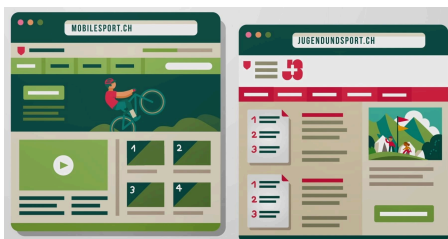


Camps d'hiver – Activités: Préparer et planifier

Sur ou à côté des pistes: le spectre d'activités durant une semaine blanche est large. Dans ce chapitre sont prodigués des conseils pour la préparation et la planification de l'enseignement, ainsi que pour l'organisation d'activités originales.



Préparation de l'enseignement: Ensemble, le groupe discute du choix des jeux d'échauffement, des exercices techniques ludiques de ski, de snowboard et de ski de fond, ainsi que des formes d'organisation diverses. Il échange les informations nécessaires pour la réalisation d'activités dans le domaine skiable, tels la construction d'un tremplin ou le traçage d'une course, et il fixe les comportements à suivre en cas d'accident.

Planification de l'enseignement: Le modèle de planification met en évidence les aspects essentiels et les points clés d'une leçon.

A télécharger

- [Planification d'une leçon de ski](#) (modèle, pdf)
- [Planification d'une leçon de snowboard](#) (modèle, pdf)

Ce que j'emmène avec moi!

- [Aide-mémoire en cas d'urgence](#)
- Manuel didactique adéquat
- Carnet pour prendre des notes
- Couteau de poche et outils de poche multifonctions
- Barre de chocolat dans le sac à dos
- Boisson (si possible dans un thermos)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO