

# SKI DE FOND

## CONDUIRE UN GROUPE DE SKIEURS

Le ski est une activité dont il faut respecter les règles.  
La plupart des accidents seront ainsi évités.  
**Connaître le risque, c'est déjà le prévenir !**

### I - LES DANGERS DE LA MONTAGNE

Ils sont de trois sortes :

#### **1 - 1 ) Les dangers naturels**

- Qualité de la neige (lourde, plaques de glace...).
- Obstacles (arbres, rochers).
- Pente trop forte pour le niveau des skieurs.
- Conditions météorologiques (froid, vent, brouillard... ).
- Risques d'avalanches.
- Réverbération du soleil sur la neige.

#### **1 - 2) Les dangers résultant du comportement des skieurs**

- Vitesse et direction non maîtrisées.
- Stationnement en des endroits étroits au sans visibilité.
- Pratique du ski hors piste.

#### **1 -3) Les dangers liés au matériel**

- Skis et bâtons.

### II - LES CONDITIONS DE SECURITE

#### **2 - 1) Avant le ski**

- Condition physique (prévoir un échauffement musculaire avant l'activité).
- Vérification de l'équipement vestimentaire (anorak, bonnet, gants).
- Vérification du matériel de ski (skis, bâtons, chaussures) par l'enseignant avant le départ.
- Protection solaire (lunettes, crème).
- Avoir sur soi la liste nominative des élèves qui vous ont été confiés.
- Pointer les présents avant de partir sur les pistes et **les compter**.

#### **2 - 2) Sur les pistes**

- Connaître les problèmes liés à la montagne.
- Connaître les pistes où vont évoluer les élèves afin de choisir un terrain adapté au groupe.
- Ne pas emprunter de pistes fermées.
- Ne pas arrêter son groupe dans un endroit étroit (chemin...) ou sans visibilité (derrière une bosse...).
- Faire attention à l'évolution des autres skieurs.
- Donner des consignes concernant l'arrêt du groupe (arriver au ralenti...).

- Faire des arrêts fréquents et recompter à chaque fois les élèves surtout par mauvaises conditions météo.
- Utiliser la trace de droite en cas de double trace.

## 2 - 3) Après le ski

- Vérifier une dernière fois que votre groupe est complet et remettre les élèves à l'enseignant de la classe.
- Lui signaler tous les problèmes même mineurs qui ont pu intervenir au cours de la séance.
- Apporter son concours au bon rangement du matériel.

## III - LES PRINCIPAUX SIGNAUX RENCONTRES SUR LES PISTES

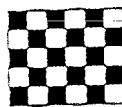
Danger



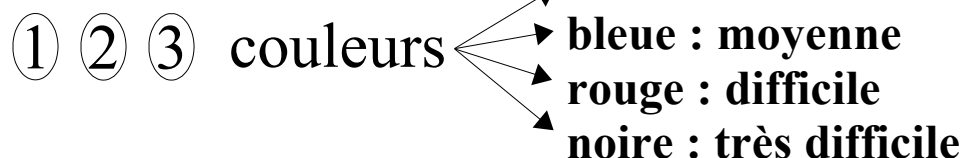
Croisement



Avalanche (damier jaune et noir)



Balises de pistes :



Avec distances. Sens de parcours fléché.

## IV - CONDUITE A TENIR EN CAS D'ACCIDENT

Le responsable reste avec le blessé et garde son groupe avec lui. Sa tâche est de :

### 4 - 1) Protéger

- Baliser le lieu de l'accident en plantant des skis environ 10 m avant afin d'éviter qu'un skieur ne vienne tamponner le blessé.
- Caler le blessé pour éviter qu'il ne glisse.

### 4 - 2) Alerter

- Demander à un autre moniteur ou à des skieurs de passage de prévenir le secours des pistes (envoyer toujours plusieurs personnes).
- Bien préciser le nom de la piste et la situation.

### 4 - 3) Secourir

- Remuer le blessé le moins possible.
- Le protéger du froid (utiliser éventuellement les anoraks des autres enfants).
- Réconforter le blessé en attendant les secours.

### 4 - 4) Après l'intervention des secours

- Ramener son groupe au départ.
- Prévenir l'enseignant responsable de la classe en lui donnant tous les détails nécessaires.

- L'enseignant prendra toutes les dispositions qui s'imposent :  
Accompagner le blessé au centre de soin (dans la mesure du possible).  
Se renseigner sur le lieu où le blessé est évacué.  
Prévenir la famille.  
Faire dans les 3 jours la déclaration d'accident auprès de l'EN.

