**Fiche ressource académique**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Domaines du socle | | | Compétences générales EPS :  **Cocher celles qui sont prioritairement travaillées** | |  |
|  | D1 Des langages pour penser et communiquer | | | CG1 Développer sa motricité et apprendre à s’exprimer avec son corps | |  |
|  | D2 Les méthodes et les outils pour apprendre | | | CG2 S’approprier par la pratique physique et sportive des méthodes et outils | |  |
| APSA SUPPORT  **escalade** | D3 La formation de la personne et du citoyen | | | CG3 Partager des règles, assumer des rôles et des responsabilités | |  |
|  | D4 Les systèmes naturels et les systèmes techniques | | | CG4 Apprendre à entretenir sa santé par une activité physique régulière | |  |
|  | D5 Les représentations du monde et de l’activité humaine | | | CG5 S’approprier une culture physique sportive et artistique | |  |
|  |  | CHOIX PEDAGOGIQUES | | | EVALUATION DE FIN DE CYCLE | |
|  | « Ce qu’il y a à apprendre » /  Enjeux d’apprentissage | Exemple de mises en œuvre /  choix de stratégies | |
| ATTENDUS DE FIN DE CYCLE  Réaliser seul ou à plusieurs un parcours dans plusieurs environnements inhabituels, en milieu naturel aménagé ou artificiel.  CG1  D1 | ROLE(S)  LE GRIMPEUR | **SE DEPLACER AVEC UNE MOTRICITÉ SPÉCIFIQUE POUR S’ÉCONOMISER :**  \*Prendre des informations en s'écartant du mur (en tendant les bras) pour choisir des prises de pieds et de mains.  \*Favoriser la propulsion par les membres inférieurs pour économiser les membres supérieurs et leurs tractions.  \*Pointer : utiliser l’avant du pied + poser le pied précisément sur la prise.  \*Pousser le plus possible sur les membres inférieurs avant de déplacer les mains.  \* S’équilibrer en déplaçant son centre de gravité en fonction des appuis.  \* S’équilibrer en utilisant deux appuis de pieds solides pour déplacer les mains.  \*Enrichir son répertoire gestuel (changement et croisement de mains, de pieds).  **PRENDRE UN RISQUE CALCULÉ POUR CONSTRUIRE UN PROJET DE DÉPLACEMENT ADAPTÉ À SES RESSOURCES :**  \*Repérer les prises à utiliser en priorité et celles à éviter pour jalonner son parcours.  \*Comprendre et connaitre l’échelle de cotation pour lire un topo.  \*Connaitre la difficulté des voies réalisées.  \*Accepter de se confronter à la difficulté pour progresser.  \*Maitriser ses émotions.  \*Faire des choix au regard de ses ressources.  **RESPECTER L’ENVIRONNEMENT :**  \*Laisser la SAE (Structure Artificielle d’Escalade) dans son état initial (visser une prise qui tourne, nettoyer les prises, utiliser des chaussures propres…)  \*Respecter les autres usagers (rester calme, se côtoyer sans se gêner en partageant l’espace). | **SE DEPLACER AVEC UNE MOTRICITÉ SPÉCIFIQUE POUR S’ÉCONOMISER :**  \*Varier les types de voies : inclinaison de voies, densité de prises, orientation des prises, taille de prises (grosses prises notamment lorsque les élèves utilisent des baskets).  \*Associer un mot à un mouvement : Regarder, Pointer ; Pousser, S’Equilibrer (RPPE).  \*Enchaîner autant de fois que possible RPPE et intégrer ensuite le mot « main » lorsque l’élève déplace ses mains.  **PRENDRE UN RISQUE CALCULÉ POUR CONSTRUIRE UN PROJET DE DÉPLACEMENT ADAPTÉ À SES RESSOURCES :**  \*Varier la hauteur : travailler en bloc puis progressivement en hauteur.  \*Chercher à augmenter la difficulté des voies : passer de « toutes les couleurs de prises sont autorisées pour les pieds et les mains » à « toutes les couleurs de prises sont autorisées pour les pieds mais une seule couleur pour les mains » puis « une seule couleur de prises est autorisée pour les pieds et les mains ».  \*Mettre le grimpeur en projet en annonçant au pied de la voie quelques prises à utiliser (pieds et/ou mains)  \*Proposer de grimper avec des prises imposées ou un nombre de prises imposé. | | **Maîtrise insuffisante :**  L’élève est crispé, les bras sont pliés et les jambes tendues. L’élève est collé au mur et la prise d’information sur les prises (de pieds et de mains) est très réduite. L’élève tâtonne. | |
| **Maîtrise fragile :**  L’élève s’écarte plus du mur pour choisir ses prises et utilise davantage ses jambes. La pose de pied est de plus en plus précise. | |
| **Maîtrise satisfaisante :**  L’élève s’écarte du mur pour choisir ses prises et optimise sa poussée de jambe. La pose de pied est précise. | |
