

**Centre d'Accueil Permanent  
Gérard Chavaroché**

# **Classe sports d'hiver en Auvergne**

## **Chiens de traineau/Raquettes à neige**

**Dossier pédagogique**

**Route du Charron  
43 550 Saint-Front**

**Tél : 04.71.59.56.77  
Fax : 04.71.59.52.77**

**Email : [cap.st-front@wanadoo.fr](mailto:cap.st-front@wanadoo.fr)  
Site internet : [www.cap-st-front.net](http://www.cap-st-front.net)**



# Sommaire

Description du plateau du Mézenc.....	p 1
Compétences pouvant être mise en œuvre au cours du séjour.....	p 2-3
Détails des prestations proposées.....	p 4
<b>L'activité chiens de traîneau</b>	
<i>Evasion au cœur des volcans d'Auvergne.....</i>	p 5
L'activité ski de fond : <i>plaisir de la glisse.....</i>	p 6
L'activité raquettes à neige : <i>plaisir des montagnes.....</i>	p 6
L'activité Biathlon : <i>précision mêlée à la glisse.....</i>	p7
Et bien d'autres activités possibles.....	p 7-8-9
Un planning type 5 jours en classe neige au pays du Mézenc.....	p 10

## 1. Description du plateau du Mézenc

Le Mont Mézenc, point culminant de la Haute-Loire (1 753 m) a donné son nom au plateau volcanique qui l'entoure. La localisation et l'altitude favorisent chaque année un enneigement généreux.



*Le Mont Mézenc enneigé*

La neige a longtemps gêné les hommes dans leurs activités lors des longs mois d'hiver. Aujourd'hui elle est devenue un atout supplémentaire pour la découverte de cette région en hiver. La création d'une station de ski au village les Estables a permis de développer la pratique du ski alpin, du ski de fond et depuis quelques années le Biathlon. La randonnée en raquettes à neige est de plus en plus pratiquée sur des sentiers balisés ou en hors piste permettant ainsi de partir à la découverte des richesses de cet environnement volcanique.

D'autre part, non loin du centre s'est installé un Musher avec une quarantaine de chiens, un autre moyen de s'évader au cœur des volcans d'Auvergne.

### Les objectifs généraux du séjour

- Découvrir un nouvel élément, la neige, ses avantages et inconvénients.
- Découvrir un mode de vie lié à des conditions climatiques parfois difficiles.
- Observer le paysage modifié par les intempéries (la burle, la neige, le givre, ...).
- Pratiquer des activités sportives nouvelles ou peu pratiquées en lien avec la neige.
- Découvrir l'environnement du Mézenc en hiver.
- Comprendre les adaptations de l'homme face au climat de moyenne montagne en hiver. (L'habitat, le mode de vie au siècle dernier, l'organisation des villages...)
- Et aussi ... Apprendre à vivre en collectivité (pratiques solidaires, entraide...) et développer l'autonomie chez l'enfant.

