

PROJET DE CLASSE 6^{ème}

Année scolaire 2012-2013

PROJET ÉDUCATIF D'ÉTABLISSEMENT :

- 1- FAVORISER LA REUSSITE DES ELEVES.
- 2- FORMER DES ELEVES CITOYENS SOLIDAIRES ET AUTONOMES.
- 3- CONSTRUIRE UN LIEU D ACCUEIL ET D'OUVERTURE SUR LE MONDE.

PROJET PEDAGOGIQUE EN EPS

GESTION DE LA VIE PHYSIQUE –

- 1- apprendre à mobiliser ses ressources et les développer.
- 2- agir en sécurité: comprendre et mettre en oeuvre les conditions de sécurité.

LIEN AVEC LES OBJECTIFS GENERAUX DE L'EPS

CONNAISSANCE DES AUTRES –

- 1– l'acquisition de compétences et de valeurs permettant au collégien de se situer au sein d'une culture contemporaine

ORIENTATIONS AU NIVEAU 6ème :

CONNAISSANCE DE SOI

Connaître ses ressources, éléments déterminants de la réussite, et de l'estime de soi

- 1– doser ses efforts.
- 2– prendre des décisions réfléchies et adaptées
- 3– assumer la responsabilité des rôles à tenir.

HORAIRES RESSOURCES / CONTRAINTES :

Mercredi : 10h00 /12h00 AINSI QUE vendredi : 8h00 / 10h00

Conditions matérielles: Bonnes, installations à disposition

Créneaux horaires: 2 x 2 heures semaine

CARACTERISTIQUES GENERALES DE LA CLASSE

*23 élèves: 12G +11F avec de plus en plus d'élèves avec dérogation, venant des zones sensibles, (problèmes sociaux et scolaires)

*15/23 viennent à l'école avec plaisir

* Niveau scolaire très hétérogène. *.4 élèves en grande difficulté AUCUN ne pose réellement de problème de discipline - 2 redoublants dans cette classe (dont 1 accident de la route l'an passé) * Tous viennent en EPS avec plaisir mais surtout : recherche du plaisir immédiat. Peu de pratique antérieure, mais pas de gros soucis de motricité.

*10/23 sont licenciés dans un club sportif

. *classe « énergétique » qu'il faut souvent re-canaliser, mais ou l'ambiance de travail est très agréable. Classe bavarde, des problèmes d'écoute et de concentration, besoin de faire souvent un retour au calme pour être entendu de tous.

Axes de transformations envisagés:

1-Comprendre que l'EPS doit permettre d'acquérir des connaissances et des compétences en dépassant la simple pratique ludique ou récréative.

2- S'engager dans l'action de façon réfléchie et dosée.

<p>Pôle moteur : Bon niveau d'ensemble sur les plans de la précision et de l'adresse. Excès de précipitation qui nuisent à la qualité du geste pour beaucoup. Difficultés de coordination chez 4 élèves. Capacités aérobies insuffisantes dans l'ensemble par manque de pratique et de connaissances</p>	<p style="text-align: center;"><u>Axes de transformations envisagés:</u></p> <p>1-Renforcer la coordination motrice au niveau du haut et du bas du corps. 2- Améliorer les ressources physiques pour maintenir et réguler des efforts dans la durée (dosage). 3-Valoriser la précision et l'adresse au détriment de la vitesse et de la force.</p>
<p>Pôle cognitif : capacités d'attention insuffisantes pour la plupart des élèves. Certain(e)s ont beaucoup de difficultés à rester concentré d'où des pertes de temps lors des regroupements. * les élèves intègrent majoritairement des consignes variées sauf 4 élèves .Certains ont des difficultés à mener un travail réflexif avant de s'engager.</p>	<p style="text-align: center;"><u>Axes de transformations envisagés:</u></p> <p>1-Permettre à chaque élève d'identifier ses capacités, ses besoins, ses réussites et ses échecs pour s'engager de façon plus réfléchie et plus dosée. 2- Permettre à chaque élève de comprendre l'objectif de la situation et les consignes.</p>
<p>Pôle affectif et relationnel : adhésion satisfaisante à ce que propose l'enseignant. * Mixité acceptée. * Pas d'élèves à l'écart du groupe (intervention faite sur ce sujet en début d'année). * Beaucoup d'engagement sur le pôle émotionnel à travers la confrontation à l'autre. Ils expriment beaucoup leurs émotions après un jeu (joie, déception, découragement, critiques ...) L'engagement physique est parfois trop important et entraînent des conflits chez certains garçons.</p>	<p style="text-align: center;"><u>Axes de transformations envisagés:</u></p> <p>1 - Favoriser l'intégration de tous les élèves 2 - Mettre en confiance des élèves: revaloriser l'image de soi 3 - Doser ses efforts.</p>

UNITE D'ENSEIGNEMENT : APS support et COMPETENCES attendues

ACTIVITES ATHLETIQUES ET GYMNQUES	ACTIVITES OPPOSITON DUEL ET DE PLEINE NATURE	ACTIVITES OPPOSITON DUEL	ACTIVITES PLEINE NATURE ET ARTISTIQUES
<p>CYCLE 1 – Athlétisme Gymnastique</p>	<p>CYCLE 2 – escalade badminton</p>	<p>CYCLE 3 - Combat natation</p>	<p>CYCLE 4 - Expression Sport collectif (football)</p>
<p>* Gymnastique dans le respect des règles de sécurité, sur un parcours multi agrès, présenter en continuité différents éléments gymniques simples illustrant les postures essentielles alignées et groupées. Aider un camarade à réaliser un élément simple. Observer et apprécier les prestations à partir de critères simples</p> <p>* Badminton en simple , rechercher le gain loyal, d'une rencontre en choisissant entre renvoi sécuritaire et recherche de rupture sur des volants favorables par l'utilisation de frappes variées en longueur ou en largeur. Assurer le comptage des points et remplir une feuille d'observation</p>	<p>Natation - longue réaliser la meilleure performance possible sur 150 mètres en nage ventrale - de vitesse a partir d'un départ plongé, ou dans l'eau, réaliser la meilleure performance sur une distance de 25 mètres en crawl , respecter les règles de sécurité et d'hygiène . assumer le rôle d'observateur</p> <p>* Danse composer et présenter une chorégraphie collective structurée en jouant sur les composantes du mouvement, l'espace, le temps et l'énergie Maîtriser ses émotions et accepter le regard des autres. Observer avec attention et apprécier avec respect les prestations</p>	<p>* Combat - s'engager loyalement dans un combat, en rechercher le gain par l'utilisation de contrôles et formes d'attaques en décalage. Assurer le comptage des points et le respect des règles de sécurité.</p> <p><i>*Natation (2^{ème} cycle si possible)</i> <i>*longue réaliser la meilleure performance possible sur 150 mètres en nage ventrale</i> <i>*de vitesse a partir d'un départ plongé, ou dans l'eau, réaliser la meilleure performance sur une distance de 25 mètres en crawl , respecter les règles de sécurité et d'hygiène . assumer le rôle d'observateur</i></p> <p>* Escalade choisir et conduire un déplacement pour grimper, en moulinette deux voies différentes à son meilleur niveau en privilégiant l'action des membres inférieurs. Assurer un partenaire en toute sécurité</p>	<p>* Football - dans un jeu a effectif réduit, rechercher le gain du match par des choix pertinents d'actions de passe ou dribble supposant une maîtrise suffisante du ballon pour accéder régulièrement à la zone de marque et tirer en position favorable face a une défense qui cherche a gêner la progression adverse s'inscrire dans le cadre d'un projet de jeu simple lié a la progression du ballon respecter les partenaires, les adversaires et les décisions de l'arbitre</p> <p>* Athlétisme - réaliser la meilleure performance possible dans un relais de 2x30 m en transmettant le témoin en déplacement, dans une zone imposée. S'échauffer, tenir les rôles de donneur et de receveur. Assumer au sein d'un groupe restreint le rôle d'observateur - réaliser la meilleure performance possible dans 2 courses l'une de 9 l'autre de 3 minutes, avec 6 minutes de récupération, en utilisant principalement des repères extérieurs et quelques repères sur soi</p>

COMPÉTENCES GÉNÉRALES VISÉES :

Soutenir, entretenir le potentiel de ces élèves en leur proposant des tâches qui les invitent à « faire plus sans faire trop » en donnant des consignes précises et en étant clair sur le pouvoir donné aux élèves, sans exclure une marge d'autonomie pour développer la responsabilisation.

