

CYCLE DE 3 SÉANCES PÉDAGOGIQUES

	<i>Thème</i>	<i>Lieu et Durée</i>	<i>Motricité</i>	<i>Contenu Technique</i>	<i>Valeurs éducatives et pédagogiques</i>
séance 0 facultative	Présentation	En classe 30 min à 1h	exercice de déplacement au sol transposable en vertical	Qu'est ce que l'escalade et le Diois Diapo photo reprenant le livret pédagogique, quelques images de la région, des sites de pratiques, du matériel utilisé, de la faune et la flore...	s'approprier un vocabulaire propre à l'activité avec les enseignants établir une transdisciplinarité avec la faune et la flore, la géologie, l'histoire et la la géographie, les forces physiques...à aborder avant le séjour.

	<i>Thème</i>	<i>Lieu et Durée</i>	<i>Motricité</i>	<i>Contenu Technique</i>	<i>Valeurs éducatives et pédagogiques</i>
séance 1	Escalade en moulinette	Claps (école d'escalade) de 2 à 3h	<p>-maîtriser les techniques d'assurage</p> <p>-connection hémisphère gauche, hémisphère droit</p> <p>-favoriser la dissociation segmentaire</p> <p>-mettre en oeuvre une démarche favorisant le projet de déplacement</p>	<p><u>Sécurité</u> :</p> <p>-baudrier, casque, chaussons, mousquetons, corde, système d'assurage</p> <p>- noeud de huit</p> <p>- comment assurer en moulinette</p> <p>- prendre sec, donner du mou</p> <p><u>Gestes</u> :</p> <p>- assurage en 5 temps</p> <p>- vérification mutuelle avant de grimper</p> <p>- utiliser ses pieds et ses mains pour grimper</p>	<p>compétence travaillée</p> <p>Développer sa motricité et apprendre à s'exprimer en utilisant son corps. (domaine 1 du socle commun: les langages pour penser et communiquer)</p> <p>champ d'apprentissage</p> <p>Adapter ses déplacements à des environnements variés</p> <p><u>Cognitif</u> Construire sa sécurité et celle d'autrui Mémoriser des règles de sécurité.</p> <p><u>Affectif</u> :</p> <p>-entraide</p> <p>-communication</p> <p>-appréhension de la hauteur</p> <p>-confiance en soi, en l'autre et au matériel</p>

	Thème	Lieu et durée	Motricité	Contenu technique	Valeurs éducatives et pédagogiques
séance 2	Escalade en tête	Romeyer (école d'escalade) de 2 à 3h	<p>-apprendre à mouvoir son corps sur un plan vertical</p> <p>-maîtriser son équilibre et la coordination</p> <p>-efforts de type résistance</p> <p>-coordination plurisegmentaire</p>	<p><u>Sécurité</u> :</p> <ul style="list-style-type: none"> - comment grimper en tête - poser soi même une moulinette <p><u>Gestes</u> :</p> <ul style="list-style-type: none"> - clipper dégaine bras tendu - position de moindre effort - décaler son bassin à l'aplomb de ses pieds pour une meilleurs poussée 	<p>compétence travaillée Partager des règles, assumer des rôles et des responsabilités (domaine 3 du socle commun: la formation de la personne et du citoyen)</p> <p>champs d'apprentissage Produire une performance optimale, mesurable à une échéance donnée.</p> <p><u>Cognitif</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - anticiper et prendre des décisions pour construire ses conduites motrices <p><u>Affectif</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - connaître ses limites: - dépassement de soi - communication

	<i>Thème</i>	<i>Lieu et Durée</i>	<i>Motricité</i>	<i>Contenu Technique</i>	<i>Valeurs éducatives et pédagogiques</i>
Séance 3	Parcours Rochassier Rappel	Claps de 2 à 3h	<p>-apprendre à mouvoir son corps sur des terrains accidentés</p> <p>-accepter le déséquilibre (pour mieux se placer)</p> <p>-potentialités physiques de l'élève et perception qu'il a de son corps</p>	<p><u>Sécurité</u> :</p> <ul style="list-style-type: none"> - évoluer sur un terrain difficile - parade escalade de bloc - rappel en autonomie <p><u>Gestes</u> :</p> <ul style="list-style-type: none"> - pose de pieds adhérence) - (ré)apprendre à marcher sur un terrain compliqué - position du corps lors d'une descente en rappel 	<p>compétence travaillée</p> <p>Apprendre à entretenir sa santé par une activité physique régulière (domaine 4 du socle commun: les systèmes naturels et les systèmes techniques)</p> <p>champ d'apprentissage</p> <p>S'exprimer devant les autres par une prestation artistique et/ou acrobatique</p> <p><u>Cognitif</u> :</p> <ul style="list-style-type: none"> - prendre et traiter des informations (visuelles et kinesthésiques) pour élaborer une action dans un milieu changeant et incertain <p><u>Affectif</u> :</p> <ul style="list-style-type: none"> - appréhension et acceptation du vide - gestion des émotions - entraide - rester concentré et attentif