

PROJET CONTINUITÉ DES APPRENTISSAGES CYCLES 2, 3 et 4

Liaison S4C et attendus de fin de cycle

Savoir skier académique

Activité SKI DE FOND

Paragraphe introductif :

Vous trouverez ci-dessous une proposition exhaustive sur les différents éléments signifiants et descripteurs possibles en ski de fond sans aucun caractère prescripteur. Des choix dans ces éléments signifiants seront à faire pour être en mesure d'enseigner réellement ces compétences du socle. Le document couvre tous les domaines, il n'est pas obligatoire de couvrir tous les domaines dans le cadre de la séquence d'enseignement. Une «priorisation » de certains domaines doit être faite en fonction du contexte et de la classe.

Commission Académie de Grenoble

Cycle 2

Domaines du socle	Éléments signifiants possibles	Descripteurs correspondants possibles	Attendus de fin de cycle	L'élève du cycle 2 qui a une maîtrise satisfaisante parvient à :	Contextes et/ou situations possibles d'évaluation
<p>Domaine 1 Les langages pour penser et communiquer</p>	<p>-S'exprimer à l'oral (D1.1)</p> <p>-Pratiquer des APSA (D1.4)</p>	<p>- Employer un vocabulaire juste et précis</p> <p>- S'exprimer par des APSA, impliquant le corps</p> <p>- Apprendre le contrôle et la maîtrise de soi</p>	<p>- Réaliser un parcours en adaptant ses déplacements à un environnement inhabituel. L'espace est aménagé et sécurisé</p>	<p>- Utiliser le lexique spécifique</p> <p>- Glisser alternativement d'un pied sur l'autre en continu en transférant le poids du corps</p> <p>- Créer un appui solide et orienté pour une propulsion vers l'avant</p> <p>- Alternier des phases de déséquilibre et de rééquilibration</p> <p>- Piloter ses skis en les déplaçant et/ou en les pivotant.</p> <p>Pour : Glisser sur le plat, à la descente, en montée douce. Changer de direction.</p> <p>- Adapter son déplacement au relief (freiner en chasse-neige ou demi chasse-neige, monter en escalier ou en canard)</p> <p>- Ne pas craindre de chuter. Se relever Gérer son allure de manière à limiter les chutes.</p> <p>- Agir sur l'engin et réaliser un déplacement volontaire.</p>	<p>Le parcours présente des pentes douces proche de l'inclinaison d'une piste verte qu'il faut franchir en montée et en descente sans les bâtons et sans marcher.</p> <p>Dans les descentes des changements de directions sont imposés ainsi qu'une zone de freinage où il faut s'arrêter.</p>
<p>Domaine 2 : Les méthodes et outils pour apprendre</p>	<p>- Organiser son travail personnel</p>	<p>- Planifier les étapes et les tâches pour la réalisation d'une production</p>	<p>- Adapter ses déplacements à un environnement inhabituel</p>	<p>- Identifier les contraintes du milieu avant de réaliser son parcours. Planifier son action avant de s'engager dans un milieu incertain.</p>	<p>Les points de départ et d'arrivée sont matérialisés. Des espaces présentent peu de repères.</p>
<p>Domaine 3 : La formation de la personne et du citoyen</p>	<p>- Connaître et comprendre la règle et le droit</p> <p>- Faire preuve de responsabilité, respecter les règles de la vie collective, s'engager et prendre des initiatives</p>	<p>- S'approprier et respecter les règles de fonctionnement et participer à leur élaboration</p> <p>- Assumer des responsabilités et prendre des initiatives</p>	<p>- Respecter les règles de sécurité qui s'appliquent</p>	<p>- Prélever des repères en cours d'action pour éviter les obstacles.</p>	<p>Certaines tâches présentent plusieurs niveaux de difficultés,</p> <p>L'élève communique à une personne son projet d'itinéraire.</p>
<p>Domaine 4 : Les systèmes naturels et les systèmes techniques</p>	<p>- Identifier des règles et des principes de responsabilité individuelle et collective dans les domaines de la santé, de la sécurité, de l'environnement</p>	<p>- Appliquer systématiquement et de manière autonome les règles de sécurité et de respect de l'environnement</p>		<p>- S'équiper seul et porter les protections nécessaires (crème, vêtements, lunettes...).</p> <p>Rester lucide dans l'effort.</p>	<p>Vérification de l'équipement en binôme supervisée par un adulte.</p>
<p>Domaine 5 : Les représentations du monde et l'activité humaine</p>	<p>- Situer et se situer dans le temps et l'espace</p>	<p>- Maîtriser de manière autonome des repères dans le temps et dans l'espace</p>		<p>- S'orienter sur le parcours et enchaîner les actions sans temps d'arrêt.</p>	<p>Des zones imposent de prendre une distance de sécurité avec son prédécesseur.</p> <p>La distance de l'itinéraire est d'environ 400 mètres.</p>