1- s'organiser à plusieurs et accepter différents rôles.

2- comprendre et mettre en oeuvre les conditions pour agir en sécurité.

3- apprécier et adapter ses ressources et les procédures au regard des actions à entreprendre et des résultats observés.

MOYENS D'ACTION PRIVILÉGIÉS

1-favoriser et varier le travail en groupes : ateliers, par niveau, besoin.

2-utiliser des grilles d'observation pour s'auto et co-évaluer.

3-insister sur les règles de fonctionnement et de sécurité.

Grâce aux activités choisies les élèves pourront atteindre les

4 COMPÉTENCES PROPRES DE L'EPS

(de niveau 1)

Réaliser une performance maximale mesurable à une échéance donnée : ATHLETISME / NATATION

Se déplacer en s'adaptant a des environnement variés et incertains : ESCALADE

Réaliser une prestation à visées artistiques esthétiques ou acrobatiques : DANSE / GYMNASTIQUE

Conduire et maîtriser un affrontement individuel ou collectif : COMBAT /FOOTBALL / BADMINTON

Compétences attendues:

*Choisir et conduire un déplacement pour grimper, en moulinette, deux voies différentes à son meilleur niveau en privilégiant l'action des membres inférieurs. *Assurer un partenaire en toute sécurité.

Connaissances	Capacités	Attitudes
<p>SUR L'ACTIVITE PRATIQUEE :</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Le matériel et son utilisation ▶ Les consignes de sécurité ▶ Le vocabulaire spécifique ▶ La tenue spécifique (enlever les bijoux, attacher les cheveux, porter des vêtements près du corps...) <p>SUR LE PRATIQUANT DANS L'ACTIVITE : LE GRIMPEUR</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ L'adéquation entre son niveau et les difficultés des voies grimpées ▶ Les principes d'appuis pieds solides et leur utilisation pour grimper ▶ Le rôle prioritaire des jambes dans la progression ▶ Le placement du bassin lors du déplacement d'un appui <p>SUR LE PRATIQUANT DANS L'ACTIVITE : L'ASSUREUR / LE CONTRE-ASSUREUR</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Les règles de sécurité liées aux placements (zones à risques : aplomb du grimpeur), aux responsabilités (coordination rôle de l'assureur et du contre-assureur) et aux gestes à réaliser (méthode de l'assurage en « 4 temps ») ▶ Distinguer le brin du grimpeur (au-dessus du frein) du brin inférieur (au-dessous du frein) 	<p>LE GRIMPEUR :</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ S'équiper d'un baudrier, l'ajuster et vérifier les sangles ▶ Faire son nœud d'encordement avec nœud d'arrêt (nœud en 8) ▶ Identifier les caractéristiques globales de la voie et le point à atteindre (caractéristiques des prises - grosseur, orientation) ▶ Utiliser les prises de pieds dans l'espace proche de progression avant celles des mains (Monter les pieds et pousser complètement sur les membres inférieurs avant de déplacer les mains) ▶ Utiliser l'avant du pied et les bords interne en priorité pour trouver des appuis solides ▶ Transférer le bassin sur l'appui pied de la jambe qui pousse. ▶ S'équilibrer avant de déplacer une main. ▶ Utiliser des positions de repos relatifs ou de moindre effort pour se relâcher ▶ Descendre assis dans le baudrier les pieds au mur ou en des escaladant (bloc) ▶ Communiquer en grim pant avec ses assureurs en utilisant les termes spécifiques. <p>L'ASSUREUR / LE CONTRE-ASSUREUR</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ S'équiper (baudrier et descendeur) et s'encorder (nœud de « 8 ») ▶ Assurer par la technique du « 4 » temps en regardant et en écoutant le grimpeur ▶ Parer un camarade en traversée ou en bloc en suivant le bassin du grimpeur avec les mains, les jambes prêtes à fléchir pour amortir une chute éventuelle ▶ Assurer pieds décalés à environ 3 mètres du mur (libérer « l'espace de chute » en début de voie) ▶ Communiquer en utilisant un vocabulaire clair, précis, et rassurer (aider le grimpeur en indiquant les prises exploitables avec les pieds ou les mains dans son espace proche). ▶ Lover une corde 	<p>LE GRIMPEUR</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Faire confiance à l'assureur et au matériel. ▶ Avoir conscience de ses moyens en choisissant des voies adaptées. ▶ Se dominer dans les situations de hauteur et de vertige et rester serein et volontaire malgré les risques de chute. ▶ Se préparer à l'action, en se concentrant, en vérifiant son matériel et celui de ses partenaires. ▶ S'engager dans une voie avec calme, concentration et lucidité ▶ Respecter l'environnement et le matériel <p>L'ASSUREUR / LE CONTRE-ASSUREUR</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Rester concentré, confiant et serein dans ses tâches d'assurage en contrôlant la tension de la corde ▶ Respecter et faire respecter les consignes de sécurité ▶ Se responsabiliser pour coordonner et assumer les rôles de la cordée ▶ Coopérer pour assurer et contre-assurer

