ESCALADE

Module Cycle 2

ESCALADE AU CYCLE 2

1. Compétences spécifiques des programmes

- Adapter ses déplacements à différents types d'environnement dans des formes d'actions inhabituelles remettant en cause l'équilibre.

Compétences attendues en fin de cycle 2 :

- Progresser sans assurage ou avec assurage par un adulte (fin de cycle 2).
- Grimper dans toutes les directions sans matériel spécifique puis avec matériel spécifique en parcourant des chemins différents et des difficultés variées pour atteindre un point précis.

2. Les étapes du module d'apprentissage

NB :

- Pour les CP on peut travailler toutes les séances sans matériel.
- Pour les CE1, on peut travailler sans matériel une dizaine de séances puis grimper avec matériel sur les dernières séances. **Dans ce cas, les élèves sont obligatoirement assurés par les adultes agréés**.

Les règles d'or en escalade

- **Ne pas grimper sans tapis au pied du mur**
- **Ne pas grimper sous un autre grimpeur**
- **Ne pas dépasser la ligne matérialisée (de 2m50 à 3 mètres)**
- **Ne pas sauter pour redescendre mais désescalader)**
- **Ne pas passer les doigts dans les anneaux en métal (plaquette fixe)**

Attention : retirer bijoux et montres, attacher les cheveux

Moment collectif de langage, observation du mur :

- **Que voit-on ?** (Des prises vissées de couleurs et de formes différentes, des trous, des cordes, des dégaines, des mousquetons, des volumes, de la hauteur, des chaînes reliées par un anneau et des mousquetons, des parties droites et des parties en dévers …), des voies classées par niveau de difficulté qui sont des chemins que l'on suit pour aller le plus haut possible quand on est assuré.

- **Faire observer quelques prises** (en vrac dans une des caisses du local de rangement)

  ➢ **Leurs formes** : elles offrent de grandes variétés de formes pour des préhensions différentes ; elles ont des tailles très différentes, certaines sont pour les pieds car trop petites pour les mains ; elles sont plates sur une partie pour adhérer au mur ; une partie est creuse pour recevoir une vis.
  ➢ **leurs couleurs** : pour suivre des « chemins » afin d'aller en haut avec une seule couleur ; pour graduer la difficulté des voies.

  ➢ **Les cordes** : coulissent dans un mousqueton relié à un anneau qui passe dans les mailles de deux petites chaînes en haut des voies ; les cordes sont attachées quand personne ne grimpe.

Et on n'oublie pas… avant, pendant et après la séance…

De prendre quelques minutes pour une prise en compte des sensations intérieures et du ressenti :

Avant en classe:

Utiliser la réglette des émotions pour dire :
- Comment je me sens avant d'aller faire l'activité (j'ai peur, très envie, j'adore, je déteste…)
- Si je trouve cela facile ou difficile…

A la fin d'activité

Revenir sur la réglette des émotions pour comparer l'avant/après : maintenant je me sens (comme au début ou différent…)

→ Pour verbaliser le ressenti corporel :

- Est-ce que dans les bras c'est…chaud ? lourd ? Est-ce qu'on a mal quelque part ? On sent des fourmis ? Est-ce c'est comme avant de commencer ? Ou différent…
- Et dans le reste du corps : les mains, les doigts, les jambes, le dos, les pieds…?
- Est-ce que ça étire ? Est-ce que ça fatigue ? comment on se sent dans tout le corps, de la tête aux pieds ?

des mots…

Étonné, surpris, rassuré, content, heureux, amusé, enthousiasmé, émerveillé, confiant, excité, épuisé, stressé, libéré, déconcerté, effrayé, déçu, inquiet, déprimé, contrarié, de mauvaise humeur, angoissé …

<table>
<tr><td>ACTIVITE SUPPORT</td><td colspan="3">ESCALADE</td></tr>
<tr><td rowspan="3">COMPETENCES SPECIFIQUES CIBLEES</td><td>CYCLE 1</td><td colspan="2">Adapter ses équilibres et ses déplacements à des environnements ou des contraintes variés</td></tr>
<tr><td>CYCLE 2</td><td colspan="2">Adapter ses déplacements à des environnements variés</td></tr>
<tr><td>CYCLE 3</td><td colspan="2">Adapter ses déplacements à des environnements variés</td></tr>
<tr><td>COMPETENCES DU SOCLE COMMUN</td><td colspan="2">Développer sa motricité et construire un langage du corps
- Adapter sa motricité à des situations variées.
- Acquérir des techniques spécifiques pour améliorer son efficacité.
- Mobiliser différentes ressources (physiologique, biomécanique, psychologique, émotionnelle) pour agir de manière efficiente.
Domaine du socle : 1

