



4^{ème} MONTAGNE
ANNÉE SCOLAIRE 2020/2021



Projet pédagogique

Au cours de cette année, différentes connaissances, capacités physiques et attitudes vont être développées.

✓ Connaissances :

- Découvrir la montagne sous tous ses aspects à travers des sorties, des cours.
- Aborder la **sécurité** en montagne ; s'approprier les outils et les capacités pour rechercher une victime d'avalanche ; connaître les effets de l'altitude ; s'approprier la notion de risque.
- **S'orienter** : approfondir la lecture de carte, savoir situer une randonnée VTT dans un massif, se repérer sur un plan des pistes
- **Découvrir** : poursuivre la découverte de nos massifs, connaître les effets de l'altitude sur le corps humain, découvrir les différentes formes de neiges et leurs formations.

✓ Capacités :

Sur le plan physique, les différentes sorties en montagne vont permettre de développer l'**endurance**, la **persévérance**, le **goût de l'effort**.

✓ Attitudes :

Il s'agit également pendant les sorties de faire preuve de **solidarité** et de **responsabilité**. Cela consiste à apprendre à vivre en groupe, **respecter ses camarades et l'environnement** dans lequel nous évoluons, agir en sécurité pour soi et pour les autres.

Encadrement

L'encadrement en VTT est assuré par le professeur d'EPS associé à d'autres membres de l'équipe éducatives.

Pour le cycle de snowboard, ce sont des moniteurs de l'ESF Combloux qui encadreront les élèves.

Participation financière

Une participation financière forfaitaire de 220€ pour l'ensemble des sorties est demandée pour l'année (déplacements, locations.....).

En cas de difficultés, n'hésitez pas à contacter le secrétariat de l'établissement.

Engagement de l'élève

Votre enfant inscrit en classe montagne s'engage à :

- Avoir les affaires nécessaires (cf rubrique « matériel »)
- Faire preuve de volonté, montrer de l'intérêt
- Respecter les consignes

Pique-nique

En début d'année, **chaque élève demi-pensionnaire** doit préciser s'il prendra un pique-nique au collège ou s'il amènera le sien. Pour simplifier la gestion, le choix se fait pour l'ensemble des sorties.

Les élèves externes doivent prévoir leur pique-nique.

Les activités

Votre enfant pratiquera différentes activités sportives sur l'année afin d'acquérir l'ensemble des connaissances, capacités et attitudes citées précédemment.

Programmation :

- VTT de la rentrée aux vacances de Toussaint + après les vacances de Pâques
- Snowboard entre Noël et les vacances de février (en dehors des vacances scolaires de toutes les zones)



Le rythme des sorties

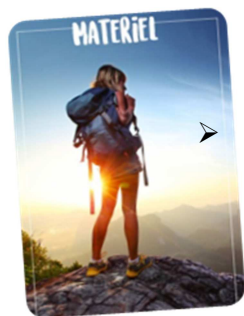
Les élèves sortiront en montagne tous les jeudis jusqu'à la Toussaint (cycle de VTT), tous les jeudis de l'hiver pour le cycle de ski alpin (sauf pendant les vacances scolaires des autres zones) ainsi que tous les jeudis de la dernière période entre Pâques et juillet pour continuer le cycle de VTT.

Un planning des sorties par activités vous sera transmis (qui peut être modifié en fonction de la météo).

Le matériel

1) Matériel de sport :

- **Un VTT** en très bon état avec des suspensions avant (un VTT tout suspendu n'est pas nécessaire pour l'usage que nous en ferons), **casque**, **kit de réparation** comprenant obligatoirement une **chambre à air de rechange**, **short ou cycliste**, une **paire de mitaines** ou de gants de VTT



- **Indispensable dans le petit sac à dos** (*sac à dos VTT ou trail, petit et près du corps*)

- Couverture de survie (elle ne devrait jamais servir, mais au cas où ...)
- K-Way
- Le pique-nique
- Quelques barres de céréales ou autres à grignoter en cours de sortie
- De quoi boire : au moins 1 litre, même en hiver : l'air froid déshydrate !
- Une petite pharmacie personnelle (crème solaire, pansements, arnica, doliprane, Crème solaire...).

SNOWBOARD :

Nous louerons les snowboards à La Cry

- **Casque obligatoire personnel**
- Tenue de ski adaptée à la météo

2) Matériel Scolaire :

- Un classeur pour ranger tous les travaux réalisés dans le cadre du thème. Les élèves ayant été en classe montagne peuvent reprendre leur classeur de l'année dernière.
- **Facultatif** : un appareil photo

Attitude et comportement

Il est évident, en plus de l'attitude que nous attendons de tout élève dans le cadre scolaire, que dans le contexte montagne, nous exigeons de chacun un comportement très respectueux des consignes de sécurité, mais aussi très respectueux des autres et de l'environnement. Chacun se doit d'intégrer ces principes dès lors qu'il a fait le choix d'être en classe montagne. Un élève qui ne respectera pas ces principes sera sanctionné voire changé de classe s'il n'arrive pas à adopter un comportement adapté.

Merci

F. BASLÉ



ecces

enseignement catholique de Sallanches