



Blasons d'éducation physique et sportive



Textes officiels

ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

L'éducation physique et sportive vise le développement des capacités motrices et la pratique d'activités physiques, sportives et artistiques. Elle contribue à l'éducation à la santé en permettant aux élèves de mieux connaître leur corps, et à l'éducation à la sécurité, par des prises de risques contrôlées. Elle éduque à la responsabilité et à l'autonomie, en faisant accéder les élèves à des valeurs morales et sociales (respect de règles, respect de soi-même et d'autrui).

La pratique des activités est organisée sur les trois années du cycle en exploitant les ressources locales.

Adapter ses déplacements à différents types d'environnement

- *Activités d'escalade* : grimper et redescendre sur un trajet annoncé (mur équipé).

B.O.E.N. Hors Série n°3 - 19 juin 2008 - p.23
Horaires et programmes d'enseignement de l'école primaire

NB : l'acquisition de trois blasons d'une même couleur dans différents domaines sportifs marque l'acquisition de la ceinture correspondante.

Compétences requises



- Apporter systématiquement ses affaires d'escalade (*tenue de sport, seconde paire de chaussures*).
- Connaître et respecter les 4 règles de sécurité lors des ateliers (*limite de la ligne bleue, pas de doigts dans les anneaux, interdiction de sauter, un seul élève à la fois sur une voie*).
- Connaître le vocabulaire de base de l'escalade : *grimpeur, prise, voie*.
- Ne pas faire de bruit lors de la pratique ou de l'attente.
- Tenir 15 secondes accroché à la paroi sans toucher le sol (< 2,50 m).



- Connaître le vocabulaire de l'escalade : *assureur, baudrier, contre-assureur, corde, encordement, sangle*.
- Être capable d'enfiler, de serrer et de retirer correctement un baudrier.
- Connaître et respecter les règles de sécurité lors de l'utilisation des cordes (*assurage, attente de l'autorisation préalable du moniteur, blocage, cheveux longs attachés, poches vides*).
- Se déplacer latéralement sur 2,50 mètres, sans toucher le sol.
- En étant encordé, sans crainte affichée, dépasser des pieds la ligne bleue (> 2,50 m).



- Connaître le vocabulaire de l'escalade : *chaussons d'escalade, mousqueton, pontet, Yoyo[®], voie*.
- Faire un "nœud de huit", attacher correctement le Yoyo à son baudrier (*placement, orientation*) et bloquer spontanément le mousqueton à vis.
- En étant encordé, atteindre au moins 5 mètres de hauteur en n'hésitant pas à aller chercher avec ses mains des prises au-dessus de sa tête.
- Savoir se mettre rapidement en position de descente.
- Maîtriser l'assurage en 5 mouvements et être attentif au grimpeur.



- Connaître le vocabulaire de l'escalade : *coinceur, grimper "en tête", grimper en second, magnésie, "Du mou !", "Sec !"*.
- Faire un "double nœud de huit".
- Lors d'une ascension, utiliser les points de repos pour anticiper la progression future.
- Réussir une voie cotée au moins 4b, en "poussant" avec les pieds et en variant leur placement (*pointe, interne, externe*).
- Se déplacer latéralement sur 5 mètres, sans toucher le sol.



- Connaître le vocabulaire de l'escalade : *dégaine, licence, escalade libre, escalade artificielle, escalade en solo*.
- Réussir une voie cotée au moins 5a, corde non tendue, en acceptant les moments de déséquilibre lors des transferts de poids.
- Connaître le principe et l'échelle de cotation des voies.
- Connaître le CPEA-VV, son site Web et les 3 lieux de Vaulx-en-Velin où il est possible de pratiquer l'escalade.
- Se déplacer latéralement sur 5 mètres, sans toucher le sol, d'abord en transportant un objet puis sans objet mais en croisant deux camarades.



- Connaître le vocabulaire de l'escalade : *varappe, via ferrata, Grigri[®], descendeur en Huit, moulinette, à vue, en rappel*.
- Analyser une voie depuis le sol et repérer les passages difficiles ainsi que les moyens de les franchir.
- Réussir une voie cotée au moins 5c, en acceptant les moments de déséquilibre entre deux positions stables (transferts de poids).
- Connaître les particularités de l'escalade en milieu naturel et savoir utiliser correctement la magnésie.
- Connaître le site Web de la FFME, son actualité et quelques grimpeurs célèbres : Patrick Edlinger, Catherine Destivelle, Patrick Berhault.



- Pouvoir trouver dans une région donnée des lieux de pratique de l'escalade.
- Réussir une voie cotée au moins 6a, en variant les appuis.
- Savoir poser et retirer une dégainne (*sans grimper en tête*).
- Connaître les particularités de l'alpinisme, du *dry tooling*, de la cascade de glace, de la spéléologie, de la grimpe d'arbres (type *Accrobranche[®]*) et de la grimpe urbaine (type : film *Yamakasi*) par rapport à l'escalade.
- Connaître Jacques Balmat, Michel Paccard, Roger Frison-Roche, Maurice Herzog, Louis Lachenal et Tensing Norgay.