S’approprier seul ou à plusieurs par la pratique, les méthodes et outils pour apprendre
- Apprendre par l’action, l’observation, l’analyse de son activité et de celle des autres.- Coopérer avec un ou plusieurs camarades
Domaine du socle : 2</td><td>Partager des règles, assumer des rôles et des responsabilités
- Assurer sa sécurité et celle d’autrui dans des situations variées.
Domaine du socle : 3

Apprendre à entretenir sa santé par une activité physique régulière
- Évaluer la quantité et la qualité de son activité physique quotidienne dans et hors l’école.
- Connaitre et appliquer des principes d’une bonne hygiène de vie.
- Adapter l’intensité de son engagement physique à ses possibilités pour ne pas se mettre en danger.
Domaine du socle : 4</td></tr>
<tr><td>CONTENUS COGNITIFS</td><td colspan="3">- Prendre des informations sur le milieu, sur les autres.
- Identifier les obstacles
- Connaître ses possibilités et ses limites en regard du milieu
- Se repérer et s’orienter
- Prendre des indices.
- Se représenter l’espace exploré
- Gérer ses émotions face à un environnement inhabituel</td></tr>
</table>

ATTENDUS DE FIN DE CYCLE	**CYCLE 1**	Se déplacer avec aisance dans des environnements variés, naturels ou aménagés.
	CYCLE 2	Réaliser un parcours en adaptant ses déplacements à un environnement inhabituel. L'espace est aménagé et sécurisé. Respecter les règles de sécurité qui s'appliquent.
	CYCLE 3	Réaliser, seul ou à plusieurs, un parcours dans plusieurs environnements inhabituels, en milieu naturel aménagé ou artificiel. Connaitre et respecter les règles de sécurité qui s'appliquent à chaque environnement. Identifier la personne responsable a alerter ou la procédure en cas de problème.
REPERES DE PROGRESSIVITE	**CYCLE 1**	Privilégier des parcours avec des actions différentes : monter, descendre, franchir, se déplacer en avant, latéralement, en arrière, se retourner, s'équilibrer - Parcours à réaliser sans poser les pieds au sol : PS - Les actions sont réalisées conformément aux actions attendues et sans poser les pieds au sol : MS/ GS
	CYCLE 2	On privilégiera des séances sans baudrier, jeux. En fin de module, assurage effectué par des adultes agréés. L'assurage par les élèves peut débuter au CE2.
	CYCLE 3	On conservera les jeux pour développer une gestuelle riche. Accent mis sur la sécurité et développement de trio « grimpeur-assureur-conscience » On délivrera un permis d'assurer.