Lien avec le socle commun :

Compétence 1 : utiliser le vocabulaire spécifique adapté, maîtriser la langue dans les commentaires et échanges liés à la sécurité et à l'observation des grimpeurs

Compétence 3 : utiliser des données chiffrées, des mesures, des rapports espace/temps à travers la notion de grimper

Compétence 6 : assumer les rôles d'observateur, s'engager dans les rôles de grimpeur et de d'assureur pour mener à bien le projet individuel et collectif

Compétence 7 : apprendre à se connaître par la prise en compte de ses actions sur soi et la mise en relation des résultats et des moyens d'action

Evaluation (cf fiche d'évaluation + fiche supports des compétences)

- | | | |
|--|--|--|
| <ul style="list-style-type: none">• Grimper/10 points | Voie niveau 5A en moulinette
Voie niveau 4C en moulinette
Voie niveau 4B en moulinette | 10 à 7 pts en fonction du ndpm
8 à 6 pts en fonction du npdm
6 à 4 pts en fonction du npdm |
| <ul style="list-style-type: none">• Assurer/6 points | S'équiper, assurer en 4 tps, parer un camarade en traversée, assurer pied décalé en dehors du couloir de chute, communiquer
Assumer sérieusement le rôle de contre-assureur | |
| <ul style="list-style-type: none">• Gérer le matériel /4 points | respect du matériel, lovage des cordes, installations des voies, concentration et respect des consignes de sécurité | |

Attention: npdm=nombre de prises de main; l'évaluation en moulinette est réalisée avec un capteur (témoin qui indique si l'assureur aide le grimpeur)

Compétences Propres : Assurer sa sécurité en respectant : les techniques ET les consignes de sécurité - Construire son déplacement au fur et à mesure de son action - Adopter une motricité et un équilibre adaptés et spécifiques à l'activité pratiquée

Compétences spécifiques : S'équiper correctement (savoir enfiler et ajuster son baudrier/confectionner son nœud)- Assurer son partenaire en le parant ou en utilisant un descendeur- Identifier les limites de la voie pour choisir et utiliser les prises de mains et de pieds - Assurer un déplacement par une action prépondérante des membres inférieurs

Conditions matérielles de la réussite : Avoir du matériel- Un baudrier par élève et un descendeur par groupe - Avoir des voies au niveau de ses élèves c'est à dire avec beaucoup de prises au m²

Mode de groupement : travail par groupe de 3 (1 grimpeur, 1 assureur, 1 contre-assureur)

