|  |
| --- |
| ***Adapter ses déplacements à des environnements variés* Escalade Cycle 3 CM1 CM2** |
| **APPRENTISSAGES ATTENDUS :** | **Objectifs moteurs :** Grimper et redescendre sur un trajet annoncé (mur équipé).**Sans matériel spécifique** (prises situées au-dessous de 3 mètres)* Améliorer la prise d’information visuelle en cours de déplacement.
* Varier les déplacements (vertical, horizontal) et les contraintes (nature des prises, parcours imposé…).
* Améliorer les appuis pieds-mains et utiliser les transferts d’équilibre.
* Effectuer différents parcours, essayer plusieurs solutions.

**Avec matériel*** Savoir s’équiper seul (baudrier et encordement) avec vérification de l’adulte.
* Monter, descendre, assurer (avec contre-assurage de l’adulte) en moulinette.
* Savoir réaliser un nœud de huit.
* Réaliser des actions d’équilibration sur 2 ou 3 appuis, en utilisant des préhensions variées, en augmentant l’amplitude.

**Objectifs affectifs et sociaux :**Compétence 6 du socle : respect des règles de sécurité ; Observer et conseiller son camarade tout en l’assurant, tenir son rôle d’assureur.Compétences 7 : affiner la connaissance de soi en fonction de ses ressources ; prendre des initiatives au cours de l’activité.J’ai mes affaires de sport |
| **MATERIEL**- Baudriers, cordes, mousquetons à vérifier régulièrement (examen visuel et tactile préalable) , rubalise pour limiter la hauteur, tapis de sol… | **CRITERES DE REUSSITE****Sans matériel spécifique** (prises situées au-dessous de 3 mètres)→ Je grimpe jusqu’à 3 mètres (cible à toucher à cette hauteur) et je redescends. Puis je réalise sans assurage un trajet annoncé pour traverser horizontalement une zone, en utilisant différents types de prises, en progressant à des hauteurs variables entre le départ au sol, le milieu défini (point le plus haut) et le point d’arrivée.**Avec matériel*** Je grimpe et je redescends sur un trajet annoncé (mur équipé).
* Je sais m’équiper seul (baudrier et encordement) avec vérification de l’adulte.
* Je monter, je descends, j’assure (avec contre-assurage de l’adulte) en moulinette.
* Je sais réaliser un nœud de huit.
 | **PLUS FACILE*** Voies plus faciles (utiliser les prises adaptées)
* Hauteurs plus faibles
 |
| **REGLES DE SECURITE, REGLES D’OR****Sans assurage**Pour le grimpeur : ne pas dépasser la limite de 3 mètres (rubalise), ne pas grimper sous un autre élève ; ne pas sauter du mur mais désescalader lentement et progressivement.**Avec assurage**Pour le grimpeur, ne pas grimper quand la corde n'est pas tendue ; attendre le feu vert de l'assureur pour grimper ; prévenir l'assureur pour redescendre.Pour l'assureur, regarder le grimpeur ; avoir toujours les deux mains sur la corde et ne jamais la lâcher; toujours tendre la corde.Pour le co-assureur : regarder le grimpeur ; avoir toujours les deux mains sur la corde ; tenir la corde à un mètre derrière l'assureur. Aucune manœuvre ne peut commencer sans l'accord de l'adulte. | **PLUS DIFFICILE****-** Réaliser des actions d’équilibration sur 2 ou 3 appuis, en utilisant des préhensions variées, en augmentant l’amplitude. |

Situation d'apprentissage – Livret EPS