

Séjour ski du dimanche 20 au samedi 26 janvier 2019



Date & horaire

Départ le dimanche 20 janvier à 19h30 précise,
rendez vous 19h à l'établissement, arrivée prévue
pour 8 heures du matin.

Prévoir un petit déjeuner pour le lundi matin.

Retour le samedi 26 janvier (vers 7h30) à
l'établissement Saint Nicolas de Villaines La Juhel.

Projet pédagogique & objectifs généraux

Découverte, initiation et approfondissement du ski alpin

Contribution à l'éducation sociale :

- Se connaître, s'accepter, se respecter.
- Avoir le souci d'être capable de venir en aide.
- Respecter les consignes au sein de la vie communautaire.
- S'intégrer et s'investir avec efficacité et plaisir dans un groupe, participer aux tâches communes, prendre des initiatives.
- Développer le « goût de l'effort ».

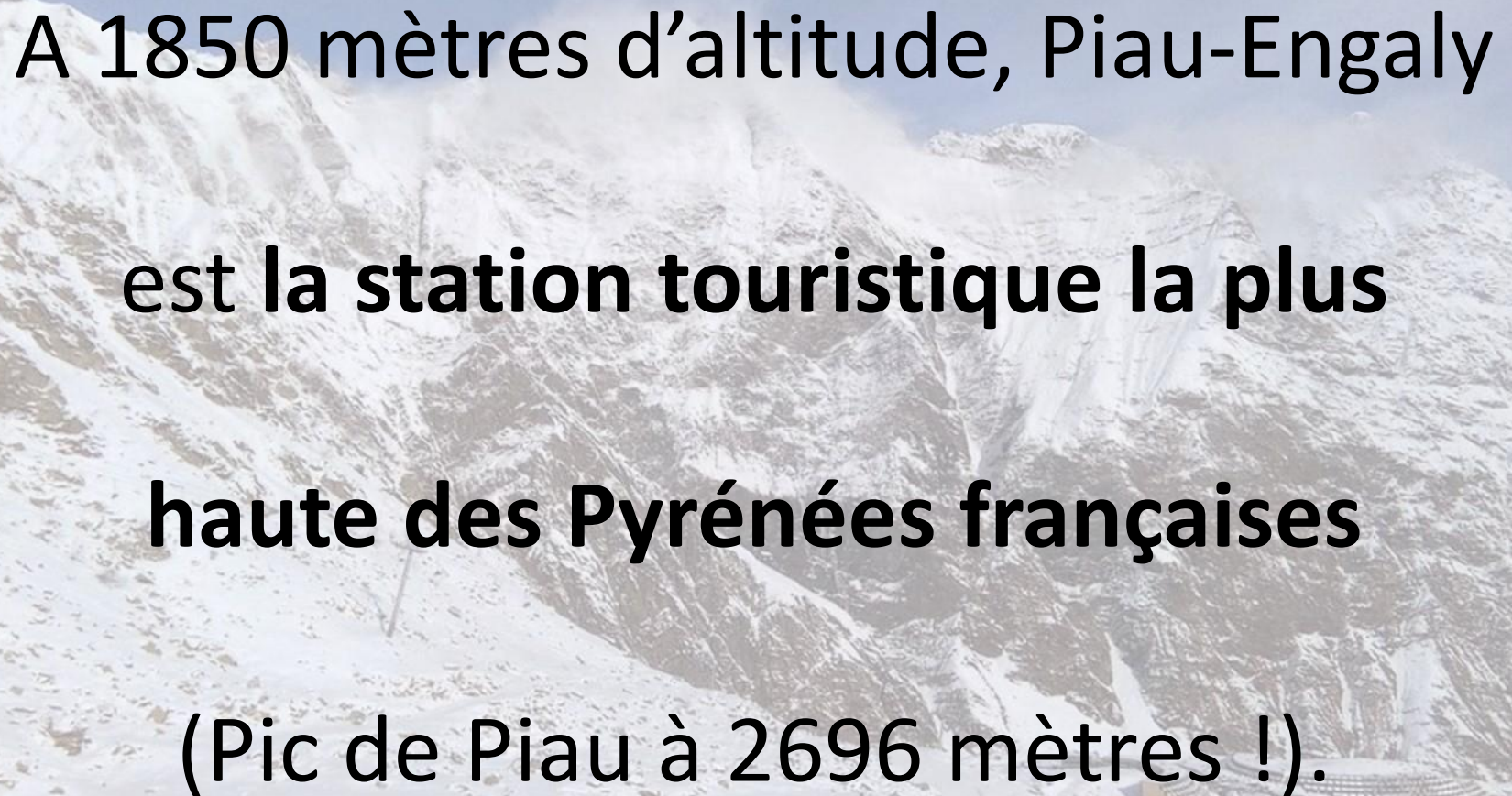
Découverte du milieu alpin :