## **V - La Responsabilité**

- Les élèves et l'activité sont sous la responsabilité permanente et totale des enseignants sur le plan pédagogique et sur le plan de l'organisation.
- Les intervenants extérieurs interviennent à la demande des enseignants.
- Les I.E. doivent avoir l'autorisation du Directeur d'école et l'agrément de l'Inspecteur d'académie (à redemander chaque année).
- Les I.E. sont responsables des élèves qui leur sont confiés dans le cadre de l'organisation qui est prévue dans le projet pédagogique et des consignes qui leur ont été données.
- Les I.E. ont un double rôle :

**Respecter les objectifs éducatifs définis par l'équipe pédagogique  
Assurer la sécurité des élèves qui leur ont été confiés**

- Les groupes ne devront pas dépasser 12 élèves.

## **VI - AVANTAGES ET INCONVENIENTS DES DIVERSES PRATIQUES DE CONDUITE D'UN GROUPE**

### **6 - 1) L'enseignant (ou I.E.) et les élèves skient ensemble**

#### **6 - 1 - 1) L'enseignant (ou l'I.E.) est devant**

<b>AVANTAGES</b>	<b>INCONVÉNIENTS</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Il peut imposer la trajectoire du groupe.</li> <li>- Il dose la vitesse.</li> <li>- Il sert de référence visuelle aux élèves.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Les élèves sont en situation d'imitation et ne prennent aucune initiative.</li> <li>- Seuls le ou les élèves directement derrière l'enseignant ont une référence visuelle correcte (dans ce mode de fonctionnement changer fréquemment l'ordre des élèves).</li> <li>- En cas de problème, l'enseignant est mal placé pour intervenir rapidement (il doit revenir en arrière).</li> </ul>

#### **6 - 1 - 2) L'enseignant (ou l'I.E.) se déplace à l'intérieur du groupe**

<b>AVANTAGES</b>	<b>INCONVÉNIENTS</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- L'enseignant est plus près de l'élève en action et peut apporter une correction immédiate.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- L'enseignant se mobilise pour un seul élève.</li> <li>- L'élève qui mène le groupe n'a plus l'adulte comme repère. D'où la nécessité de lui donner des consignes de déplacement et d'arrêt précises.</li> </ul>

### 6 - 1 - 3) L'enseignant (ou I.E.) suit le groupe

AVANTAGES	INCONVÉNIENTS
<ul style="list-style-type: none"><li>- C'est le placement qui donne une initiative aux enfants (faire en sorte que tous les élèves du groupe passent en tête).</li><li>- C'est le placement privilégié pour observer tous les élèves en se décalant.</li><li>- On peut intervenir immédiatement en cas de problème.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Prévoir des consignes de déplacement et d'arrêt précises. (Il faut être capable de rattraper le skieur de tête si celui-ci ne les respecte pas.)</li></ul>

### 6 - 2) L'enseignant (ou l'I.E.) met en place un mode de fonctionnement en circuit (boucle)

- L'enseignant est à l'arrêt.
- Il est important de préciser l'espace de temps entre le départ de deux élèves.

AVANTAGES	INCONVÉNIENTS
<ul style="list-style-type: none"><li>- L'enseignant est libéré de la conduite du groupe. Il peut :<ul style="list-style-type: none"><li>observer les élèves,</li><li>individualiser son enseignement,</li><li>assurer l'entretien du tracé,</li><li>faire évoluer la situation,</li><li>veiller à la sécurité.</li></ul></li><li>- Il peut se placer en différents points du parcours.</li><li>- C'est le mode de fonctionnement qui permet à l'élève d'avoir la plus grande quantité d'action.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Si les élèves disparaissent par moment de sa vue (à éviter), cela peut poser des problèmes de sécurité, d'où :<ul style="list-style-type: none"><li>Donner des consignes claires et strictes.</li><li>Prévoir un regroupement en fin de situation.</li></ul></li></ul>

## VII - RAPPEL DE QUELQUES CONSEILS PEDAGOGIQUES FONDAMENTAUX

### 7 - 1) La sécurité

- Ne jamais laisser un élève seul.
- Connaître le terrain sur lequel on évolue.

### 7 - 2) L'organisation

- Alternier détente et travail.
- Varier l'intensité physique du travail demandé.
- Respecter une quantité de travail moteur suffisante.

Document élaboré par l'équipe EPS 05 (1998)  
à partir d'un document produit par l'équipe EPS 04 (1996)