

VIENS DÉCOUVRIR

Faire découvrir des
activités de pleines
natures, pratiquées en
milieu montagnard

MONTAGNE

6ÈME
MONTAGNE

DÉCOUVRIR LE
MILIEU
MONTAGNARD





6M

FAIRE DÉCOUVRIR DES ACTIVITÉS DE PLEINES NATURES, PRATIQUÉES EN MILIEU MONTAGNARD

Objectifs

Savoir : connaître le milieu montagnard, la faune et la flore, la cartographie, l'histoire de la montagne, les techniques de ski de fond, d'escalade, de VTT, les règles de sécurité, la marche en moyenne montagne (été et hiver)...

Savoir-faire : savoir évoluer en sécurité pour soi et pour les autres ; s'orienter, gérer son effort, assurer un camarade en escalade, tenir un rôle de traceur ou serre-file en randonnée raquettes, utiliser une carte, une boussole...

Savoir-être : respecter l'environnement, la nature, aider un camarade en difficulté, écouter les consignes données, avoir son matériel, être autonome dans l'utilisation de son matériel.

Descriptif

5 mercredis :

Dans une logique de découverte, les élèves pratiquent 5 activités de pleine nature.

Nous profitons du mercredi libéré pour organiser les 5 sorties de la 6ème Montagne, en journée ou demi-journée.

L'encadrement est fait par le professeur d'EPS accompagné d'un professionnel (guides, AMM, B.E).

Profil de l'élève

- Aimer le sport, la montagne, la nature
- Etre motivé, en bonne forme physique
- Avoir le sens de l'effort