- Promenade à pieds, étude du milieu, rencontres avec les habitants lors des promenades au village.
- Observation de la neige et de ses variations suivant l'altitude et l'exposition des terrains.
- Approche des problèmes posés pour la sécurité (secours en montagne).

La station: PIAU ENGALY

Ce séjour se déroule au centre **VVF Village de Piau Engaly** dans le village d'Aragnouet dans les Hautes Pyrénées.



A wide-angle photograph of a high-altitude mountain range. The foreground is a vast, snow-covered slope with numerous ski tracks. In the middle ground, a ski resort is visible, including a yellow building and several ski lifts. The background features jagged, snow-capped mountain peaks under a clear blue sky. The text is overlaid on the image in a bold, black, sans-serif font.

A 1850 mètres d'altitude, Piau-Engaly
est la station touristique la plus
haute des Pyrénées françaises
(Pic de Piau à 2696 mètres !).

Domaine skiable de PIAU ENGALY

- Un domaine exceptionnel pour la glisse qui s'étend de 1400 à 2600 mètres d'altitude.
- Un choix parmi **des dizaines de pistes pour débutants ou confirmés.**
- 41 pistes : 5 vertes - 20 bleues - 9 rouges - 7 noires
- « La grande bleue » : **1 200 m en une seule descente** soit le plus grand dénivelé des Pyrénées françaises.