	DEROULEMENT DE L'UNITE D'APPRENTISSAGE	
Entrer dans l'activité Découverte du mur d'escalade Situations globales Découvrir et comprendre l'activité, plaisir d'agir, de faire. Mise en place des règles : de jeu, de sécurité, de vie	**4 à 6 séances de 45 mn environ** **Les traversées** (les jeux peuvent servir d'échauffement) ⚠ Les mêmes activités doivent être proposées sur différentes zones du mur (faire tourner les groupes sur les zones, ex : les différentes faces du mur USEP) Les traversées permettent d'entrer dans l'activité, de découvrir une gestuelle variée de l'activité et de s'échauffer. → **Prévoir des traversées courtes** (5 ou 6 mouvements peuvent suffire) **pour que les élèves passent souvent tout en ayant des temps de récupération**. → C'est un dispositif simple et rapide à mettre en œuvre. → **Donner des rôles** d'observateurs aux élèves qui regardent : faire observer les positions du corps, des mains, du regard, des pieds. Cela permet d'échanger ensuite : comment le corps se place, quelles positions peut-on observer? Bras pliés ou tendus ? Préhension des prises ? Y a-t-il changement d'appuis ? Grimpe de face ou côté ? Pieds sur la pointe ou sur les côtés ?... Quelques exemples : ➢ **Direction imposée** : je traverse de gauche à droite sans tomber, de droite à gauche, à l'intérieur d'une zone tracée… ➢ **Traversée à l'égyptienne** : je traverse de côté, je ne peux pas être face au mur. ➢ **Nombre de prises imposé** : pour les pieds ou pour les mains (code de couleurs) ➢ **Zone de déplacement imposée** : se déplacer en vague, sur une moitié du mur, sur une zone assez petite en prenant le plus de prises possibles… ➢ **Se déplacer le plus accroupi possible** : je suis tout petit… ➢ **Se déplacer « petit, très grand puis tout petit »,** de puce à géant… ➢ **Départ imposé** : ex : départ grenouille : je pars avec les mains et les pieds sur des prises près du sol ; je pars avec une seule prise dans les mains ; je pars en étant le plus grand possible ; je pars sur les prises autorisées ; je pars en prenant la première prise main droite puis la deuxième main gauche puis alterner…. ➢ **Le guide et son aveugle** : un élève traverse les yeux bandés, l'autre aide par la voix à trouver les prises. **Se déplacer, se placer, grimper, s'équilibrer, découvrir la gestuelle de l'activité.** Au début, deux ou trois jeux sont suffisants par séance. La phase de découverte peut être prolongée sur 3 ou 4 séances afin de reprendre les jeux plusieurs fois. Exemples de mise en œuvre pour une séance (tirés du livre « Jeux en escalade » ADEPS 01) : ➢ 1 ou 2 traversées (fiche « traversées ») ➢ Le compte à rebours ➢ La pieuvre Autres jeux possibles (faciles à mettre en œuvre): ➢ L'égyptien ➢ Chat perché ➢ Passage obligé ➢ Les statues ➢ L'artiste ➢ Prises touchées, prises tenues	EVALUATION DIAGNOSTIQUE

<table>
<tr>
<td>Se situer
<u>Situation de référence</u>
Le point des connaissances sur soi et sur l'activité</td>
<td>1 séance de 45 mn : Le jeu du grimpeur

<u>Dispositif :</u>

• Faire des petits groupes d'élèves au pied de chaque voie.

<u>Buts :</u>

• Situation 1 : Grimper verticalement sans matériel (jusqu'à 2,50m)
Se déplacer au plus haut de ses possibilités pour aller toucher une prise cible identifiée au préalable

• Situation 2 : Grimper horizontalement
Se déplacer horizontalement sans tomber sur un parcours pour aller toucher une prise cible identifiée au préalable

<u>Consignes :</u>

• Au signal, un grimpeur escalade pour aller toucher la prise cible, il désescalade puis laisse la place à un autre grimpeur. Chaque grimpeur a le droit à 3 essais non consécutifs (récupération nécessaire entre deux essais !)
• Attribution des points :
o 1 point : le grimpeur s'est engagé dans le parcours (plus d'appuis au sol)
o 2 points : le grimpeur utilise au moins 3 prises différentes
o 3 points : le grimpeur touche la prise cible

<u>Critères de réussite :</u>

• Etre capable de réaliser les deux situations sans tomber</td>
<td>EVALUATION DIAGNOSTIQUE</td>
</tr>
<tr>
<td>Apprendre et progresser
<u>Situations d'apprentissage</u>

Structuration, amélioration des conduites motrices</td>
<td>4 à 6 séances de 45 mn :

Accepter d'aller chercher une prise éloignée

• Traversées avec des contraintes pour les pieds ou les mains (ex : je vais d'un point à un autre en ne faisant que des grands pas comme un géant)
• Jeu de la pieuvre
• L'artiste

Accepter de s'écarter de la paroi

• Les traversées (se déplacer d'un point A à un point B sans tomber)
• Parcours d'obstacles
• Le croisement
• L'entonnoir

