

# Ajoute une prise

Brevet minimal requis : Aucun

Profil des participants (es) : Débutants (es)

Durée : Au choix

## Intention pédagogique

À la fin de l'activité, les élèves se seront amusés avec un jeu d'escalade ludique qui favorise la mémorisation d'une séquence de mouvement.



## Compétence ciblée \*

C1

Agir

C2

Interagir

C3

Mode de vie

## Mise en place (préparation et organisation)

Ratio de surveillance : Ratio régulier de surveillance de cours d'éducation physique.

Matériel requis : Mur de traverse, mur de bloc, ou au pied d'un mur de voie.

Préparation avant le cours : Aucune.

Explications et démonstrations : Peut se faire avec un grand groupe.

Phase active : Se fait en petit groupe de 2 à 6 élèves.

## Descriptif de l'activité

### Élément déclencheur :

- Présenter le mur d'escalade.

### Rappel des connaissances antérieures :

- Présenter, ou rappeler les règles de sécurité en escalade de bloc.  
Fiche A1, annexe 2

### Explication de la tâche :

- Présenter les règles du jeu "Ajoute une prise".
- Jouer en sous-groupe de 2 à 6 élèves.

Durée estimée pour l'activité: Au choix.

#### \*Compétences

C1 : Agir dans divers contextes de pratique d'activités physiques (le corps)

C2 : Interagir dans divers contextes de pratique d'activités physiques (les autres)

C3 : Adopter un mode de vie sain et actif (la pensée)

Notes :

Réinvestissement

# Annexe 1 : Ajoute une prise

---

Résumé : Un des jeux des plus populaires en escalade. En petite équipe, les participants pourront créer un parcours de bloc progressif, où les joueurs se feront éliminer à tour de rôle.

Nombre de joueurs : Petit groupe de 2 à 6

Règles et fonctionnement :

1. Un premier joueur du groupe choisit 2 prises de départ
  - a. On peut se limiter aux prises de main et laisser les prises de pied libre de choix.
  - b. Possibilité d'une version plus compliquée avec les prises de pieds imposés.
2. Le joueur choisit ensuite la prochaine prise de main et doit être en mesure de l'utiliser pour effectuer un déplacement de pied afin de démontrer qu'il contrôle la prise choisie.
3. Le joueur s'arrête et descend du mur.
4. Le joueur suivant doit prendre les mêmes prises de départ, faire le même premier mouvement, ajouter une autre prise de son choix et la contrôler en faisant un déplacement de pied.
5. À tour de rôle, les joueurs ajoutent un mouvement de leur choix.

Lorsqu'un participant ne parvient pas à compléter le parcours, il est éliminé.

- À vous de déterminer le nombre de « vies »

Celui qui se rend le plus loin gagne.

