

<http://clg-les-sablons-buzancais.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/spip.php?article1971>



# **J4 - Mercredi 05 février.**

- 6 .Matières - Education Physique et Sportive - Projet APPN : Séjours ski alpin en 5ème - CHÂTEL. SEJOUR 2025 -



Date de mise en ligne : mercredi 5 février 2025

---

**Copyright © Collège Les Sablons - Tous droits réservés**

---

LIEN VERS LE PADLET POUR SUIVRE LE SEJOUR EN IMAGES !

[bouton\_couleur2][CLIC ICI!](#)[/bouton\_couleur2]

Bonjour ! Allez, c'est devenu une routine. Réveil à 7h, petit déjeuner. Ce matin, pas de ski ! Les élèves partent pour une randonnée raquettes. Les jambes sont lourdes... Mais ils ont hâte de découvrir la montagne avec les moniteurs de l'ESF. 3 groupes ont été constitués pour l'occasion.

La randonnée se passe bien ! Nombreux sont les élèves qui sont curieux, et posent des questions. Les moniteurs expliquent les secrets de la montagne... Ils montrent différentes traces d'animaux dans la neige, et détaillent de nombreux éléments sur de cet environnement montagnard. Ils proposent également des séquences ludiques, avec activités toboggan et planté de bâton ! Les élèves sentent les cuisses qui chauffent, ils s'accrochent, et vont jusqu'au bout ! La randonnée terminée, nous prenons la navette pour rentrer au chalet.

Pour le repas, salade composée, cordon bleu / brocolis, fromage, pomme.

Il est temps de se calmer... De se reposer... Mais là, plus personne n'est fatigué ! Nous demandons à certaines chambres de ranger car sincèrement, c'est un champ de bataille quand on y rentre !

Allez, on repart pour le ski ! Nous avons modifié les groupes au regard des progrès de tous et de chacun. Il est temps pour certains d'aller se tester sur des pistes vertes, et même des pistes bleues ! Les élèves persévèrent et les descentes sont de plus en plus fluides et réalisées sans chutes ! Quoique, la fatigue se fait sentir et les pertes d'équilibre réapparaissent en fin de session. C'est normal.

Grâce à des pentes plus prononcées, les élèves sont obligés de se concentrer pour réaliser et ressentir toutes les actions nécessaires à des virages réussis. C'est super !

Il est 17h. Nous prenons la navette, nous rentrons. À la douche !

Pour le repas : soupe de légumes, crozets / paupiettes en sauce, île flottante.

Puis, temps libre avec notamment du baby foot et du tennis de table. À 21h, les élèves vont dans leur chambre et attention : questionnaire ! Que les meilleurs gagnent ! Il va falloir montrer que tout ce qui a été appris depuis lundi a bien été assimilé. Les élèves réfléchissent ensemble...

Il est 22h. Il est temps de dormir. Les enseignants corrigent les questionnaires. Les résultats sont assez bons dans l'ensemble... Vous connaîtrez les lauréats ou lauréates très bientôt... En attendant, bonne nuit !