

## SORTIE SKI ALPIN (Fiche mémo pour cadre)

### Votre fiche group

Votre nom,  
Le nom de l'école,  
Le niveau du groupe,  
Le lieu de R.D.V.,  
Les horaires,  
Les **noms des élèves** qui vous sont confiés.

### SECURITE :

**Vérifier que chaque enfant a :** casque, lunettes, gants, forfait,  
**Vérifier :** fermeture chaussures, freins ski, fixations, ...

**Pas de ski hors des pistes** balisées ouvertes.

**Respectez la réglementation** de chaque remontée mécanique.  
Pas d'enfant de **moins de 1m 25** sans adulte sur un siège.  
Veillez à ce qu'un **adulte** soit **présent** sur **chaque siège**.

Choisissez des **pistes adaptées au niveau de ski** des enfants.

Soyez attentifs aux **signes** de **fatigue** et de **froid** des enfants.

### RESPONSABILITES

**Le Maître est responsable des objectifs recherchés et de l'organisation. Il sollicite les intervenants extérieurs.**

**L'intervenant est civilement et pénalement responsable de chacun des enfants qui lui sont confiés. Il a une obligation de moyens au regard de la sécurité et des apprentissages.**

### Normes d'encadrement :

~ 1 moniteur minimum pour 12 élèves maximum aux cycles 2 et 3,  
~ 1 moniteur minimum pour 6 élèves maximum en maternelle.

### Précautions en cas d'accident :

~ ne pas manipuler, ni déplacer, ni enlever les chaussures, ni le casque,  
~ baliser visiblement en amont pour éviter le sur accident,  
~ isoler le blessé du froid, le couvrir,  
~ rassurer et reconforter,  
~ constater le traumatisme, (zone touchée, perte ou non de conscience, sang,)  
~ identifiez le lieu de l'accident : nom de la piste, n° de balise,  
~ faire prévenir le service des secours à la remontée la plus proche.

### Niveaux de pratique identifiables chez les élèves :

A Débutant	pistes plates à pente faible, premières évolutions glissées, vitesse faible,
B Initié	pistes bleues damées, évolution en virages stémés, vitesse faible à moyenne,
C Débrouillé	pistes rouges damées, évolution en virages parallèles de base, vitesse moyenne,
D Confirmé	pistes rouges variées, évolution dynamique de virages parallèles, vitesse soutenue,
E Performant	tous types de pentes, évolution adaptée au terrain, vitesse soutenue.

### Fondamentaux du ski à l'école :

Glisser équilibré	équilibration av/ar et lat, disponibilité,
Changer de direction	actions motrices de pivotement, effets directionnels,
Varié les appuis	répartition des pressions, jeu vertical, transferts d'appuis, contact ski neige,
Coordonner synchroniser	dissociation ht/bs, indépendance des jambes, enchaîner des actions,
Accepter et gérer le risque	évaluer la difficulté et ses propres compétences, se confronter à des situations nouvelles,
S'adapter à l'environnement	évoluer en terrains variés, répondre efficacement à différentes contraintes,
Accéder à l'autonomie	connaître l'environnement, s'orienter, assurer sa propre sécurité, identifier les critères et les indices de ses progrès.