TUNNEL ARAGNOUET-BIELSA
VERS L'ESPAGNE
1844

MONT PERDU 3385
BRECHE DE ROLAND
CIRQUE DE GAVARNIE

LA MUMA 3133
PIC DE TROUMOUSE 3085
PIC DE LA GELA 2851

PORT VIEUX

CIRQUE DE BARROUDE

PIC DU PIAU 2696

PARC NATIONAL
DES PYRÉNÉES

VALLÉE DE LA GELA

VALLÉE DE BADET

← ESPAGNE

ARAGNOUET LE PLAN
1350

PIAU 1420

PIC DE LA LUDETTE
2172

2130

PIAU 1850

PIAU 1750

WATTE NOVAL

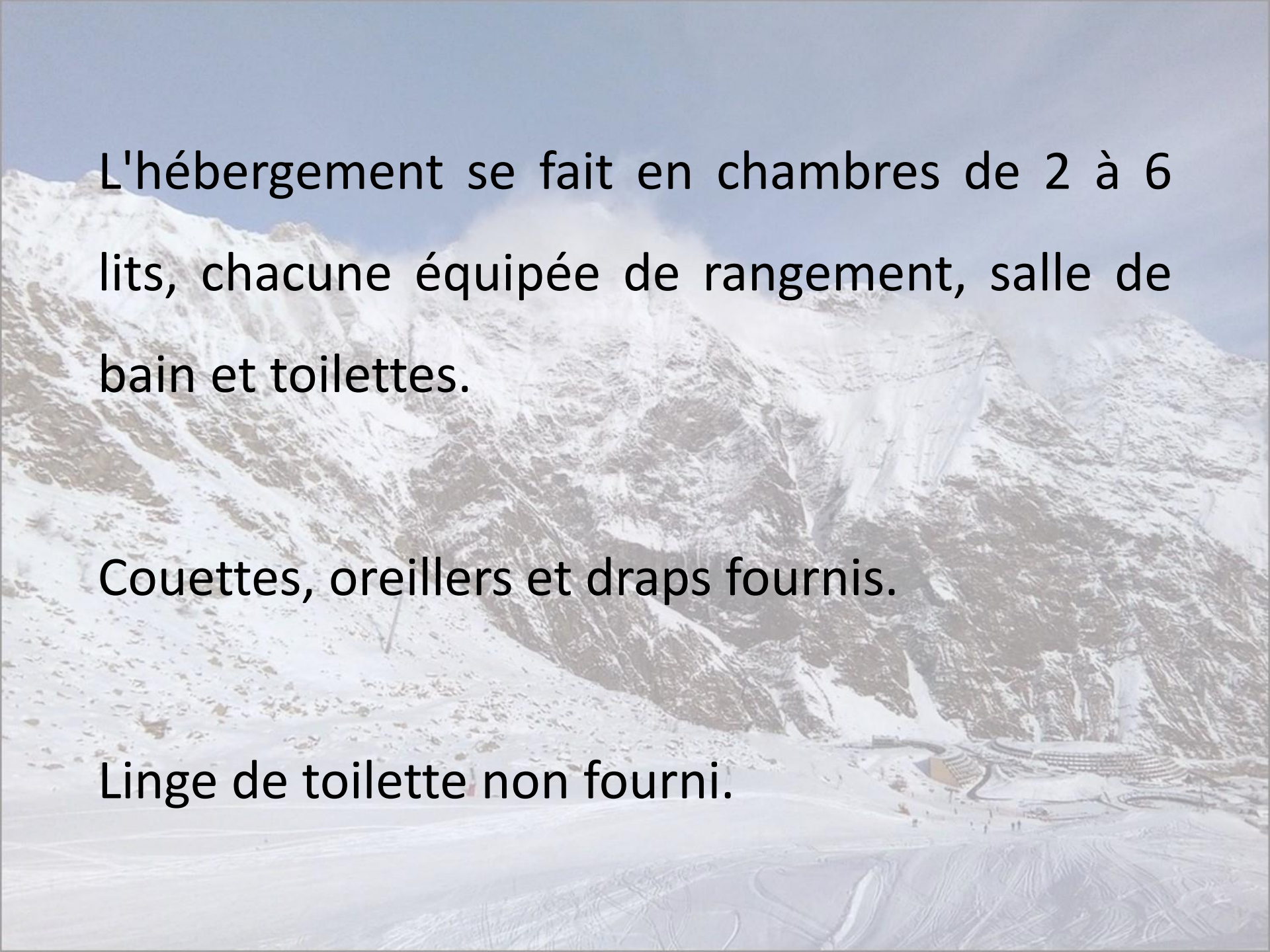
mod. 03



Centre & Hébergement

- Le centre est **situé à 100 mètres des pistes**
- Le **temps du repas est un moment de convivialité important** pour les enfants.



A high-altitude mountain landscape with snow-covered peaks and a valley containing a small settlement. The mountains are rugged and covered in snow, with some rocky outcrops visible. The valley below is a mix of snow and rocky terrain, with a small cluster of buildings and a winding path. The sky is a pale blue.

L'hébergement se fait en chambres de 2 à 6 lits, chacune équipée de rangement, salle de bain et toilettes.

Couettes, oreillers et draps fournis.

Linge de toilette non fourni.

Equipements du centre

Au rez-de-chaussée:

Réception

Coin détente : lecture, jeux de société et jeux de cartes

Salle d'animation équipée de sonorisation, micro et jeux de lumière, tables de tennis de table, babyfoot, écran et vidéoprojecteur.

Au 1er étage:

3 salles d'activités ou de classe

Etage inférieur:

Piscine privée chauffée

A l'extérieur à proximité:

A 100m : remontées mécaniques, jardin des neiges, piste de luge, et rendez-vous ESF.