## 2. Compétences pouvant être mises en œuvre au cours du séjour

### Pour les Cycles 3

Domaines d'activités	Compétences
<b>Maîtrise de la langue écrite et orale</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Lire et écrire des textes de différents types : narratif, informatif, prescriptif, argumentatif, etc...</li><li>- Acquérir un vocabulaire spécifique relatif au milieu naturel et aux activités sportives.</li></ul>
<b>Utilisation de notions mathématiques pour analyser et exploiter des documents divers</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Mesurer des durées et des longueurs</li><li>- Relever des informations dans divers documents</li></ul>
<b>Sciences expérimentales</b>	<p><b>Êtres vivants dans leur milieu:</b> Etudier un milieu : la faune et la flore en milieu montagnard.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Etudier l'écosystème : les conséquences sur l'environnement.</li><li>- Comprendre comment les êtres vivants s'adaptent à l'environnement.</li></ul> <p><b>Le ciel et la terre :</b> Comprendre les phénomènes géologiques et l'activité de la Terre.</p>
<b>Etude de l'activité économique et culturelle</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Comprendre comment l'être humain exploite le milieu dans lequel il vit. Comment il utilise les matières premières (lait, bois)</li><li>- Connaître les différentes activités locales : élevages, artisanat, sports d'hiver, tourisme...</li></ul>
<b>Etude des aspects historiques</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Découvrir l'histoire des activités sportives (raquettes, ski de fond et ski alpin) et des métiers d'autrefois.</li></ul>
<b>Utilisation du milieu environnant à des fins artistiques</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Utiliser différents langages artistiques (croqui, dessin, photographie, peinture)</li></ul>
<b>Education physique et sportive</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Evoluer dans un milieu naturel</li><li>- Adapter ses déplacements à différents types d'environnement (activités de glisse)</li><li>- Maîtriser les techniques de virage, techniques d'arrêt</li><li>- Choisir un itinéraire de glisse</li><li>- Maîtriser sa vitesse compte-tenu de ses capacités du moment et des conditions extérieures.</li><li>- Contrôler ses émotions</li><li>- Accéder à l'autonomie dans sa pratique.</li><li>- Respecter les règles de sécurité.</li></ul>
<b>Autonomie et initiative</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Sensibiliser les enfants aux règles de la vie collective et aux règles de sécurité.</li><li>- s'impliquer dans un projet collectif.</li></ul>
<b>Techniques usuelles de l'information et de la communication (TUIC)</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Utiliser l'outil informatique et produire un document à l'aide d'un logiciel de traitement de textes.</li><li>- Utiliser des outils technologiques (appareils photographiques et caméras)</li></ul>

## Pour les Cycles 2

Domaines d'activités	Compétences
<b>Maîtrise de la langue écrite et orale</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lire des documents de natures différentes : informatif, prescriptif, narratif</li> <li>- Acquérir un vocabulaire spécifique relatif au milieu naturel et aux activités sportives</li> <li>- produire des écrits : pour communiquer, pour relater des événements et pour synthétiser des observations</li> <li>- prendre la parole dans une situation particulière</li> </ul>
<b>Mathématiques</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- repérage dans l'espace</li> <li>- organisation et gestion de données</li> <li>- dénombrement et calcul</li> </ul>
<b>Découverte du monde</b>	<p><b>le monde du vivant</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- étudier la faune et la flore en milieu montagnard</li> <li>- comprendre comment les êtres vivants s'adaptent à leur environnement</li> </ul> <p><b>le cycle de l'eau</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- les différents états de l'eau</li> </ul> <p><b>Le temps qui passe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- la montagne dans le passé</li> <li>- l'histoire des activités sportives et des métiers d'autrefois</li> </ul>
<b>Instruction civique et morale</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sensibiliser aux règles de sécurité et de vie en collectivité</li> <li>- S'impliquer dans un projet collectif</li> </ul>
<b>Education physique et sportive</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Evoluer dans un milieu naturel</li> <li>- adapter ses déplacements à différents types de déplacements (activités de glisse)</li> <li>- Maîtriser sa vitesse compte tenu de ses capacités du moment et des conditions extérieures</li> </ul>
<b>Techniques usuelles de l'information et de la communication (TUIC)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- utiliser l'outil informatique pour trouver des informations</li> <li>- utiliser des outils technologiques (appareils photographiques et caméras)</li> <li>- utiliser un magnétophone ou un équivalent</li> </ul>

### **3. Détails des prestations proposées :**

#### **Les moyens :**

Le Centre dispose :

- d'une équipe pédagogique permanente pour la préparation de votre séjour
- d'une équipe compétente et qualifiée sur ces activités de pleine nature,
- de matériel pour les activités d'hiver : raquettes, luges, skis sur demande.
- De terrains aménagés pour les diverses initiations.

#### **Les démarches et l'organisation :**

Les démarches utilisées s'appuient sur des conceptions pédagogiques mettant les enfants en situation de pratique et de réflexion. Ainsi au fur et à mesure des différentes activités, l'élève prend conscience de ce nouvel environnement, ressent les conditions de vie en moyenne montagne et pratique différents sports directement liés à l'élément « neige ».

