





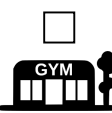

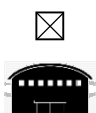





Contexte	Public visé				Type d'activité privilégiée au regard des besoins des élèves					
	<input checked="" type="checkbox"/>  Cycle 3	<input checked="" type="checkbox"/>  Cycle 4	<input checked="" type="checkbox"/>  Lycée		Fonctionnelle (coordination, agilité, souplesse) 		Physiologique (cardio, dépense énergétique) 		Psycho-sociale (socialisation, détente) 	
	Lieu(x) de pratique				Effectif			Intervention		
	<input type="checkbox"/>  Salle de sport	<input checked="" type="checkbox"/>  Stade	<input checked="" type="checkbox"/>  Gymnase	<input checked="" type="checkbox"/>  Cour / Extérieur	Groupe de 10 à 15 Élèves <i>Effectif lié à la proposition du collègue dans le respect des normes sanitaires en vigueur</i>			<input checked="" type="checkbox"/> Présentiel <i>Activité à réaliser en cours d'EPS</i> <input type="checkbox"/> Distanciel <i>Activité pouvant être réalisée à la maison</i> <input type="checkbox"/> Hybride <i>Activité pouvant être réalisée dans les deux contextes voire simultanément</i>		
Objectifs	Pour le collège					Pour le lycée				
	Objectifs Généraux (en lien avec les domaines du socle) priorisés					Objectifs Généraux priorisés				
	Développer sa motricité	S'approprier méthodes et outils	Partager règles, rôles, responsabilité	Entretenir sa santé	S'approprier une culture	Développer sa motricité	Se préparer, s'entraîner	Exercer sa responsabilité	Construire sa santé	Accéder au patrimoine culturel
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Attendus de Fin de Cycle (AFC) de Fin de Lycée (AFL) ou de Fin de Lycée Professionnel (AFLP) ciblés										
La proposition s'inscrit dans un objectif de reprise tout en permettant de travailler sur les AFC et AFL affiliées à l'activité Escalade. Il permet une pratique scolaire qui amène à une re-sportivisation progressive et une activité réflexive sur sa pratique. Cette proposition peut se décliner à tout niveau de la scolarité.										
Cycle 3 :										
<ul style="list-style-type: none"> AFC 1 Réaliser seul ou à plusieurs un parcours dans plusieurs environnements inhabituels en milieu naturel aménagé ou artificiel. D 5 : Situer et se situer dans l'espace. D3 : la formation de la personne et du citoyen : faire preuve de réflexion et de discernement. 										
Cycle 4 :										
<ul style="list-style-type: none"> AFC 1 Réaliser seul ou à plusieurs un parcours dans plusieurs environnements inhabituels en milieu naturel aménagé ou artificiel AFC 4 Respecter et faire respecter les règles de sécurité. D 5 : Situer et se situer dans l'espace. D3 : la formation de la personne et du citoyen : Faire preuve de responsabilité, respecter les règles de vie collective, s'engager et prendre des initiatives. 										
Cycle 3 et cycle 4 : D2 : s'approprier par la pratique des méthodes et outils pour apprendre.										
Lycée :										
<ul style="list-style-type: none"> AFL1 lecture/analyse du milieu AFL2 : S'entraîner AFL 3 : Coopérer pour maîtriser (travail en partenariat) et accepter les conditions de fonctionnement AFL prioritaires sélectionnés : Répéter et persévérer pour améliorer l'efficacité de ses actions/ S'entraîner pour donner confiance/ (...) utiliser les principes mécaniques d'une motricité efficace/ Choisir, mettre en œuvre et réguler un projet de déplacement 										
Recommandations liées au contexte sanitaire	Préconisations d'ordre général				Organisation humaine et matérielle				Temporalité	
	<ul style="list-style-type: none"> * Les élèves viennent en tenue de sport dès le matin et leur bouteille d'eau, leurs sacs sont posés dans un espace matérialisé * L'accès aux vestiaires et aux douches est neutralisé * Une désinfection des mains sera réalisée avec du gel hydroalcoolique en début de leçon, puis <u>avant et après chaque tentative</u>. * L'engagement restera modéré et contrôlé * Une vigilance permanente sera portée aux temps de regroupement (distanciation physique) * Aucun échange de matériel entre les élèves ne devra être réalisé tout au long de la leçon * Port du masque pendant la leçon 				<p>1 à 2 professeurs</p> <p>Utilisation des bas de voies, salle de blocs, blocs naturels bas sans besoin de parade. Les blocs choisis, ou ouverts, doivent apporter une variété de mouvements et de postures.</p> <p>Les différentes zones sont constituées de blocs de difficultés différentes.</p> <p>Elèves en binôme mais 5 m de séparation</p> <p>5 à 7 zones d'évolutions respectant les distanciations recommandées.</p> <p>Matériel : Plots, rubalise pour matérialiser les différentes zones, magnésie liquide recommandée Ruban adhésif sur les prises pour créer des blocs à partir de prises de plusieurs couleurs.</p> <p>Carte topographique pour préciser les lieux, les difficultés, les secteurs autorisés et les diverses zones.</p>				<p>Jusqu'à 90</p> <p>Minutes</p>	
								<p>1 à 12 leçons</p> <p>Leçon(s)</p>		