Centre VVF de Piau Engaly



Réfectoire



Espace de détente

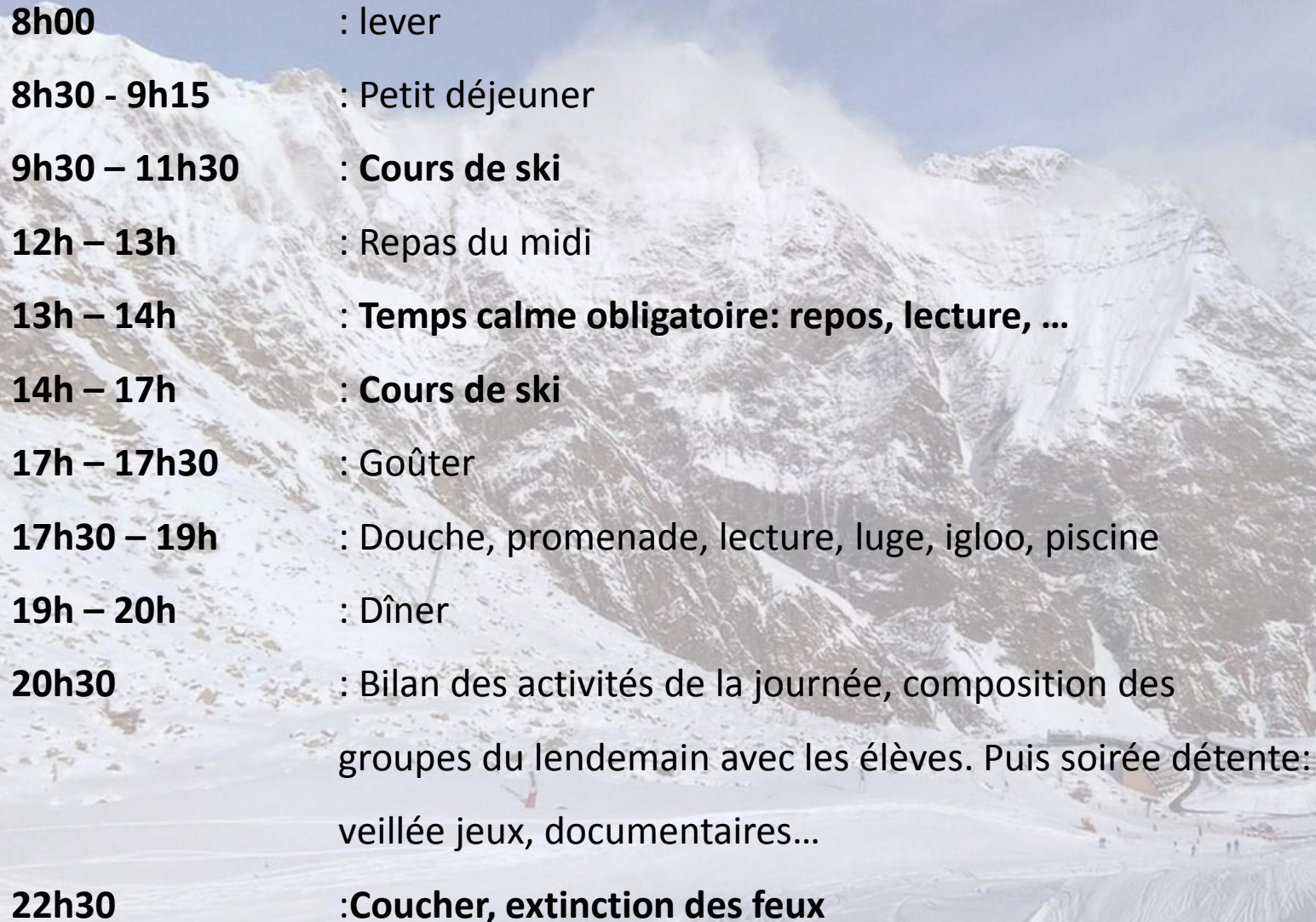


Piscine intérieur
chauffée



Salle d'activité ou de
classe

Emploi du temps d'une journée



8h00	: lever
8h30 - 9h15	: Petit déjeuner
9h30 – 11h30	: Cours de ski
12h – 13h	: Repas du midi
13h – 14h	: Temps calme obligatoire: repos, lecture, ...
14h – 17h	: Cours de ski
17h – 17h30	: Goûter
17h30 – 19h	: Douche, promenade, lecture, luge, igloo, piscine
19h – 20h	: Dîner
20h30	: Bilan des activités de la journée, composition des groupes du lendemain avec les élèves. Puis soirée détente: veillée jeux, documentaires...
22h30	: Coucher, extinction des feux

L'activité ski

- **Passage d'un test => groupe de niveau**
- Chaque élève est pris en charge par un **enseignant skieur**.
- Un **moniteur de l'Ecole de Ski Français** s'occupera des élèves les moins expérimentés
- **Même démarche pédagogique, mais à des vitesses différentes**, de façon à ce que chaque enfant vive le ski dans un contexte de réussite et de plaisir maximum.
- Pendant le séjour , les élèves seront confrontés à **des validations de compétences:**

Visibles sur le bulletin scolaire suivant.