Sur mur bas comme sur mur haut. Travail par ateliers

Thème et contenus de séance : Découverte de l'activité, de ses codes et de l'assurage (prémisses)

Objectifs et Transformations attendues : Communication, confiance en son partenaire, se reconnaître grimpeur ou assureur

Fiche n° 1 - **RAPPEL DES CONSIGNES DE SECURITE POUR MONTER EN BLOC**

- 1 – S'ENGAGER SEULEMENT SI JE SUIS SEUL SUR LA VOIE**
- 2 – ATTENDRE L'ORDRE DE DEPART DE MON PARTENAIRE (assureur/pareur)**
- 3 – NE PAS METTRE LES DOIGTS DANS LES PLAQUETTES**
- 4 – NE JAMAIS MONTER PLUS HAUT QUE LA LIGNE ROUGE (3mètres)**
- 5 – NE JAMAIS SAUTER POUR REDESCENDRE MAIS DESESCALADER**

Fiche n° 2 - **RAPPEL POUR S'ENCORDER**

- 1 - PRENDRE UNE HAUTEUR DE CORDE ou UNE LARGEUR (envergure bras)**
- 2 - FAIRE UN PREMIER 8**
- 3 - PASSER SA CORDE DANS LE PONTET EN TENANT SON NŒUD**
- 4 - RAPROCHER SON NŒUD A UN POINT DU PONTET**
- 5 - REFAIRE LE CHEMIN INVERSE**
- 6 - TERMINER PAR UN NŒUD SIMPLE**

Objectifs	Situations	Consignes	Tps	Critères de réussite
PRISE EN MAIN Et Installation du matériel	Rassemblement, donner des consignes de sécurité concernant l'escalade et les modes d'évaluation Faire un premier diagnostic oral sur les pratiques antérieures dans l'activité Distribution des fiches de suivi et des baudrier, présentation brève du matériel.	Assis devant le bureau, tenter de retenir le nouveau vocabulaire	10 min	Ecoute et concentration Remettre les bons mots sur les différents outils
ECHAUFFEMENT	Ensemble face au mur d'escalade, pivots et mise en tension	Se mettre sur une ligne et reprendre ensemble les gestes d'échauffement Mise en place du baudrier seul ou a deux .	15 min	Pouvoir reprendre dans qqes séances, et individuellement un enchaînement de base
Suite	En colonnes par 3 : diverses courses....puis se bloquer sur le mur Jeu « Jacques à dit » Différentes variantes, (ex montée de face,, de profil ,, à l'égyptienne..)	Se mettre par trois en colonne et attraper la première prise venue, sans sauter (préhension)	5 min	Valider la position du baudrier sur la ligne du terrain de basket Retenir le nouveau vocabulaire
Exo 1 : BLOC	LES CIBLES Par groupe de trois. Toucher les cibles à une hauteur de 2 mètres.à 2.50. Il doit y avoir une cible par groupe. Les groupes tournent soit en fonction d'une durée fixée par l'enseignant . <u>Variantes</u> : GRIMPER : En faisant un demi	<u>Au grimpeur</u> : escalader pour toucher et tenir la cible 2'' puis désescalader. <u>A l'assureur</u> : être vigilant pour amortir la chute du grimpeur. Bien insister sur la communication entre les	10min	Contrôler et maîtriser la montée et la descente avec un minimum de prises Donner confiance à son grimpeur