Forme de Pratique Scolaire (FPS) proposée	Rôles mobilisés et acquisitions prioritaires visées		
	Grimpeur et Grimpeur stratège	Coach/Conseillé	Rôle 3
	<p>- apprendre à lire une voie et à planifier mentalement son trajet avant de s'engager</p> <p>- rechercher par différentes méthodes et mouvements de nouveaux équilibres dans la voie.</p> <p>- prendre en compte les retours et observations pour faire évoluer sa pratique et chercher de nouvelles solutions.</p>	<p>- grâce à des critères identifiés et ciblés par le professeur (placement de pieds, position du bassin, amplitude, prises de mains, position du regard...).</p> <p>- Aider à l'analyse d'un passage clé lors de la lecture de voie et donner des retours pendant la pratique à son partenaire afin de faire évoluer et enrichir son bagage technique par l'exploration de nouvelles postures.</p> <p>- Valider le bloc en fonction des critères retenus (ex : lorsque la prise de fin est tenue 2 à 3 secondes et que le corps est stabilisé).</p>	
	<p>Notions abordées : Utilisation de gestuelles et postures variées (changement, croisés...) pour s'équilibrer et progresser, favoriser simultanément les appuis et les préhensions pour permettre une réorganisation et aboutir à une équilibration. Attitude visée : se montrer réflexif, chercher à plusieurs des méthodes de réalisation, accepter la collaboration pour progresser.</p> <p>Objectifs :</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Réaliser les blocs (en traversée et de hauteur limitée ne nécessitant pas de parade) en adaptant sa motricité en fonction de la voie pour atteindre le sommet (toper) en un minimum d'essais. ▪ Accepter de mettre son corps en jeu pour trouver de nouvelles formes de déplacement ▪ Travailler collectivement sur la lecture de blocs, préalable à toute tentative pour favoriser la réussite. ▪ Comprendre que la progression ne passe que par la réorganisation de l'équilibration, principalement à partir des appuis <p>Comprendre que la prise en compte du travail collectif (les retours du coach/conseillé et l'observation) permet de progresser en comparant les méthodes. Réaliser un bloc en variant les postures en cas d'échec ou aller observer un élève qui le réussit. Jouer sur les modalités de tentative (un essai après lecture ou un essai après l'observation d'un camarade et confrontation des méthodes)</p> <p>Consignes : La hauteur limite à atteindre est fonction du contexte scolaire. La difficulté/hauteur des blocs ne doit pas nécessiter de parade. Les exercices et blocs proposés en tiendront compte (par exemple : pas de mouvement déséquilibrant entraînant des chutes dangereuses, peu de hauteur / privilégier les exercices en traversée basse). Les blocs sont référencés en termes de difficultés et chaque zone propose plusieurs blocs de difficultés différentes. Ainsi en cas de réussite sur l'une des difficultés, l'élève tente la difficulté suivante. L'essai-erreur dans les blocs doit amener le coach/observateur à proposer des solutions et des modifications de la motricité. Les échanges verbaux avec d'autres binômes sont à favoriser pour aboutir à une solution efficace, tout en respectant les gestes barrières de distanciation.</p>		
	<p>Aménagements possibles :</p> <ul style="list-style-type: none"> - les blocs tracés doivent favoriser une motricité variée (changement de pieds et/ou mains, prises alignées ou excentrées...) - blocs à escalader et dé-escalader - Travailler la mémorisation en indiquant des blocs constitués de plusieurs couleurs de prises - Créer ses propres blocs au sein d'un binôme 		
Liens utiles, illustrations, annexes			