Reflètes les **progrès de chacun**.

Estime **l'engagement personnel et le comportement dans le groupe** de chacun.

Plan de la démarche pédagogique

- Les élèves essaient les skis, les chaussures, dès leur arrivée.
- Présentation du matériel
- Chaussage et déchaussage des skis
- Adaptation motrice à un nouveau milieu
- Adaptation aux remontées mécaniques
- Chasse neige
- Le virage chasse neige
- Arrêt chasse neige et arrêt parallèle
- Ski parallèle
- Virage dérapage
- Virage coupé (carving)

Quelques règles sur les pistes

- Jamais SEULS.
- PAS de HORS PISTE.
- Le masque de ski (ou lunettes de soleil) est indispensable
- Crème solaire et baume à lèvres sont nécessaires.
- Sur les skis, je suis en cour, donc je respecte les règles imposées (le code du skieur sera vue en classe) !!!

Dans ma valise

Le couchage:

1 pyjama

Nécessaire de toilette

Nécessaire de douche

Pour l'intérieur:

Joggings, pulls, chaussons ou tennis

Tenue vestimentaire « relax »

Sous-vêtements en nombre

Sans oublier:

Mon carnet de bord et un crayon

Mon petit déjeuner du lundi matin (dans un petit sac à dos qui t'accompagnera dans le car; séparé de la valise)

Dans ma valise

Pour l'extérieur:

Lunettes de soleil et/ou masque de ski

Crème solaire et baume à lèvres

2 portes clefs (qui ne craignent rien)

1 combinaison de ski est indispensable (possibilité d'emprunter?)

1 jean, pantalon de jogging

Anorak ou blouson chaud

Bonnet, gants de ski bien chauds

Sous-pulls

Chaussettes: 3 à 4 paires, bien montantes et bien chaudes.

Après-skis recommandés ou chaussures hautes (genre randonnée)

CHAQUE SOIR, JE DOIS POUVOIR ME CHANGER ENTIEREMENT, JE SUIS PREVOYANT! Mais raisonnable aussi, nous ne partons qu'une semaine!

1 seul gros sac suffit!