Les activités proposées tiennent compte de l'âge et du niveau scolaire des enfants. Chaque classe choisie une, deux ou trois des activités proposées (chiens, skis, raquettes, biathlon).

Les élèves pratiquent chaque jour une activité en demi-classe. Lorsqu'un groupe est en activité l'autre est en autonomie avec un référent du groupe. (1/2 classe le matin et l'autre l'après midi). Sur demande nous pouvons inclure des activités supplémentaires à votre séjour.

Dans le cas de classe à effectif restreint, l'activité se pratique en classe entière (avec un effectif de maximum 12 élèves).

Pour les temps d'autonomie sont à votre disposition des malles pédagogiques, un jeu sur la découverte du village et du patrimoine local, des luges, une aire de jeux ainsi qu'un terrain multisports

#### **Transports et matériel :**

Dans la prestation d'activité, le matériel et les déplacements sont compris. Toute demande d'excursion(s) ou activité(s) en supplémentaire(s) viendra(ont) s'ajouter à la prestation de base.



## Les chiens de traîneau

### *Evasion au cœur des volcans d'Auvergne*

A 3 km du centre s'est installée depuis 1991 une ferme pédagogique nordique. Son propriétaire Christian Dolmazon possède un chenil de plusieurs enclos ainsi qu'une meute de chiens composée de femelles et mâles évoluant en liberté dans les parcs.

En fonction des saisons, des âges et des demandes il propose diverses activités: cani-rando, traîneau, trottinette, buggy, pulka verte pour les plus petits.



Crédit photo : © L. OLIVIER / Maison du Tourisme Haute-Loire (Mention obligatoire)



Crédit photo : © L. OLIVIER / Maison du Tourisme Haute-Loire (Mention obligatoire)

### Le contenu des séances:

#### 1ère séance : (se déroule dans le parc du Centre)

- Les consignes de sécurité et de respect de l'animal
- Approche du chien, découverte de l'animal
- Apprentissage de la mise du harnais
- Cani - rando

#### 2ème séance : (nécessite un transport sur les pistes à 5 km du Centre)

- Préparation des chiens
- Mise en place du harnais
- "Balade découverte" dans le traîneau

#### 3ème séance : (nécessite un transport sur les pistes à 5 km du Centre) (en fonction du niveau acquis)

- Balade "petit train" : chaque enfant est sur son traîneau adapté à sa taille.

Au fil des séances, l'enfant acquiert de l'autonomie pour mener l'attelage.

Les séances pourront être adaptées en fonction de l'état d'enneigement et de l'évolution d'apprentissage des élèves.

# Le ski de fond

## *Plaisir de la glisse*

L'activité « ski de fond » se déroule à la station de ski des Estables à 15 km environ du centre avec 52 km de pistes damées et balisées. Les différents traçages permettent découvrir des panoramas grandioses, comme celui de la chaîne des Alpes.

Les activités sont d'une durée de 2h. Vous pouvez également passer une journée entière sur les pistes en emportant votre pique-nique sur le site.

Le matériel de glisse est à récupérer sur la station. Le centre s'occupe de la réservation

### **Le contenu des séances:**

#### **1ère séance :**

- Choix du matériel et essais.
- Les consignes de sécurité
- Approche de la glisse par des situations ludiques.
- Petite randonnée sur piste balisée

#### **2ème séance et suivantes:**

- Randonnée encadrée
- Découverte de l'environnement naturel de moyenne montagne : le paysage sous la neige, les traces d'animaux, les volcans, l'habitation, ...

Les séances pourront être adaptées en fonction de l'état d'enneigement et de l'évolution d'apprentissage des élèves.



# Les raquettes à neige

## *Plaisir des montagnes*

La raquette à neige permet de se déplacer presque partout en hiver et sur tout type de neige. Ce mode de déplacement qui remonte à plusieurs millénaires est spécifique aux régions enneigées d'Amérique du Nord et de Sibérie orientale.

En France et dans bien d'autres pays, depuis les années 90, les touristes et randonneurs constituent la plus grande partie des pratiquants.