Cycle 3

Domaines du socle	Éléments significatifs possibles	Descripteurs correspondants possibles	Attendus de fin de cycle	L'élève du cycle 3 qui a une maîtrise satisfaisante parvient à :	Contextes et/ou situations possibles d'évaluation
<p>Domaine 1 Les langages pour penser et communiquer</p>	<p>-S'exprimer à l'oral (D1.1)</p> <p>-Pratiquer des APSA (D1.4)</p>	<p>- Employer un vocabulaire juste et précis</p> <p>- S'exprimer par des APSA, impliquant le corps</p> <p>- Apprendre le contrôle et la maîtrise de soi</p>	<p>- Réaliser, seul ou a plusieurs, un parcours dans plusieurs environnements inhabituels, en milieu naturel aménagé ou artificiel</p>	<p>- Echanger et débattre sur les choix réalisés. Donner son avis</p> <p>- Coordonner ses actions par une dissociation segmentaire</p> <p>- Coordonner l'action des bras en fonction de l'action des jambes</p> <p>- Découvrir progressivement le rôle de la poussée des bras/bâtons pour se propulser</p> <p>- Mettre en œuvre plusieurs procédures d'évolution en fonction de sa vitesse, du relief et de ses possibilités</p> <p>- Contrôler sa vitesse : ralentir ou accélérer, réaliser un arrêt d'urgence</p>	<p>Le parcours présente un peu de relief constitué de bosses et de dévers ainsi que des variations de pente proche de l'inclinaison d'une piste bleue qu'il faut franchir en montée et en descente avec les bâtons et sans marcher</p> <p>Le parcours présente des zones d'évolution obligatoires et d'autres où il faut choisir ses trajectoires</p> <p>Le déplacement s'effectue par deux avec des rôles différenciés</p> <p>La distance du parcours est d'environ 700 mètres. Les zones de récupération sont définies</p> <p>Lors de la simulation d'un accident faire le P.A.S</p>
<p>Domaine 2 : Les méthodes et outils pour apprendre</p>	<p>- Organiser son travail personnel</p>	<p>- Planifier les étapes et les tâches pour la réalisation d'une production</p>	<p>- Connaître et respecter les règles de sécurité qui s'appliquent a chaque environnement</p>	<p>- Anticiper les trajectoires pour maintenir les distances de sécurité avec son binôme</p> <p>- Enchaîner le parcours en continu et le réaliser plusieurs fois</p>	
<p>Domaine 3 : La formation de la personne et du citoyen</p>	<p>- Connaître et comprendre la règle et le droit</p> <p>- Faire preuve de responsabilité, respecter les règles de la vie collective, s'engager et prendre des initiatives</p>	<p>- S'approprier et respecter les règles de fonctionnement et participer à leur élaboration</p> <p>- Assumer des responsabilités et prendre des initiatives</p>	<p>- Identifier la personne responsable à alerter ou la procédure en cas de problème</p>	<p>- Maîtriser les étapes du Protéger-Alerter-Secourir adaptées au milieu enneigé</p>	
<p>Domaine 4 : Les systèmes naturels et les systèmes techniques</p>	<p>- Identifier des règles et des principes de responsabilité individuelle et collective dans les domaines de la santé, de la sécurité, de l'environnement</p>	<p>- Appliquer systématiquement et de manière autonome les règles de sécurité et de respect de l'environnement</p>		<p>- Régler son matériel (serrage chaussures, dragonnes)</p>	
<p>Domaine 5 : Les représentations du monde et l'activité humaine</p>	<p>- Situer et se situer dans le temps et l'espace</p>	<p>- Maîtriser de manière autonome des repères dans le temps et dans l'espace</p>	<p>- Réaliser, seul ou a plusieurs, un parcours dans plusieurs environnements inhabituels, en milieu naturel aménagé ou artificiel</p>	<p>- Mettre en œuvre plusieurs procédures d'évolution en fonction de sa vitesse, du relief et de ses possibilités</p>	