Se déplacer /s'équilibrer/ trouver des appuis

• Les cibles
• La chaîne
• Je regarde où je mets les pieds : grimper en posant uniquement les pieds sur des prises marquées.
• Prises interdites : compter le nombre de prises utilisées pour atteindre un point en hauteur puis ajouter une contrainte : refaire en supprimant une prise, puis deux…
• Les danseuses : atteindre une prise marquée en n'utilisant que la pointe des pieds.
• Le crabe : grimper en n'utilisant que 3 doigts à chaque main.
• Grimper sur des œufs : escalader une voie sans faire tomber des objets placés sur des prises.
• Déménagement : déplacer un objet d'un endroit à un autre.</td>
<td>EVALUATION FORMATIVE</td>
</tr>
</table>

Mesurer les progrès **<u>Situation de référence</u>** Bilan des savoirs construits	Voir situation de référence : **Le jeu du grimpeur avec mise en projet de l'élève.** **<u>Projet collectif :</u>** Pour dédramatiser un résultat individuel, on peut ajouter tous les points pour avoir un seul total pour la classe	EVALUATION SOMMATIVE
Proposition en fin de module sur deux séances minimum	**Grimper avec du matériel d'escalade** : grimper le plus haut possible (plus de 2,50 mètres) assurage par : - Un adulte agréé (parent bénévole ou BE) - Par un élève de cycle 3 ayant le permis d'assurer - Par l'enseignant	

Les ateliers, jeux et parcours proposés constituent des choix possibles à adapter en fonction du matériel et mur à disposition.

Travaux possibles avant et après la séance d'EPS
Dire-lire-écrire, vivre ensemble, interdisciplinarité