Exo 2 : S'ENCORDER ET ASSURER AVEC UN 8	<p>tour en haut, en posant une dégaine, en montant sur le côté, en descendant de l'autre, les yeux fermés...</p> <p>Se déplacer latéralement : changer de voie avec les partenaires proches</p>	<p>deux partenaires. Le grimpeur demande à son pareur s'il est prêt et attend une réponse positive pour s'engager.</p> <p>* cf : fiche mémo</p>	10 min	<p>Réaliser son nœud, seul en moins de 2 minutes</p>
	<p>Une corde pour 2, sur une ligne : réaliser le nœud de 8</p> <p>Tous ensemble, puis les élèves les plus à l'aise peuvent aller aider les autres.</p>	<p>réaliser les gestes en même temps que le professeur, et attendre la validation pour continuer</p>	10 min	
Exo 3 : ranger le matériel et lover la corde	<p>Une corde pour 2, sur une même ligne et tous en même temps, placer le descendeur et avancer vers le mur, en utilisant la technique d'assurage en 5 temps</p>	<p>faire tous ensemble les gestes d'assurage</p> <p>* cf fiche mémo</p>	5 min	<p>Arriver jusqu'au tapis en avalant la corde correctement avec les bons gestes</p>
	<p>Une corde pour 2, l'un se met au mur et l'autre enroule la corde (cou / genou)</p>	<p>lover la corde par deux, pour que l'enroulement soit de la bonne hauteur pour ranger les cordes.</p>	5 min	<p>Le professeur récupère la corde, valide le bon enroulement, fait un nœud pour finir le lovage.</p>
Retour au calme	<p>Regroupé devant le mur, bilan de la séance, rappel des consignes de sécurité, et premières sensations ...</p>			

Bilan de la leçon :

Compétences Propres : Assurer sa sécurité en respectant : les techniques ET les consignes de sécurité - Construire son déplacement au fur et à mesure de son action - Adopter une motricité et un équilibre adaptés et spécifiques à l'activité pratiquée

Compétences spécifiques : S'équiper correctement (savoir enfiler et ajuster son baudrier/confectionner son nœud)- Assurer son partenaire en le parant ou en utilisant un descendeur- Identifier les limites de la voie pour choisir et utiliser les prises de mains et de pieds - Assurer un déplacement par une action prépondérante des membres inférieurs

Conditions matérielles de la réussite : Avoir du matériel- Un baudrier par élève et un descendeur par groupe - Avoir des voies au niveau de ses élèves c'est à dire avec beaucoup de prises au m²

Mode de groupement : travail par groupe de 3 (1 grimpeur, 1 assureur, 1 contre assureur)

Sur mur bas comme sur mur haut. Travail par ateliers

Thème et contenus de séance : En cordée par 3 « grimper et descendre en moulinette, assurer et contre assurer en toute sécurité et en confiance »

Objectifs et Transformations attendues : sécuriser au maximum la cordée. Affiner les gestes d'encordement, se positionner pour la descente en moulinette ; valider l'assurage, se sentir efficace comme contre assureur.

RAPPEL DES CONSIGNES DE SECURITE POUR MONTER EN BLOC

- 1 - S'ENGAGER SEULEMENT SI JE SUIS SEUL SUR LA VOIE
- 2 - ATTENDRE L'ORDRE DE DEPART DE MON PARTENAIRE (assureur/pareur)
- 3 - NE PAS METTRE LES DOIGTS DANS LES PLAQUETTES
- 4 - NE JAMAIS MONTER PLUS HAUT QUE LA LIGNE ROUGE (3mètres)
- 5 - NE JAMAIS SAUTER POUR REDESCENDRE MAIS DESESCALADER

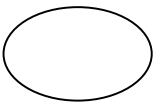
RAPPEL POUR S'ENCORDER

- 1 - PRENDRE UNE HAUTEUR DE CORDE ou UNE LARGEUR (envergure bras)
- 2 - FAIRE UN PREMIER 8
- 3 - PASSER SA CORDE DANS LE PONTET EN TENANT SON NŒUD
- 4 - RAPROCHER SON NŒUD A UN POINT DU PONTET
- 5 - REFAIRE LE CHEMIN INVERSE
- 6 - TERMINER PAR UN NŒUD SIMPLE

Fiche 1 -RAPPEL POUR ASSURER

- 1 - PRENDRE LA CORDE TRES HAUT AU DESSUS DU 8
- 2 - ALIGNER LES DEUX BRUNS ET AVALER LA CORDE
- 3 - BLOQUER RAPIDEMENT LA MAIN VERS LA HANCHE
- 4- RETIRER LA MAINS HAUTE -LA METTRE AU DESSUS DU 8
- 5- RAMENER LA MAIN BASSE PRES DU 8

