



## Randonnée pédestre en montagne

**A**u cours d'une belle randonnée encadrée par des accompagnateurs diplômés d'un brevet d'état en moyenne montagne, le groupe découvre l'endurance de la marche en montagne tout en s'émerveillant devant la nature. L'occasion de partager une activité complète qui allie sport et découverte de la faune et flore locale .

Le parcours s'effectue en étapes pour prendre le temps d'aborder les thèmes sélectionnés par les enseignants et mesurer l'intensité de l'effort physique :

- **La faune** : Savoir reconnaître la faune sauvage : faune de forêt ou faune de montagne. Vie et mœurs de la faune sauvage. Rechercher des indices de présence. Mode de vie et écosystème.

- **L'eau** : Partir à la découverte des ruisseaux, des lacs de montagne, des cascades, est un moyen pour comprendre le cycle de l'eau, son origine et ainsi toute son importance !

- **L'alpage** : Qu'est-ce qu'un alpage ? Qu'est-ce qui guide la montée en alpage ? Comment vit-on en alpage ? Qui monte en alpage et pour quelles raisons ? L'agriculture de montagne, les troupeaux, la fabrication du fromage.

- **La géologie** Comment se forment nos montagnes ? Qu'est-ce que l'érosion et la sédimentation ?

- **Le milieu forestier** Quels types d'arbres en forêt ? Résineux ou feuillus ? En quoi est-il utile pour l'homme ?

Cette promenade interactive propose des moments d'écoute et d'observation (à l'œil nu et à l'aide de jumelles), des instants de créativité pour élaborer des croquis afin d'immortaliser le paysage, des temps pour apprivoiser la faune locale et une adaptation aux lieux de marche (forêt, roche,

## OBJECTIFS DE LA SÉANCE

- Découvrir la faune et la flore des Pyrénées
- Sensibiliser à l'environnement et à l'impact de l'homme sur la nature
- Retracer le cycle de l'eau et comprendre l'importance des saisons
- Découvrir l'importance de l'écosystème en montagne
- Apprendre à gérer ses efforts pour marcher en montagne



1 Accompagnateur  
Moyenne Montagne  
+ 1 enseignant pour  
24 élèves



Au départ du centre  
ou site à définir en  
amont



1/2 journée ou une  
journée

## Compétences

- ◆ Se situer dans l'environnement et maîtriser les notions d'échelles
- ◆ Nommer et localiser un lieu dans un espace géographique
- ◆ Adapter sa motricité à des situations variées
- ◆ Assurer sa sécurité et celle d'autrui dans des situations variées
- ◆ Comprendre et respecter l'environnement des pratiques physique et sportives

Cycle 3

