

FORMATIONS ESCALADE

2 thématiques

Vivien ANDRE

1- SÉCURITÉ ET INITIATION EN ESCALADE

■ Constat:

L'entrée dans l'activité escalade nécessite un cadre sécuritaire précis qui a tendance à devenir l'unique objectif des premières séquences.

■ Objectifs:

- faire acquérir les fondamentaux de la pratique en toute sécurité
- Manipulation de matériel et de techniques indispensables à l'enseignement
- Mise en place de situations avec des organisations simplifiées qui permettent de faire entrer l'élève dans une logique de transformation motrice en toute sécurité

1- SÉCURITÉ ET INITIATION EN ESCALADE

- Organisation de la journée:
 - Tenue de pratique indispensable.
 - Possibilité d'apporter son matériel de l'établissement pour vérification et manipulation.
 - Alternance entre phase d'explication et de pratique.
 - Contenus pour faire passer l'élève d'un équilibre de terrien à un équilibre en quadrupédie.

2- LE BLOC: FORME DE PRATIQUE SCOLAIRE AU SERVICE DE LA TECHNIQUE

■ Constat:

Le temps de grimpe et les possibilités de répétitions nécessaires au développement d'acquisitions motrices sont trop souvent limités par les conditions matérielles. La pratique du bloc peut alors apporter une réponse (parmi d'autre).

■ Objectifs:

- Cadre sécuritaire du bloc
- Développer les expériences motrices pour pouvoir guider l'élèves dans ses déplacements
- Aiguiser l'œil de l'enseignant sur les formes corporelles efficaces
- Donner des repères à l'élèves pour s'inscrire dans une analyse de sa pratique et une implication plus autonome (lien AFL 2 et 3)

2- LE BLOC: FORME DE PRATIQUE SCOLAIRE AU SERVICE DE LA TECHNIQUE

■ Organisation:

- Une tenue de pratique est indispensable
- Privilégier des chaussons d'escalade ou des chaussures près du pied (éviter les chaussures running ou trail)