La raquette à neige est un instrument de loisir ludique permettant aux différents utilisateurs de découvrir d'une autre manière le vaste plateau volcanique du Mézenc qui s'offre à nous.

Pour les différents séjours, nous privilégions les départs à partir du centre afin que les enfants aient un aperçu de l'environnement proche de leur lieu d'hébergement (lac de Saint-Front-Le village de Saint-Front-La forêt en hiver).

Les raquettes sont à prendre sur place. Les randonnées sont encadrées par des accompagnateurs de moyenne montagne sur une durée de 2h.

Si plusieurs séances sont programmées nous pouvons mettre en place des départs de randonnées plus éloignées nécessitant un transport.



## Le biathlon

### *La précision mêlée à la glisse*

Le biathlon est un sport combinant le ski de fond pratiqué sur une zone de course balisée et le tir au laser réalisé sur une zone de tirs sécurisée.

C'est seulement en 1954 que cette discipline est reconnue comme un sport à part entière. Aujourd'hui, elle est devenue une activité sportive ludique et très complète, qui demande aux enfants de concilier l'effort sportif, l'endurance à la précision ainsi que la maîtrise de soi.



Vous pouvez découvrir cette discipline au travers d'une seule séance. Afin d'approfondir la pratique de ce sport, vous pouvez consacrer une séance sur le tir au laser et une autre sur le combiné ski de fond - Tir au laser.

## Et bien d'autres activités possibles...

### **Les jeux de neige :**

Le vaste parc du centre permet aux enfants de jouer aux batailles de boules de neige, de construire des igloos, des bonhommes de neige.

Nous disposons également à quelques pas un pré pour la pratique de la luge.

Des luges sont mises à votre disposition tout au long du séjour.



### **Découverte du patrimoine local**

#### **Les Chaumières de Bigorre**

*(Départ en bus ou à pied) (En classe entière)*

**Bigorre** est un "écart" de la commune de Saint-Front. Les maisons en pierres volcaniques et couvertes de toits en chaume sont des chaumières de type "gaulois".

Un écomusée nous permet de voir et de comprendre l'utilisation du chaume de seigle ainsi que les savoirs faire du chaumier. Le responsable de l'écomusée aborde également le mode de vie sur le plateau du Mézenc dans les années 1900. De plus, une maquette doublée d'un montage sonore et lumineux nous raconte une journée d'été des familles paysannes.

## Découverte de village de Saint-Front en hiver

*(Départ à pied) (En classe entière)*

Cette animation est généralement proposée au tout début du séjour afin que les enfants découvrent leur nouvel environnement.

A partir d'un plan du village et de lieux précis à trouver à partir de photos les élèves découvriront pas à pas ce village typique du plateau Mézenc-Meygal. Ils comprendront ainsi les différentes adaptations mises en place par les villageois pour faire face au climat parfois difficile.

Cette sortie conduit également à observer le vaste plateau volcanique du Mézenc édifié il y a des millions d'années surmonté par de nombreux volcans tels que le Mont Mézenc (1753 m), point culminant de la Haute-Loire ou encore le Mont Alambre (1691m).



## A nos maquettes !

*(En salle d'activité) (En classe entière)*

Cette activité est proposée en classe entière en milieu ou fin de séjour. Par groupe les enfants devront à partir des différentes acquisitions de la semaine reconstituer sous forme de maquette le village de Saint-front et son environnement proche.

Ainsi au cours de cette séance sont abordées les différentes adaptations de l'homme face au climat et la vie quotidienne de ce village de moyenne montagne. Enfin, une autre maquette sera mise en place afin que les élèves comprennent de manière plus approfondie le phénomène des congères et les moyens mis en œuvre pour s'en protéger.

## Mon premier Igloo

(Dans le parc du centre) (En ½ classe ou classe entière)

Sur les conseils d'un animateur, équipés de pelles, de luges et de toute leur énergie les enfants apprendront étape par étape à construire un igloo « à la russe ».

Ils découvriront également à partir d'un documentaire, les techniques utilisées par les esquimaux, pour la construction de leur habitation temporaire.



## La vie d'un trappeur/Fabrication d'un pain trappeur

(Sur le centre) (En ½ classe ou classe entière)

Qu'est-ce qu'un trappeur ? Quelles sont ses conditions de vie ? Comment se déplace-t-il ? Que mange-t-il ? Description tout en images et en pratique de cet « homme » défiant chaque année l'hiver afin de gagner sa vie.

Dégustation lors d'un repas des pains trappeur fabriqués par les enfants

Proposition de programme pour une classe "sports d'hiver" sur 5 jours / 4 nuits

pour une classe de 24 élèves maximum

	Jour 1	Jour 2	Jour 3	Jour 4	Jour 5
8h		Petit-déjeuner Toilette Présentation de la journée	Petit-déjeuner Toilette Présentation de la journée	Petit-déjeuner Toilette Présentation de la journée	Petit-déjeuner Toilette Confection des valises Libération des chambres
10h		(en demi classe sur 2h d'activité) (groupe 1) <b>Raquettes</b> Essais des raquettes Randonnée dans les environs du village en // pour le gpe 2 : activité encadrée par l'ens. <i>Apéritif avec un cocktail maison</i>	(en demi classe) (groupe 2) <i>(sur le site de Chaudeyrac à 3km- départ navette)</i> <b>Chiens de traineau N°1</b> Consignes de sécurité Apprentissages techniques Hamachement des chiens Balade menée par le musher en // pour le gpe 1 : activité encadrée par l'ens.	(en demi classe) (groupe 1) <i>(sur le site de Chaudeyrac à 3km- départ navette)</i> <b>Chiens de traineau N°2</b> Préparation des chiens Balade dans le traîneau au cœur des volcans Aurevoir aux chiens en // pour le gpe 2 : activité encadrée par l'ens.	(en classe entière sur 2h d'activité) <i>(sur le centre)</i> <b>La vie des hommes sur le plateau</b> Les adaptation face au climat de moyenne montagne Travail sur maquettes  <i>Bilan du séjour</i>
12h15	ARRIVEE	Déjeuner Espace jeux et détente	déjeuner espace jeux et détente	déjeuner espace jeux et détente	Déjeuner Espace jeux et détente
14h	ACCUEIL Découverte de la maison (en classe entière sur 2h d'activité) <b>Visite du village de Saint-Front</b> <i>(Balade à pied)</i> . Vue panoramique sur le massif du Mézenc . Visite du village de St-Front et de son patrimoine architectural	(en demi classe sur 2h d'activité) (groupe 2) <b>Raquettes</b> Essais des raquettes Randonnée dans les environs du village en // pour le gpe 1 : activité encadrée par l'ens. Goûter	(en demi classe) (groupe 1) <i>(sur le site de Chaudeyrac à 3km- départ navette)</i> <b>Chiens de traineau N°1</b> idem en // pour le gpe 2 : activité encadrée par l'ens. Goûter	(en demi classe) (groupe 2) <i>(sur le site de Chaudeyrac à 3km- départ navette)</i> <b>Chiens de traineau N°2</b> idem en // pour le gpe 1 : activité encadrée par l'ens. Goûter	DEPART
17h	Goûter tiré du sac Installation dans les chambres	Recherche et exploitation des découvertes de la journée Douches	Recherche et exploitation des découvertes de la journée Douches	Recherche et exploitation des découvertes de la journée Douches	
19h15	Dîner Légendes du pays du Mézenc	Dîner	Dîner Diaporama sur les chiens nordiques	Dîner (Possibilité prêt matériel audio pour une soirée dansante)	
21h	Coucher	Coucher	Coucher	Coucher	

Les moments d'une journée signalés par ce fond

présent. Ces moments sont donc à la charge de l'enseignant ou de son accompagnateur.

Pour les activités à encadrer par l'enseignant ou son accompagnateur, nous pourrons vous faire des propositions d'animation de proximité et vous aider dans la préparation de leur contenu.

Cependant, si vous le souhaitez nous pouvons assurer une prestation supplémentaire d'animation pour l'encadrement de cette demi classe.

indiquent que l'animateur d'activités du Centre n'est pas

