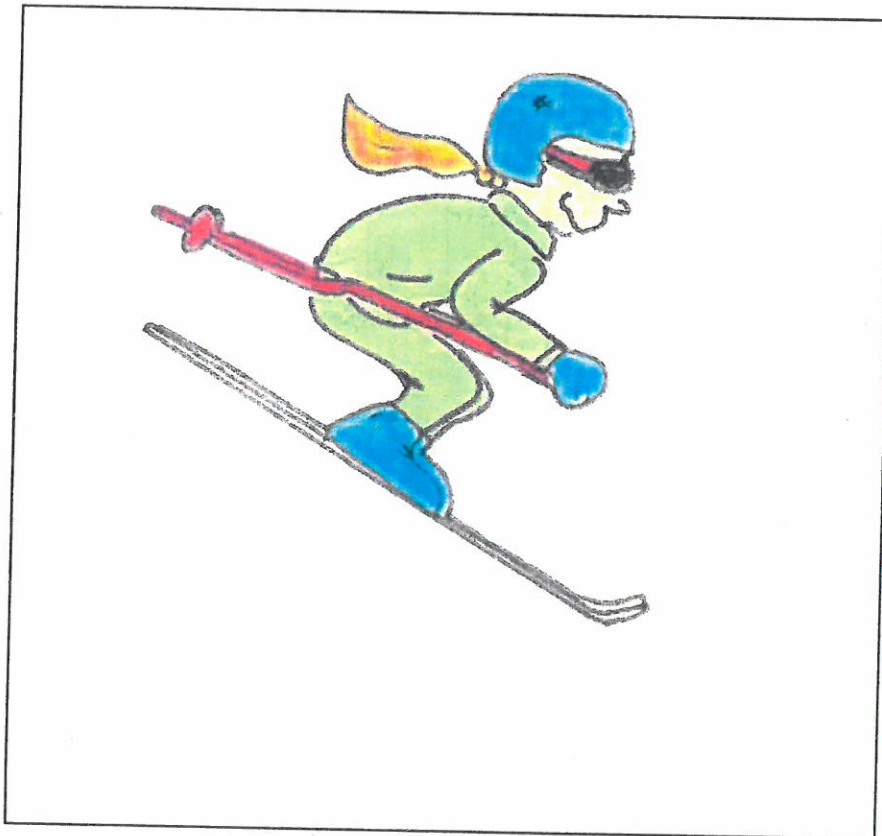


Savoir skier

Fiches élève ski alpin

Compétences motrices à acquérir



NIVEAU 3

En petit groupe ,après avoir utilisé une remontée mécanique ,sur un secteur du domaine balisé reconnu et en empruntant des pistes difficiles de type rouge: choisir et conduire un déplacement à ski ou à surf, varier son rythme pour s'adapter aux conditions de l'environnement (nivologie, affluence, conditions météo, pente, aménagements...)et au niveau des membres du groupe.

	En cours	Acquis
Je porte les protections nécessaires en fonction de la météo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Je reconnais les éléments particuliers d'un domaine skiable: les croisements de piste, le hors piste, les bords de piste, les remontées, la signalétique, l'habitat, les postes de secours.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Je sais lire le plan des pistes	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Je conduis le groupe avec un camarade sur une partie du domaine skiable en m'orientant	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
J'adapte ma technique en fonction du problème posé par le terrain d'évolution (poudreuse(sur les pistes), boardercross, freestyle, saut, pente raide ...)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
J'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)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
J'assure ma propre sécurité et celle du groupe(règles du skieur, ne pas s'engager quand c'est dangereux)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Je sais donner l'alerte (Protéger, Alerter, Secourir)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Savoirs complémentaires :

Brevet et rencontres USEP(tampon, diplôme) :

inspection académique
Haute-Savoie



LE SAVOIR SKIER ALPIN

PREMIER DEGRÉ

Nom :

Prénom :

Ecole :

ÉCOLE MATERNELLE et PRIMAIRE
de LA CLUSAZ
94, Passage du Vatican
74220 LA CLUSAZ
04 50 02 46 01
ce 0741016e@ac-grenoble .fr

Site de contact :