Cycle 4

Domaines du socle	Éléments signifiants possibles	Descripteurs correspondants possibles	Attendus de fin de cycle	L'élève du cycle 4 qui a une maîtrise satisfaisante parvient à :	Contextes et/ou situations possibles d'évaluation
<u>Domaine 1</u> : Les langages pour penser et communiquer	- S'exprimer à l'oral (D1.1) - Pratiquer des APSA (D1.4)	- Employer un vocabulaire juste et précis - S'exprimer par des APSA, impliquant le corps - Apprendre le contrôle et la maîtrise de soi	- Réussir un déplacement planifié dans un milieu naturel aménagé ou artificiellement recréé plus ou moins connu	- Verbaliser de façon correcte son projet et les écarts éventuels en utilisant un vocabulaire juste, précis, et référencé culturellement. -Se déplacer sur le plat en glissant -Monter face à une pente faible -Sur une pente faible, changer de direction et s'arrêter	Parcours aménagé ou partie de piste (balisée et sécurisée) variée comprenant différents reliefs et inclinaison de pente afin de contraindre la motricité du skieur.
<u>Domaine 2</u> : Les méthodes et outils pour apprendre	- Organiser son travail personnel	- Planifier les étapes et les tâches pour la réalisation d'une production	- Gérer ses ressources pour réaliser en totalité un parcours sécurisé	- Analyser le profil du terrain pour choisir et utiliser la technique la plus appropriée et /ou le circuit le plus adapté à ses ressources. - Gérer ses ressources par rapport à la physiologie du parcours	Itinéraire avec point de départ et d'arrivée bien identifiés. Parcours ou piste de niveau bleu-rouge d'une distance d'environ 1000-1200 m à réaliser sans s'arrêter. Une zone de repos peut être si besoin matérialisée sur le parcours.
<u>Domaine 3</u> : La formation de la personne et du citoyen	- Connaître et comprendre la règle et le droit - Faire preuve de responsabilité, respecter les règles de la vie collective, s'engager et prendre des initiatives	- S'approprier et respecter les règles de fonctionnement et participer à leur élaboration - Assumer des responsabilités et prendre des initiatives	- Assurer la sécurité de son camarade - Respecter et faire respecter les règles de sécurité	-Connaître et respecter les règles de sécurité sur les pistes (déplacement en groupe : ouvreuse, serre-file, distance de sécurité ; signalétique des pistes : sens de circulation, balisage des pistes...) - Respecter et faire respecter les procédures d'urgence en cas de problème et /ou d'assistance à un blessé (Protéger, Alerter, Surveiller).	Une zone du parcours offre un choix de trajectoire et/ou de circuits avec différents niveaux de difficulté.
<u>Domaine 4</u> : Les systèmes naturels et les systèmes techniques	- Identifier des règles et des principes de responsabilité individuelle et collective dans les domaines de la santé, de la sécurité, de l'environnement	- Appliquer systématiquement et de manière autonome les règles de sécurité et de respect de l'environnement	- Assurer la sécurité de son camarade - Respecter et faire respecter les règles de sécurité	- Adapter son équipement et sa protection aux conditions météorologiques - Régler son matériel (serrage chaussures, dragonnes) - Savoir chausser et déchausser	L'élève annonce son projet de déplacement et mesure l'écart entre projet et réalisation.
<u>Domaine 5</u> : Les représentations du monde et l'activité humaine	- Situer et se situer dans le temps et l'espace	- Maîtriser de manière autonome des repères dans le temps et dans l'espace		- Se repérer sur le site d'évolution - Se situer sur le plan des pistes et suivre un trajet prévu. - Revenir dans les délais impartis.	Déplacement en petit groupe d'élèves avec des rôles différenciés sous le contrôle de l'enseignant.