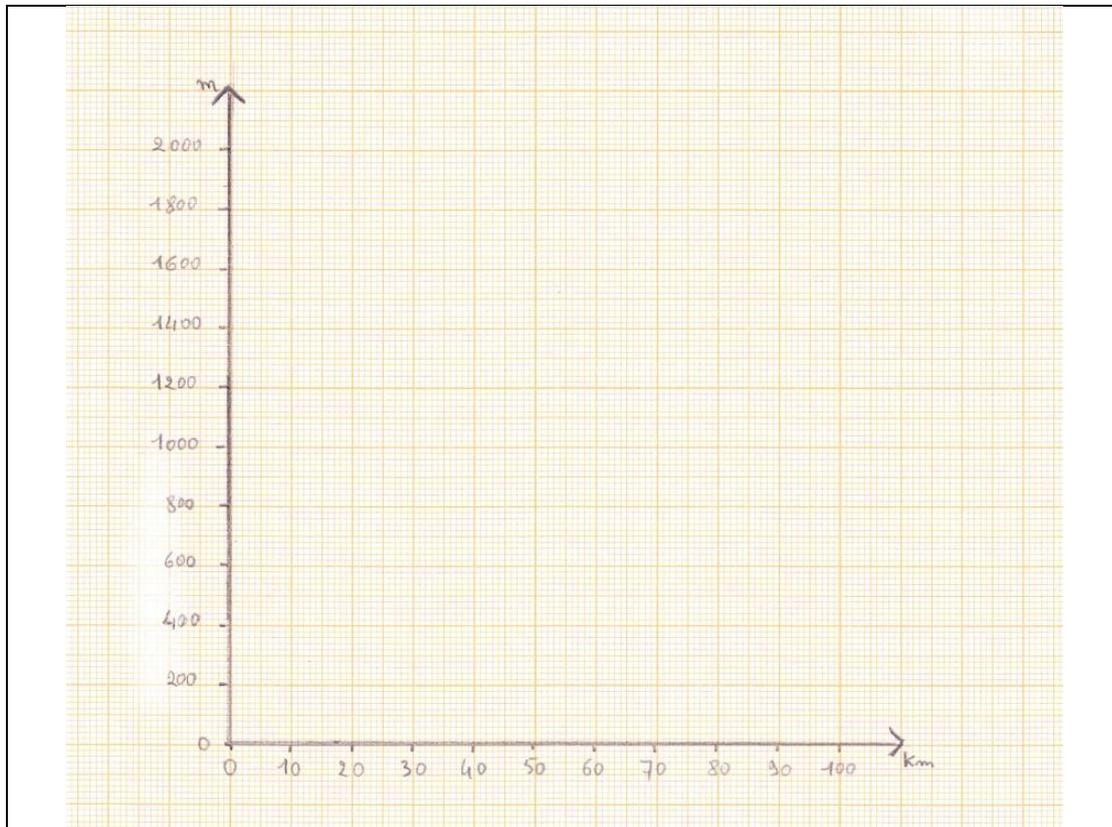
Attendus de fin de cycle 3 :

☞ Lire et comprendre des textes et des documents (textes, tableaux, graphiques, schémas, diagramme, images) pour apprendre dans les différentes disciplines.

Connaissances et compétences associées	<ul style="list-style-type: none"> - Se repérer, décrire ou exécuter des déplacements, sur un plan ou sur une carte. - Produire des tableaux, diagrammes et graphiques organisant des données numériques - Nommer et localiser un lieu dans un repère géographique - Nommer localiser et caractériser des espaces - Appréhender la notion d'échelle géographique
--	---

✓ Complète le tableau à partir de la carte IGN routière fournie et construis un graphique représentant le profil du trajet école/station de ski. : Sur l'axe vertical tu places les altitudes, sur l'axe horizontal tu places les kilomètres parcourus.

Km	villages traversés	altitudes
0	village de départ	



Les langages pour penser et communiquer - Comprendre, s'exprimer en utilisant les langages mathématiques, scientifiques et informatiques

Nom :

Date :

Prénom :

Compétence du socle	- lire, interpréter, commenter, produire des tableaux, des graphiques et des diagrammes.
---------------------	--

Attendus de fin de cycle 3 :

☞ Lire et comprendre des textes et des documents (textes, tableaux, graphiques, schémas, diagramme, images) pour apprendre dans les différentes disciplines.

Connaissances et compétences associées	Produire des tableaux, diagrammes et graphiques organisant des données numériques.
	Exploiter et communiquer des résultats de mesure

- ✓ Repère et note dans ce tableau les températures maximales relevées à Saint Martin d'Hères, en lisant le premier graphique : **Températures/St Martin d'Hères.**

	Températures MAXIMALES/St Martin d'Hères											
	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
T°C												

- ✓ Repère et note dans ce tableau la hauteur des précipitations relevées à Saint Martin d'Hères, en lisant le second graphique : **Précipitations/ St Martin d'Hères.**

	Précipitations/ St Martin d'Hères											
	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
mm												