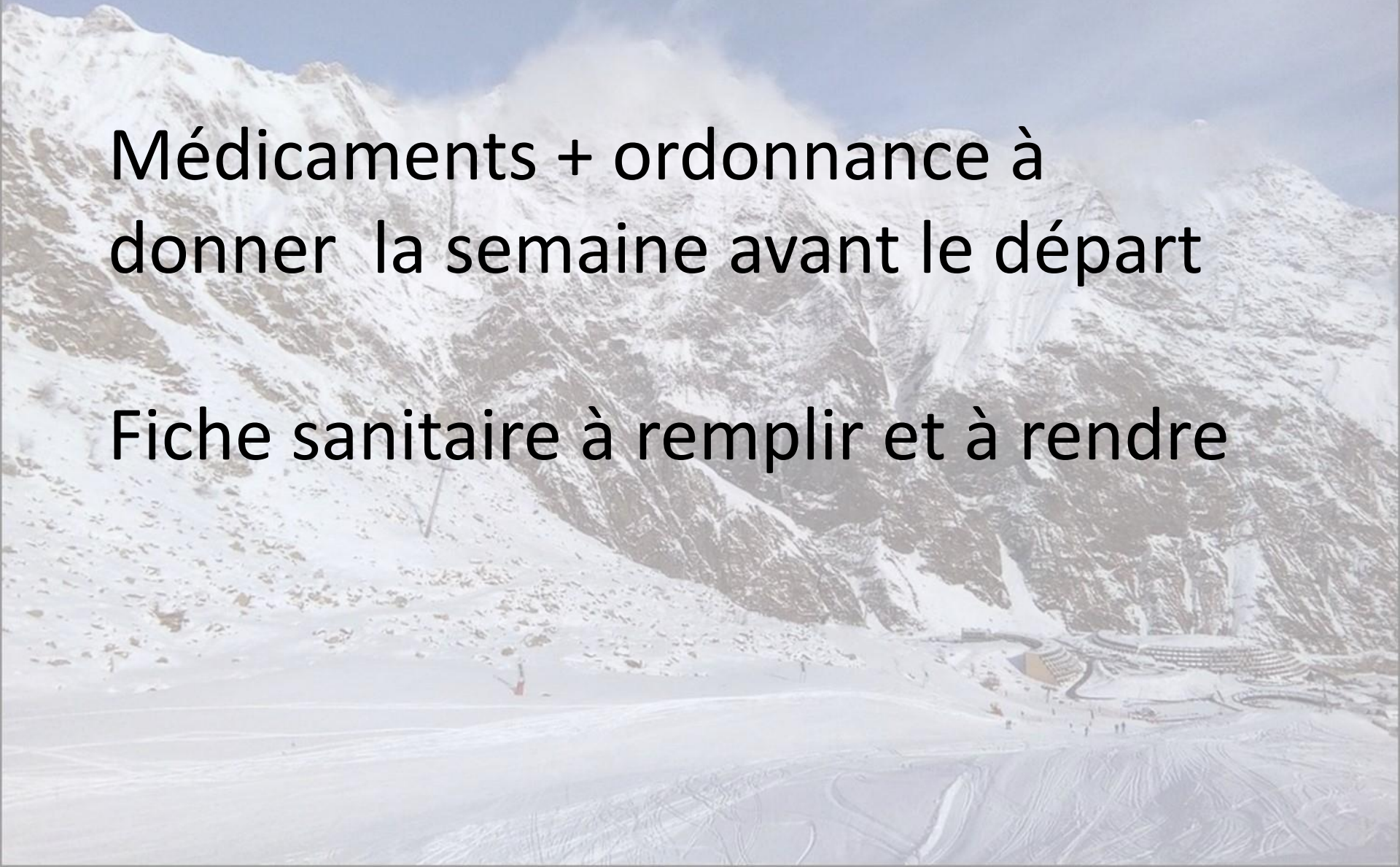
Vigilance sur la quantité de sucreries.

N'oubliez pas votre maillot de bain pour profiter de la piscine chauffée!

Avant mon départ

Médicaments + ordonnance à donner la semaine avant le départ

Fiche sanitaire à remplir et à rendre



Objets de valeur

- **Laisser à la maison les bijoux et objets de valeur** dont la perte ou le vol ne peuvent qu'occasionner des désagréments inutiles.
- **Semaine sans écran: Une fois dans la station, tous les écrans (tablettes, consoles portables, Ipod, ...) seront interdits. Ceux-ci sont autorisés dans le car sauf les téléphones portables et les smartphones.**
- En revanche, les lecteurs audio , les jeux de société, les appareils photos et un peu d'argent de poche sont acceptés.
- **Les élèves devront être vigilants. Un épisode malheureux pourrait altérer l'ambiance du séjour.** Pour plus de sécurité, les élèves pourront déposer leur argent de poche comme leurs objets de valeur dans une salle qui sera sous la responsabilité des professeurs. **Ainsi, pas d'argent ni d'objets de valeur dans les chambres.**

PREPARATION DU SEJOUR

La forme physique travaillée au collège ne suffit pas.

Quelques conseils pour que vos enfants puissent ressentir toutes les sensations de glisse apportées par le ski.

- **Courir 1 à 2 fois par semaine**
- Se déplacer à pieds ou en vélo plutôt qu'en voiture quand c'est possible
- Monter des escaliers régulièrement
- Faire la chaise (15s, 30s, 45s, 1min ...) une fois par jour.

Pour prendre des nouvelles

- E-lyco. <http://st-nicolas.lamayenne.e-lyco.fr>
- **En cas d'urgence M.MARC 06 89 83 88 80**