Fiche 2 – RAPPEL POUR LA DESCENTE
SE POSITIONNER EN RECLE
LES DEUX MAINS SUR LA CORDE DU BAS

Objectifs	Situations	Consignes	Tps	Critères de réussite
PRISE EN MAIN Et Installation du matériel	Rassemblement, reprendre le bilan de la séance 1 Distribution des fiches de suivi et des baudriers, mise en place des baudriers.	Assis devant le bureau, se remémorer la séance 1	5 min	Ecoute et concentration Répondre correctement aux questions posées.
ECHAUFFEMENT	Ensemble face au mur d'escalade, pivots et mise en tension	Se mettre sur une ligne et reprendre ensemble les gestes d'échauffement Validation des baudriers	10 min	Pouvoir reprendre dans qqes séances, et individuellement un enchaînement de base Valider la position du baudrier sur la ligne du terrain de basket
Suite	En colonnes par 3 : diverses courses....puis se bloquer sur le mur -Jeu « Jacques à dit » Différentes variantes, (ex montée de face, de profil , à l'égyptienne..)	Se mettre par trois en colonne et attraper la première prise venue, sans sauter (préhension)	5 min	
	En colonne par 3 : pose de dégaines	Chacun doit poser tour à tour une dégainé, dans la plaquette le dernier la laissera. (avoir toujours un assureur)	5 min	Poser la dégainé, main gauche et droite (servira de repère pour monter en moulinette)
Exo 1 : BLOC	LE CARRE MAGIQUE Par groupe de trois : 1 grimpeur , 1 assureur , 1 observateur <u>1 cible tracée au mur</u> 	<u>Au grimpeur</u> : escalader pour se blottir dans la figure au mur 2'' puis désescalader. <u>A l'assureur</u> : être vigilant pour amortir la chute du grimpeur. insister sur la communication entre les deux partenaires. Le grimpeur demande à son	5 min	Contrôler et maîtriser la montée et la descente Donner confiance à son grimpeur (attitude bras tendus vers le haut) Observations et conseils

<p>Exo 2 : S'ENCORDER ET ASSURER AVEC UN 8</p>	<p>Une corde pour 3 : Grimper / assurer / contre assurer</p> <p>1) démonstration par l'enseignant</p> <p>2) démonstration par les élèves</p> <p>3) mise en place des cordées</p> <p>a) assurage en avançant depuis une ligne à 5 m jusqu'au tapis</p> <p>b) assurage à 1.50 du mur, ordre de départ pour la grimpeur de monter jusqu'à la dégaine (= ligne rouge 3m)</p> <p>c) assurage de la descente en moulinette</p>	<p>pareur s'il est prêt et attend une réponse positive pour s'engager.</p> <p>* cf : fiche mémo pour les consignes de sécurité en bloc</p> <p>temps 1) regarder l'enseignant démontrer les techniques</p> <p>temps 2) idem mais observer un camarade</p> <p>temps 3) mise en place des cordée et travail en atelier (environ 5min par élève°</p>	<p>5min</p> <p>5min</p> <p>15 min</p>	<p>Pour le grimpeur : Réaliser son nœud de 8, seul en moins de 2 minutes Se positionner pour descendre en moulinette</p> <p>Pour l'assureur : Mettre correctement son descendeur, valider les techniques d'assurage en 5 points et de descente</p> <p>Pour le contre assureur : laisser un mètre de corde pour permettre un bon assurage et valider les consignes de sécurité</p>
<p>Exo 3 : ranger le matériel et lover la corde</p>	<p>Une corde pour 3, l'un se met au mur et l'autre enroule la corde (cou / genou)</p>	<p>* cf : fiches mémo - sur l'encordement - sur l'assurage</p>	<p>10 min</p>	<p>Le professeur récupère la corde, valide le bon enroulement, fait un nœud pour finir le lovage. Les élèves en profitent pour valider leurs acquis.</p>
<p>Retour au calme</p>	<p>Regroupé devant le mur, bilan de la séance, rappel des consignes de sécurité, et premières sensations ...</p>	<p>faire sauter la corde en mettant la petite cordelette en place puis.. lover la corde par deux, pour que l'enroulement soit de la bonne hauteur pour ranger les cordes.</p>	<p>5 min</p>	<p><i>(exploitation de ces auto-évaluations pour effectuer le bilan de la leçon et permettre aux élèves de mesurer leurs progrès)</i></p>

