**CLASSEUR VOYAGE SKI**

 **SAINT JEAN D’AULPS 2016**

 **SOMMAIRE**

|  |  |
| --- | --- |
| **Page de garde :**nom, prénom, classe, titre, illustrations (photos, dessins…) | A réaliser |
| **Le livret de préparation physique** | A suivre et réaliser |
| **La fiche musculation (tableau, étirements…)** | A remplir |
| **Le règlement intérieur du séjour** | A signer |
| **Le ski alpin : matériel** | Surligner les mots ou groupes de mots fondamentaux |
| **Le ski alpin : disciplines sportives** |
| **Les règles de conduites : sur les pistes** |
| **Les règles de conduites : sur les remontées** |
| **Le plan des pistes** | A lire et comprendre |
| **Se repérer sur un plan et établir un itinéraire** | A remplir |
| **Niveau atteint en ski alpin : test ESF** | Surligner le test validé |
| **MONT BLANC** | A remplir |
| **Questionnaire****« Pisteur secouriste »** | A remplir |
| **Questionnaire**  **« Les sorciers à la neige »** | A remplir |
| **Souvenirs de Saint Jean d’Aulps** | A remplir |
| **Fiche d’évaluation** |  |

 A rendre au plus tard le vendredi 24 février 2016 à un des accompagnateurs

**EVALUATION**

**(note EPS supplémentaire du 2ème trimestre)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Evaluation** | **Barême** | **Note** |
| **Se repérer sur un plan et établir un itinéraire** | **4 pts** |  |
| **Questionnaire « C’est pas sorcier »** | **3 pts** |  |
| **Questionnaire « Pisteur secouriste »** | **3 pts** |  |
| **Maths « Le Mont Blanc »** | **3 pts** |  |
| **Souvenirs de Saint Jean d’Aulps** | **2 pts** |  |
| **Progrès et/ou niveau atteint en ski alpin** | **3 pts** |  |
| **Attitude générale et investissement dans les activités durant le séjour** | **2 pts** |  |
| **Page de garde absente ou non conforme** | **-1 pt** |  |
| **Fiche musculation non remplie ou non conforme** | **-1 pt** |  |
| **Fiche manquante** | **-1 pt/fiche** |  |

|  |  |
| --- | --- |
|  | /20 |