MODULE : SKI DE FOND
Volet 1

CAPSULES THÉORIQUES

Objectif pédagogique :
Amener les élèves à découvrir le ski de fond comme activité physique, moyen de déplacement et héritage culturel. Les élèves exploreront les origines du ski de fond, son évolution vers un sport moderne et son importance dans l'histoire des peuples nordiques et du Canada.

SÉANCE A– INTRODUCTION

Cette séance permet aux élèves de faire leurs premiers pas dans l'univers du ski de fond. À travers une discussion, une présentation interactive et des questions de réflexion, ils découvrent que le ski de fond est bien plus qu'un simple sport d'hiver.

Les réponses aux questions peuvent être consignées dans un journal de réflexion ou discutées en groupe.

Partie A – Le ski de fond : bien plus qu'un sport

1. Présenter aux élèves le diaporama Le ski de fond : bien plus qu'un sport.
2. Animer une discussion à partir des questions suivantes :

• Pourquoi les humains ont-ils eu besoin d'inventer les skis?
• Quels défis les populations nordiques devaient-elles surmonter en hiver?
• Pourquoi le ski était-il d'abord un outil de survie?

Points importants à faire ressortir :

• Le ski existe depuis plus de 5 000 ans.
• Les premiers skis ont été utilisés en Scandinavie et en Russie.
• Le ski permettait de chasser, transporter du matériel et se déplacer dans la neige profonde.

• Les skis répartissaient le poids du corps afin d'éviter de s'enfoncer dans la neige.

1. Présenter les diapositives sur l'évolution du ski.

Faire remarquer que :

• Au XIX^{e} siècle, les premières courses et les premiers clubs apparaissent.
• Le ski de fond arrive au Canada à la fin des années 1800.
• En 1924, le ski de fond devient un sport olympique.
• Le ski passe progressivement de la survie au loisir, puis à la performance sportive.

1. Présenter la section sur la Traversée de Charlevoix.

Discussion suggérée :

• Pourquoi cette activité ressemble-t-elle davantage aux origines du ski de fond qu'à une compétition sportive?
• Quelles qualités faut-il posséder pour réaliser une telle traversée?

Faire ressortir :

• l'autonomie;
• la gestion de l'effort;
• le travail d'équipe;
• l'adaptation aux conditions hivernales.

Partie B – Découverte du ski de fond moderne

Présenter ensuite le diaporama ***Le ski de fond***.

Inviter les élèves à découvrir :

• les différents types de skis;
• les bottes, fixations et bâtons;
• les principales parties de l'équipement;
• les techniques de base du ski classique;
• les différences entre le ski classique et le ski de patin.

Questions de réflexion :

• Quelle partie de l'équipement te semble la plus importante? Pourquoi?
• Quelle technique te paraît la plus difficile à maîtriser?
• Quels liens vois-tu entre le ski de fond moderne et ses origines historiques?

Partie C – Réflexion personnelle

Demander aux élèves de répondre à la question suivante :

« Selon toi, pourquoi le ski de fond est-il encore pertinent aujourd'hui? »

Les élèves peuvent rédiger quelques phrases dans leur carnet d'exploration ou participer à une discussion en groupe.

Outils pour l'enseignement

Matériel requis	• Présentation Le ski de fond : bien plus qu'un sport • Présentation Le ski de fond • Ordinateur et projecteur • Carnet d'exploration ou journal de réflexion
Ressources pédagogiques	• Présentation Le ski de fond : bien plus qu'un sport • Présentation Le ski de fond • Site de la Traversée de Charlevoix
Évaluation formative	• Participation aux discussions • Réponses aux questions de réflexion • Capacité à faire des liens entre l'histoire du ski et sa pratique actuelle

Attentes et contenus visés :

PPL3O / PPL4O : A1.1, A1.2, A1.3, B1.1, B1.2, C1.1

MODULE PLEIN AIR

CAVLFO
Consortium d'apprentissage virtuel de langue française de l'Ontario