| **Très bonne maîtrise :**  Dans une voie différente (inclinaison de voie, difficulté…) : l’élève s’écarte du mur pour choisir ses prises et optimise sa poussée de jambe. La pose de pied est précise. | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ATTENDUS DE FIN DE CYCLE  Connaitre et respecter les règles de sécurité qui s'appliquent à chaque environnement.  CG3  D3 | ROLE(S)  LA CORDEE :    L’ASSUREUR,  LE GRIMPEUR,  LE CONTRE ASSUREUR | **IDENTIFIER ET RESPECTER LES LIMITES DE PRATIQUE (ESPACE ET TEMPS) :**  \*Grimper en bloc dans la limite d’une hauteur imposée.  \*Identifier et respecter les limites d’une voie.  \*Grimper sans utiliser les éléments de protection installés (spit, dégaines…).  **MAITRISER LES PROCEDURES DE SECURITÉ :**  *EN BLOC :*  \*Parer un grimpeur.  \*Se réceptionner activement sur les tapis.  *EN MOULINETTE :*  \*S'équiper.  \*S'encorder (double huit et nœud d’arrêt).  \*Co-vérifier systématiquement la chaine de sécurité.  \*Assurer l'ascension en 5 temps en moulinette (5 temps consécutifs et sans arrêt).  \*Assurer la descente.  \*Assurer proche du mur.  \*Utiliser une communication de sécurité dans la cordée.  \*Rester concentré sur le grimpeur.  \*Contre assurer.  \*Gérer la tension de corde (juste molle) pour ne pas hisser le grimpeur.  **ANTICIPER LES SITUATIONS RISQUÉES :**  \*Les élèves non encordés se déplacent dans une zone protégée : pas de collision possible avec un grimpeur qui chute.  \*Adopter une posture de réaction face aux efforts à contrer (chute en bloc ou en moulinette)  \*Placer et replacer les tapis de protection.  \*Préparer et ranger méthodiquement le matériel.  \*Accepter la chute et la descente.  \*Demander de l’aide en cas d’incertitude.  **UTILISER UN VOCABULAIRE SPECIFIQUE :**  Baudrier, frein, mousqueton à vis, nœud en double huit, nœud d’arrêt, moulinette, bloc, parade, pontet, spit, dégaine. | **IDENTIFIER ET RESPECTER LES LIMITES DE PRATIQUE (ESPACE ET TEMPS) :**  \*Varier la hauteur : travailler en bloc puis progressivement en hauteur.  \*expliquer les risques de blessures en cas d’utilisation des spits.  \*proposer des voies facilement identifiables par des couleurs très contrastées.  \*Interdire de grimper l’un en dessous de l’autre en bloc  **MAITRISER LES PROCEDURES DE SECURITÉ :**  **L’ensemble des procédures de sécurité en moulinette doivent être scrupuleusement respectées et évaluées par l’enseignant QUI EST LE SEUL A AUTORISER une cordée à grimper en moulinette en hauteur. Cette évaluation doit être réalisée dans une situation globale de moulinette et non cloisonnée.**  \*S’entrainer à assurer une moulinette à l’horizontal, puis à la verticale en dessous de la limite autorisée (3 mètres dans le secondaire).  \*Travailler en cordée de 3 (avec contre-assureur).  \*Afficher les procédures de sécurité pour que les élèves s’y réfèrent.  \*Proposer une vidéo qui tourne en boucle rappelant les procédures de sécurité.  \*Proposer des permis d’assurer.  \*Varier la tension de la corde (passer de très tendue à juste molle) ; Installer un « artifice » pour ne pas hisser le grimpeur (nœud magique, chouchou).  **ANTICIPER LES SITUATIONS RISQUÉES :**  \*Faire évoluer les conditions de chute (varier l’altitude de départ, varier la hauteur de chute, prévenir plus ou moins tôt l’assureur de sa chute).  \*Faire verbaliser voire tester les conséquences des postures de l’assureur sur le grimpeur.  \*Responsabiliser les cordées autour de la préparation et du rangement du matériel. | **Maîtrise insuffisante :**  La cordée a besoin d’être assistée pour grimper : les procédures de sécurité ne sont pas maitrisées (ni en bloc ni en moulinette). |
| **Maîtrise fragile :**  La cordée maîtrise les procédures de sécurité en bloc. |
| **Maîtrise satisfaisante :**  La cordée maîtrise les procédures de sécurité en moulinette avec parfois une corde trop tendue. |
| **Très bonne maîtrise :**  La cordée maîtrise les procédures de sécurité en moulinette et en bloc.  L’assureur assure sans gêner le grimpeur (corde juste molle et il se déplace pour que la corde ne touche pas le grimpeur). |
|  |  |  |  |  |
| **Situation d’évaluation/compétence attendue**  **COMPETENCE ATTENDUE :**  Choisir et grimper en moulinette 2 voies dont au moins une proche de son niveau maximum, en prenant des informations, en s’équilibrant et en optimisant sa propulsion ; accepter la chute ; assurer les rôles de grimpeur, assureur et observateur.  **SITUTATION D’EVALUATION** :  Problème posé aux élèves : « Par 2 ou 3 et en moulinette, vous réalisez le plus gros score possible en tentant chacun 2 voies ». Les points attribués à une voie sont fonction de sa difficulté (plus la difficulté est importante, plus le score est important). Seule une voie terminée rapporte des points. | | | | |