Bilan de la leçon :

Niveau 1
 Du 30-01-2013 au 03-04-2013
 prises de mains)

EVALUATION ESCALADE

6^{ème} (fiche élève)

Grimper en moulinette (en moins de 3min + compter le nombre de

NOM : _____ Prénom : _____

A	B	C	D	frise	F	G	H	I
Tps =	Tps =	Tps =	Tps =		Tps =	Tps =	Tps =	Tps =
Couleur =	Couleur =	Couleur =	Couleur =		Couleur =	Couleur =	Couleur =	Couleur =
Niveau =	Niveau =	Niveau =	Niveau =		Niveau =	Niveau =	Niveau =	Niveau =
Npdm =	Npdm =	Npdm =	Npdm =		Npdm =	Npdm =	Npdm =	Npdm =

NOM : _____ Prénom : _____

A	B	C	D	frise	F	G	H	I
Tps =	Tps =	Tps =	Tps =		Tps =	Tps =	Tps =	Tps =
Couleur =	Couleur =	Couleur =	Couleur =		Couleur =	Couleur =	Couleur =	Couleur =
Niveau =	Niveau =	Niveau =	Niveau =		Niveau =	Niveau =	Niveau =	Niveau =
Npdm =	Npdm =	Npdm =	Npdm =		Npdm =	Npdm =	Npdm =	Npdm =

NOM :	Prénom :
-------	----------

A	B	C	D	frise	F	G	H	I
Tps =	Tps =	Tps =	Tps =		Tps =	Tps =	Tps =	Tps =
Couleur =	Couleur =	Couleur =	Couleur =		Couleur =	Couleur =	Couleur =	Couleur =
Niveau =	Niveau =	Niveau =	Niveau =		Niveau =	Niveau =	Niveau =	Niveau =
Npdm =	Npdm =	Npdm =	Npdm =		Npdm =	Npdm =	Npdm =	Npdm =

DIPLÔME DU GRIMPEUR EN MOULINETTE

-Nom :	- Prénom :
-Classe :	

ESCALADE : ATELIER GRIMPER EN MOULINETTE

Niveau	Compétences construites	N°	Validation	
			Elève	Prof
<u>Mousqueton de bronze</u> Grimper, Assurer en moulinette	-Enfiler correctement un baudrier	1		
	-Vérifier le baudrier de son partenaire et son matériel	2		
	-Nommer le matériel utilisé	3		
	-Confectionner son nœud en huit (le réussir au moins dix fois de suite)	4		
	-Communiquer avec le vocabulaire approprié	5		
	-Se mettre en position de descente (assis dans son baudrier avec les 2 mains sur son nœud)	6		
	-Mettre la corde au bon endroit dans le descendeur	7		
	-Assurer en 5 temps	8		
	-Contrôler la descente de son partenaire en mettant ses 2 mains sur le brin de corde du bas	9		
<u>Mousqueton d'argent</u> Grimper, assurer en moulinette avec aisance	-Grimper sans temps de repos	10		
	-Assurer en regardant son partenaire et plus uniquement son descendeur	11		
	-Faire descendre son partenaire de manière fluide	12		
PERMIS D'ASSURER				
<i>Délivré à :</i>				
1 ♦ sait faire et vérifier un nœud de huit,				
2 ♦ sait installer son descendeur au bon endroit et sait le manœuvrer,				
3 ♦ a été validé en assurant un partenaire au sol ou en montant et descendant un sac lesté,				
4 ♦ a été validé en assurant un grimpeur jusqu'à 3 m.				
<i>Points du permis : Ces points pourront être retirés en cas de faute constatée dans l'acte d'assurer</i>				
1 ♦	2 ♦	3 ♦	4 ♦	