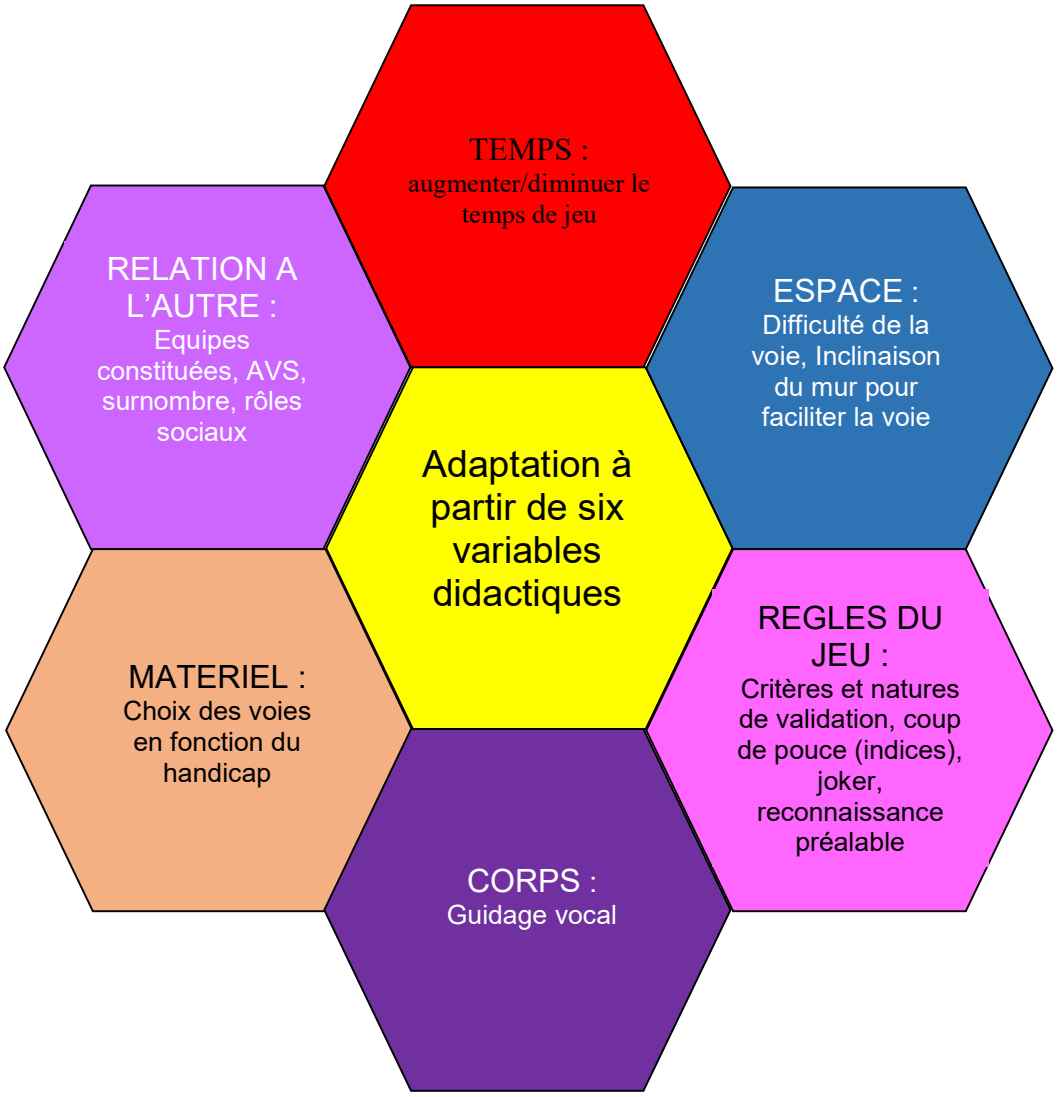
Avant la séance	Séances d'EPS Par étapes	Après la séance
Identifier : Les connaissances et les représentations de l'activité, vécu antérieur… Les enjeux émotionnels : appréhension, envie, rejet, mis en danger… **Présenter :** Les règles essentielles pour vivre l'activité (sécurité, réglementation, tenue adaptée…) **Introduire :** Le lexique spécifique de l'activité (topographie, vocabulaire…) Système de traces écrites (cahier du …) Les différents rôles sociaux	**Entrer dans l'activité** <u>Situations globales,</u> Découvrir l'activité, plaisir d'agir, de faire	**Revenir sur :** Les émotions ressenties ; Les échecs et les réussites ; Les règles de sécurité, de jeu, de vie **Compléter :** Le cahier d'escalade
Codifier et fixer : Le dispositif, l'aménagement, (schémas, affiches, maquettes…) Les règles de jeu **Introduire :** Les outils d'analyse : grille(s) d'observation(s), de résultats…	**Se situer** <u>Situation de référence</u> Bilan des connaissances sur soi et sur l'activité	**Revenir sur :** Les résultats collectifs et/ou individuels ; essais d'analyses (sur la base des outils utilisés) **Identifier :** Les réussites, les échecs donc les besoins collectivement et individuellement **Compléter :** Le cahier d'orientation
Définir : Un projet d'action collectif et/ou individuel pour progresser **Présenter :** Les ateliers mis en place (tâches) **Construire :** Les outils élèves d'évaluation <u>formatrice</u> : grille(s) d'observation(s), de résultats	**Apprendre et progresser** <u>Situations d'apprentissage</u> Structuration, amélioration des conduites motrices	**Suivre et faire vivre :** Le projet d'action collectif et/ou individuel **Développer :** Les connaissances sur l'activité : actualité, histoire, culture… **Relier** : Les apprentissages en EPS aux autres domaines disciplinaires de l'école **Compléter :** Le cahier d'orientation
Revenir sur : Le dispositif, l'aménagement, (schémas, affiches, maquettes…) Les règles de jeu, les outils d'analyse: grille(s) d'observation(s), de résultats…	**Mesurer les progrès** <u>Situation de référence</u> Bilan des savoirs construits	**Revenir sur :** Les résultats collectifs et/ou individuels Les projets d'action en termes de bilans **Identifier :** Les progrès réalisés collectivement et individuellement **Compléter :** Le cahier d'orientation
Préparer : La progressivité dans le cycle	**Réinvestir**	**Revenir sur :** Les résultats Les ressentis **Communiquer :** Avec les autres classes, les familles… sur les journaux d'école ou la presse, les blogs ou sites d'école… **Finaliser :** Le cahier d'orientation

Elèves à Besoin Educatifs Particuliers
Une démarche d'adaptation en 3 temps

Une entrée par les compétences de l'élève <u>en s'appuyant sur des situations d'apprentissages ordinaires</u> :

- L'observation de l'élève dans une situation d'apprentissage pour identifier les compétences et les réussites
- La formulation d'hypothèses en termes de besoins éducatifs particuliers
- Des propositions d'adaptations permettant à chacun d'apprendre, d'être en réussite et de prendre du plaisir.

Evaluer un élève sans adapter revient à évaluer son handicap…

Les adaptations possibles en escalade s'articulent autour de 6 variables didactiques

Des exemples d'adaptations possibles