

Cahier pratique 45: Sport de neige

L'entrée des enfants dans le monde de la neige est une expérience unique et stimulante. Les possibilités d'enseignement sont multiples et doivent permettre aux enfants de se doter d'un bagage qui les incitera à poursuivre tout au long de leur vie leurs activités hivernales.

Conscient de l'importance de trouver le bon chemin pour amener les petits à développer une véritable «culture» des sports de neige, Swiss Snowsports a développé un manuel spécialement à leur attention. Inspiré de ce dernier, le présent cahier pratique est une réédition légèrement réadaptée du numéro 6/02.



La découverte et l'apprentissage des mouvements-clés déterminent la ligne directrice de ce cahier pratique. Même si le ski et le snowboard occupent le devant de la scène, les autres disciplines – ski de fond, télémark entre autres – y trouvent aussi leur compte. Le groupe cible est les enfants en âge préscolaire et primaire.

Les enfants sont différents

L'enfant n'est pas un homme en miniature. Une double page pointe le doigt sur les spécificités et le développement des enfants et tire des conséquences pour l'enseignement. La partie pratique finale montre pas à pas les éléments de base pour la pratique du ski et du snowboard.

Vous trouvez une proposition de leçon inaugurale pour découvrir la neige suivi des familles de formes pour les sports de neige: se déplacer, glisser, freiner, sauter, virer, combiner. Puis un monde imaginaire créé pour les enfants et dans lequel chacun se verra attribuer des tâches ou des défis.

Les enfants aiment les images

La présentation – «l'emballage» – des exercices est un élément très important aux yeux des enfants. Dans cette optique, chaque famille de formes est représentée par un animal: le kangourou par exemple est l'acteur d'un petit monde imaginaire où les sauts sont rois. Avec un peu de créativité et de fantaisie, les histoires et les images prennent des tournures aussi diverses que le niveau des petits skieurs.

[Cahier pratique 45: Sport de neige](#) (pdf)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO