

Camps de sports de neige – Enseignement: Varié et structuré

La réussite d'un camp de sports de neige ne repose pas seulement sur une planification minutieuse et un choix raisonné des activités. Elle est aussi tributaire d'une communication claire et à l'avance à l'équipe de moniteurs.



L'équipe de moniteurs se retrouve avant le début du camp pour faire connaissance, reconnaître la région, les pistes (évent. snowpark), les conditions d'enneigement et les infrastructures d'accueil. Elle profite de l'occasion pour clarifier les points relatifs à l'organisation du camp et de l'enseignement et pour rappeler les règles de sécurité et de comportement.

Un programme sur mesure

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.

Les moyens didactiques contenus dans le manuel de moniteurs J+S, en particulier le manuel d'enseignement «Ski», «Snowboard» ou «Ski de fond» en format de poche, ainsi que les notes prises pendant leur formation, aident les moniteurs lors de la préparation de leur cours.

Dans le domaine skiable, les moniteurs doivent emporter leur manuel d'enseignement et un cahier de notes, en plus d'une trousse de secours et de la fiche d'urgence. Un couteau de poche, quelques outils de réglage du matériel et une barre chocolatée prennent facilement place dans un sac ventral. Si l'on dispose d'un sac à dos, on y ajoute un thermos. Ainsi préparée, l'équipe de moniteurs peut espérer passer une semaine instructive et riche en expériences.

En piste!

Un échauffement ciblé et ludique lance la journée sur les pistes. L'objectif premier et avoué: ramener chaque participant sain et sauf à la maison! Avant de s'élancer, le moniteur communique les objectifs de la journée. Les phases d'apprentissage alternent avec des descentes libres. Les élèves restent ainsi concentrés lors des séquences techniques et peuvent appliquer directement ce qu'ils ont exercé. Pour cela, le moniteur doit adapter les contenus de sa leçon au niveau des jeunes. Il dispose entre autres des exercices présentés et testés au préalable avec le groupe de moniteurs.

Le suivi d'une formation de base et de modules de spécialisation J+S dans la discipline correspondante et une bonne préparation avec l'équipe de moniteurs sont les conditions indispensables pour garantir un enseignement de qualité.

Moyens didactiques

- Forme d'enseignement «Evaluation par les pairs» (vidéo)
- Planification de la semaine (modèle) (xls)
- Listes de contrôle «Contenus du camp» et «Conception du camp» (pdf)
- Liste de contrôle «Informations à l'équipe de moniteurs» (pdf)

Exercices, leçons et tests

- Ski
- Snowboard
- Ski de fond



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO