

**COLLEGE LES SABLONS BUZANÇAIS (INDRE)**  
**SEJOUR SKI DU 28 JANVIER AU 2 FEVRIER**  
**MORZINE 2024**



**Merci à nos mécènes de nous avoir soutenus, d'avoir cru une fois de plus en notre projet, et d'avoir participé financièrement à sa réalisation !**



**INTERMARCHÉ BUZANÇAIS**



**ATELIER ROCHOUX VILLEDIEU SUR INDRE**



**GARAGE JUPILLAT BUZANÇAIS**



**BEIRENS BUZANÇAIS**

# JOURNAL DE BORD !

**Dimanche 28 janvier 2024**

Bonjour !

Il est 7h45, nous partons ! Au revoir chers parents !

Tous les élèves sont présents, les bagages sont chargés.

Le soleil se lève, en prenant son temps. Direction Morzine !

À 10h, nous faisons une première pause. Tout va bien !

Pause repas à 12h30. Pique-nique, nous prenons l'air !

Nous repartons à 13h30. Petit à petit nous arrivons vers les montagnes.

17h : nous y sommes !! Arrivée aux Gets. Et petite surprise : descente de luge 4 saisons. Émotions garanties !!! Les élèves descendent en binôme sur 1km100, à près de 40 km/h ! Excellent !

Nous repartons pour aller vers Morzine. Nous arrivons au chalet Les eaux vives. Installation dans les chambres. Puis, nous essayons les chaussures de ski pour voir si tout va bien.

19h45 : nous allons au réfectoire. Dîner ! Soupe de légume, lasagnes et salade verte, tarte aux pommes. Ça va mieux !!

Nous remontons dans les chambres : douche, temps calme.

22h : extinction des feux. Vivement demain...

Tous les élèves vont bien, nous vous donnerons des nouvelles de nos premières descentes. Bonne nuit...



## **Lundi 29 janvier 2024**

Bonjour ! Ça y est, premier jour de ski !

Après s'être levés aux aurores, petit déjeuner 7h30. Les élèves ont l'air fatigué. Et ce n'est que le premier jour ! Pas de souci, les premières descentes vont les mettre en condition.

Suite au petit déjeuner, nous allons nous équiper. Il est 8h45 lorsque nous prenons la navette. Nous arrivons en bas des pistes. Les élèves sont quelque peu impressionnés.

Nous avons mis en place des groupes. Nous les répartissons. Et c'est parti pour les premières descentes, pour les premières sensations ! Ce n'est qu'une mise en jambe, puisque ce matin, nous restons sur les pistes pendant 1h30. Nous avons un créneau de 2h30 cet après-midi ! Néanmoins, cela nous permet d'évaluer le niveau des élèves, ce qui nous donnera l'opportunité affiner les groupes de besoins. Tous les élèves sont attentifs aux consignes, et leurs sourires montrent qu'ils sont contents d'évoluer dans cet environnement !

Fin de matinée. Nous repartons au chalet. À table ! Au menu : taboulé, poulet et ratatouille, fromage, fruits.

Puis temps calme. Nous avons rendez-vous à 13h40 pour nous équiper. Nous repartons sur les pistes, il fait un soleil extraordinaire ! On dirait le sud :-)

Nous refaisons les groupes de la matinée, et nous partons pour 2h30 de ski. Les élèves ont déjà beaucoup progressé, certains prennent confiance, ils sont vraiment heureux. Les plus à l'aise dévalent déjà des pistes bleues avec certaines parties bien pentues ! Deux groupes ont profité des cours des moniteurs ESF. Quelle chance !

Il est 17h. Les jambes sont lourdes... Nous redescendons pour aller stocker nos skis. Et prendre la navette pour aller au chalet.

Nous sommes de retour à notre pied à terre. Au programme, douche ! Pour être à table à 19h. Repas : soupe de légumes; omelette de pommes de terre et salade; Paris-Brest.

Suite au repas, les élèves remontent dans leur chambre. À 20h, ils peuvent se retrouver au niveau de la salle de jeux. Baby foot et tennis de table ! Il y a du challenge !!

À 21h30, il est temps de monter dans les chambres. Retour au calme, puis extinction des feux à 22h. À demain...



## **Mardi 30 janvier 2024**

Bonjour !

7h15, tout le monde debout !! Les élèves sont fatigués... La première journée de ski a laissé des traces. Mais tout va bien ! Petit déjeuner, allez, on prend des forces !

Puis nous nous préparons et nous allons nous équiper. 8h30, la navette est là. Direction les pistes !!

Les élèves ont déjà fait des progrès remarquables. Ils sont quasiment tous capables d'être autonomes, à leur rythme bien entendu, et sur des pentes adaptées. Nous apprenons à freiner, nous arrêter. À tourner, à gérer la vitesse,... La météo est bonne, les pistes sont enneigées et bien préparées. Impeccable !!

La matinée se termine déjà. Nous prenons la navette à 11h20 et remontons au chalet. Nous avons une petite pause. Puis nous allons prendre le repas : salade tomates maïs, haricots verts et steak haché, fromage, fruits.

Il est 13h. Nous avons un peu de répit avant de repartir vers les pistes. La navette passera nous chercher à 13h40. Nous conseillons aux élèves de prendre le temps de se reposer... Ils en ont besoin !

Il est 13h40 lorsque nous repartons vers les pistes.

Cet après-midi est très important. Car il nous permet de réaménager les groupes, d'adapter ce que nous proposons, et de constater les progrès de nos collégiens ! Nous sommes très satisfaits, ils ont déjà beaucoup appris ! Certes, il y a encore des chutes, mais cela fait partie de l'apprentissage. Tous les groupes ont pris le télésiège, et tous les élèves, même les plus néophytes, commencent à dévaler des pentes conséquentes. Quel bonheur ! Le tout dans une très bonne ambiance. Les élèves sont à l'écoute, ont envie de progresser, respectent les consignes.

2 élèves n'ont pas skié aujourd'hui parce que leur état de santé ne leur permettait pas. Ils sont restés au repos, surveillés et accompagnés par un enseignant. Cela leur a permis de se requinquer; demain, ça devrait aller !

2h30 de ski l'après-midi laissent des traces. Les élèves sont fatigués. Il est 17 heures, nous stockons nos skis. Nous goûtons au pied des pistes. Et nous allons prendre la navette, rentrer au chalet, et nous reposer un peu avant d'assister à une conférence sur la montagne !

Nous apprenons beaucoup de choses sur la sécurité en ski, sur l'écologie, les avalanches,... C'est très intéressant. Les élèves sont attentifs et posent des questions.

Puis place au repas. Ce qui nous attend est typique : la fondue ! Quel régal ! Accompagnée de salade; avec une glace au dessert. Ça va beaucoup mieux !

Il est temps de remonter dans les chambres pour prendre une douche. Ensuite, durant 30 à 45 minutes, la salle de jeu est accessible : tennis de table, baby foot. Après ce temps bien sympathique, il est 21h45. Il faut aller se coucher...

Sauf qu'à 22h45, l'alarme incendie vient perturber notre quiétude ! Pas de souci. Rien à signaler. Il faut se rendormir. Il faut reprendre des forces.

Bonne nuit !



## **Mercredi 31 janvier 2024**

Bonjour.

Le jour va bientôt se lever sur le chalet. Il est 7h, nous n'allons pas tarder à nous lever. Le petit déjeuner nous attend, puis une belle journée de ski !

Mais avant tout, petite chanson pour Mr Bernard qui fête ses 27 ans. Oui, oui.

Même si nous sommes très pressés par le temps, la matinée s'est très bien déroulée.

Les progrès continuent. Les élèves ont encore de l'énergie. Nous les trouvons très sérieux et attentifs. Super ! Certains skiaient difficilement en début de semaine, et ils sont déjà capables de s'arrêter en dérapant, et de virer skis parallèles !

Le créneau du matin est court; nous devons prendre la navette à 11h20. Nous rentrons au chalet. À table ! Au menu : friand au fromage, petits pois et dinde en sauce, fromage, fruits. Au dessert, le bon anniversaire est chanté par les élèves à Mr Bernard; ambiance ! Nous terminons le repas. Petite pause jusqu'à 13h40.

C'est l'heure, la navette est arrivée. C'est reparti !

L'après-midi se passe très bien. Les élèves sont toujours aussi studieux, même si les jambes sont plus lourdes. Sur les pistes, le temps est exceptionnel. La neige fond, mais reste tout à fait praticable. Nous sommes privilégiés ! Il est 17h. Nous redescendons à Morzine par le télécabine. Puis nous goûtons. Nous avons beaucoup de chance puisque nous assistons à quelques descentes de haut niveau car les championnats du monde juniors se déroulent actuellement à Morzine. Impressionnant !!

Nous rentrons au chalet. Rendez-vous à 19h pour le repas !

À table ! Soupe de légumes; semoule et boulettes de viande sauce tomate; fromage; éclair au chocolat.

Il est 20h. Il faut aller se préparer pour la boum ! Ça va bouger sur la piste de danse, presque autant que sur la piste de ski !!

Et c'est le cas !! Les élèves ne sont pas vraiment fatigués en fait ! C'est la fête ! Ils dansent, peuvent manger quelques bonbons, boire du sirop de menthe ou de grenadine. C'est extra !

À 22h45, c'est terminé. Il faut aller se reposer. Les élèves ont profité d'un moment très sympathique.

Bonne nuit...



## Jeudi 1er février 2024

Bonjour ! Il est 7h15.

Réveil plus difficile ce matin. C'est normal, la fatigue s'accumule. Un bon petit déjeuner, et ça repart ! Ce matin, nous serons sur les pistes. Cet après-midi, c'est une randonnée en raquette qui est prévue. Cela permettra de découvrir la montagne autrement !

Nous partons à l'heure. Direction Morzine. La météo est moins ensoleillée. Mais il fait doux. Nous arrivons au télécabine, il y a beaucoup de monde. Patience ! Ce matin, le créneau sera court. 1h30. Nous allons peaufiner les apprentissages en prenant en compte l'état de fatigue des élèves. Nous allons en profiter, il ne reste que deux jours ! Sur les pistes, les élèves ont réellement appris. Par exemple, lors de situations délicates, ils parviennent à bien réagir et à se remettre en selle rapidement en toute autonomie. Les acquisitions sont là ! Pendant que nous skions, nous commençons à voir le ciel noircir... Nous espérons que nous n'aurons pas la pluie cet après-midi, croisons les doigts.

Fin de matinée. La navette nous attend. Il est 11h20. Nous rentrons au chalet.

Pour le repas : macédoine de légumes, chili con carne, fromage, fruits.

Nous repartons à 13h45 pour prendre la navette. Nous allons à Morzine mais cette fois-ci, sans chaussures de ski ! Cela fait du bien car elles ne sont pas agréables à porter tous les jours. Nous avons rendez-vous devant les bureaux de l'ESF. 3 moniteurs vont prendre en charge les élèves, en 3 groupes, pour une sortie randonnée en raquettes dans la montagne !

Les élèves se sont régalés. Entre l'exercice de recherche de balise (comme en cas d'avalanche), les batailles de boules de neige, les toboggans naturels, et les informations données par le moniteur, c'était vraiment ludique et instructif !

Nous rentrons au chalet à 17h. Place à la douche !

Nous allons ensuite manger : repas typique ! Tartiflette ! Elle est excellente, accompagnée de salade. Au dessert, liégeois chocolat.

Suite au repas, nous remontons dans les chambres, il faut commencer à préparer les valises et à ranger les chambres. Les élèves peuvent ensuite accéder à la salle de jeux jusqu'à 21h15. Puis, il faut aller dormir ! C'est important de se reposer car demain, il y a les tests de ski... Oursons, flocons, étoiles; quelle récompense ?

Bonne nuit...



## Vendredi 2 février 2024

Bonjour ! Il est 7h !

C'est le dernier jour... Nous devons ranger les chambres. Défaire les draps.

Puis petit déjeuner. Et équipement !

Nous sommes rodés. Ce matin, nous allons passer les tests avec les moniteurs de l'ESF... Nous prenons la navette, et nous arrivons sur les pistes. Il fait un temps magnifique. L'environnement est sublime. Les premiers élèves sont déjà avec les moniteurs de l'ESF pour passer leur test, les autres élèves sont avec nous et dans trois quarts d'heure (à 10h), il y aura une rotation.

Nous nous rassemblons à 10h45. C'est la remise des distinctions ! Flocon pour certains, étoiles pour d'autres,... L'important reste que tous les élèves ont progressé et ont pu vivre une semaine sportive authentique, en ski. BRAVO À TOUS ! Nous rentrons au chalet. Il est midi. Nous rangeons les skis, les chaussures, les casques,...

Nous allons manger à midi : betteraves râpées; pâtes à la bolognaise; fruits.

Puis rangement des chambres, des valises; douche ! Et direction Morzine pour une après-midi quartier libre !

Les élèves sont séparés par un groupe, ils doivent se déplacer dans un périmètre bien délimité. Ils ont le temps d'aller de magasins en magasins pour acheter des cadeaux à leurs proches. Souvenirs souvenirs ! Nous leur faisons une surprise, et nous leur offrons une crêpe à chacun ! Les élèves sont gâtés !

15h45, il est temps de quitter Morzine. Nous retournons au chalet, et nous chargeons le bus. Au revoir Les Eaux Vives. Au revoir Morzine.

Il est 16h45. C'est parti; Buzançais, nous revenons...

Nous allons d'abord faire une pause aux Gets. Il nous faut récupérer la commande de fromages !

Il est 19h15. Pause repas sur une aire d'autoroute. Pique-nique préparé par le centre qui nous a accueillis : chips, sandwich jambon crudités, compote de fruit.

Il est 20h lorsque nous repartons. Morzine s'éloigne vraiment...

Nous faisons une nouvelle pause à 23h. Nous sommes sur l'aire de l'Allier. Nous arriverons à Buzançais à l'heure prévue. À 1h30.

Le séjour 2024 touche à sa fin...



## **LE BILAN !**

Morzine 2024, l'heure est au bilan.

Le séjour 2024 s'est bien déroulé. Nous avons accompagné 48 élèves de 5ème sur une semaine de vie à la montagne. Les différentes activités prévues ont été menées : ski alpin, randonnée raquette, conférence sur la montagne, quartier-libre à Morzine, boum !

Le groupe a su vivre ensemble, respecter les consignes et se montrer attentif lors des séances de ski. Cela est remarquable car la semaine est éprouvante et ce n'est pas évident de rester concentré, la fatigue étant de la partie ! Certains ont été malades, mais nous avons pu gérer cela sans souci. Ces cas ont été à la marge et ont pu malgré tout profiter du séjour. Aucun élève ne s'est blessé, ce qui reste pour nous une satisfaction et un soulagement !

Nous avons eu une météo douce, parfois printanière. Heureusement que le domaine skiable avait été bien préparé avec comme base la neige tombée en décembre et en janvier. Nous avons pu skier et mener les apprentissages permettant d'aller vers les acquisitions visées. Tous les élèves ont progressé. Chacun selon leurs possibilités. Pour cela, ils ont dû s'investir et se dépasser, comprendre les principes d'une glisse maîtrisée, et prendre des risques en toute sécurité. Ils ont grandi ! Car cela a demandé parfois une certaine autonomie de leur part (s'équiper, être à l'heure, prendre en compte les autres skieurs, avoir le courage de se lancer, se relever malgré les chutes, rechausser et repartir...).

Ils ont pu profiter de cours collectifs avec des moniteurs de l'ESF, et avec leurs enseignants. Ils auront skié sur 8 demi-journées. Une nouvelle organisation de l'ESF nous a obligés à skier 1h30 le matin, 2h30 l'après-midi. 1h30, c'est relativement court. 2h30 l'après-midi, c'est long pour certains élèves !

Néanmoins, nous avons su nous adapter et faire en sorte que cela fonctionne. Nous aurions quand même préféré un format de 2h sur la demi-journée, comme c'était le cas avant.

Au quotidien, les élèves ont vécu avec les autres, en étant contraints de faire des efforts pour que chacun puisse avoir sa place. Ils ont été amenés à gérer le rangement de leurs affaires, le bon déroulement de leurs repas (mettre la table, servir les autres et se servir, ranger puis nettoyer la table)... Ils ont été amenés à échanger avec des adultes (professeurs, responsables du chalet, moniteurs, professeurs de l'autre groupe,...) en devant se montrer polis et respectueux. Ils se sont soutenus dans la difficulté et ont accepté les différences de niveau en prenant conscience que chacun évolue différemment et percevoir les expériences humaines et sportives d'un œil singulier.

Nous avons très bien mangé, en qualité et en quantité. Le seul bémol est que nous étions très nombreux dans le réfectoire, puisqu'un groupe scolaire (lycéens) logeait également dans le chalet cette semaine. Il y avait donc du bruit, et ce n'était pas occasionné par les sablonnais. Cela a pu déranger les élèves. Nous avons des chambres spacieuses et suffisamment confortables.

Nous remercions les parents de la confiance qu'ils nous ont témoignée. Merci également à Mr Blonsard, chef d'établissement, de nous avoir soutenus pour mener ce projet. Merci aussi à Mme Pawelzyk qui a troqué durant une semaine sa blouse de professeur de sciences pour le survêtement du professeur d'EPS, ou plutôt pour la combinaison ! Nous tenons aussi à remercier nos partenaires, qui nous ont apporté de l'aide pour que le prix du séjour soit revu à la baisse : BEIRENS, INTERMARCHÉ, JUPILLAT, ROCHOUX. Enfin, merci aux responsables du chalet Les eaux vives car ils ont fait en sorte que nous puissions être au mieux pour passer une belle semaine.

**Le séjour 2024 s'achève. Rendez-vous en 2025 !**

**L'équipe EPS.**