

# La pratique de L'ESCALADE à l'école

« Avant d'être un sport, l'escalade est un jeu, un jeu universel et ancestral. Sur le plan éducatif, c'est bien un atout majeur. Grimper, c'est renouer avec le tout petit enfant qu'on a été, c'est apprendre à se connaître tel qu'on est, c'est maîtriser ses émotions, appréhender son corps, trouver ses équilibres. »

- Patrick EDLINGER -

## COMPÉTENCES TRANSVERSALES

Au travers de l'escalade, nous enseignons des valeurs universelles : confiance en soi, en l'autre, sociabilisation, esprit d'équipe, respect de tous et des règles de sécurité.

## & DISCIPLINAIRES

Côté "BLOCS" (3m de hauteur avec matelas pour assurer la sécurité) :

- Projet de déplacement (lecture de parcours)
- Réception contrôlée de sauts
- Auto-évaluation des situations à risques.

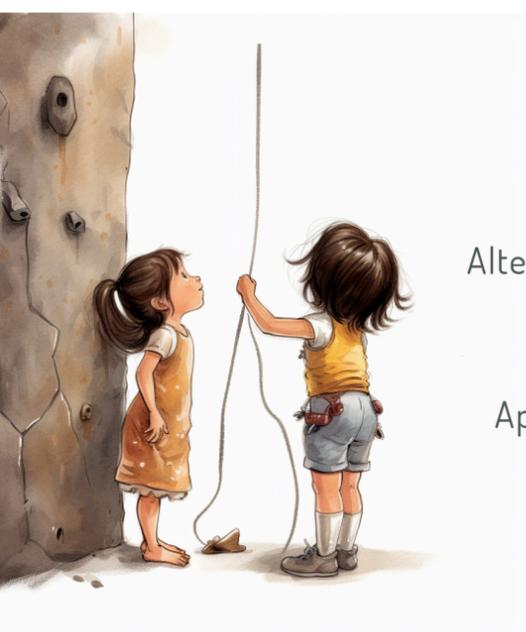
Côté "VOIES" (7m de hauteur avec corde pour assurer la sécurité) :

- Projet de déplacement (lecture de parcours)
- Gestion des émotions et confiance pour appréhender la hauteur
- Acquisition des techniques d'assurage pour l'utilisation en toute sécurité de la corde en moulinette.



## RESPONSABILITÉS ET CONFIANCE MUTUELLE

Alternant les rôles de GRIMPEUR, d'ASSUREUR et de CHEF de cordée, les enfants apprennent les règles de sécurité tout en prenant conscience de l'importance de leur rôle et du travail en équipe. Apprendre à assurer l'autre dans son ascension crée un lien avec le grimpeur : la confiance en l'autre prend alors tout son sens !



## DÉPASSEMENT DE SOI

L'escalade est un sport ludique qui impliquera de dépasser ses doutes et de vaincre ses peurs !

Au fil de ses ascensions, l'enfant gagnera en confiance tout en développant son répertoire gestuel, ce qui suscitera chez lui l'envie de persévérer.



## MOTRICITÉ GLOBALE

L'escalade est idéale pour l'éveil psychomoteur : les enfants développeront leur coordination et l'orientation dans l'espace. Sport d'équilibre par excellence, l'escalade conviendra à tous les enfants : chacun pourra s'exprimer et progresser à son rythme.

Ce sport impliquera tous les enfants, chacun ayant un rôle à jouer dans le groupe. Tous commencent cette activité sur un pied d'égalité.



## BIENVEILLANCE

D'expérience, nous avons pu constater qu'au fil de la progression, les élèves pouvaient changer de regard sur les autres.

Certains d'entre eux, d'ordinaire plus discrets, pourront vivre des expériences couronnées de succès, sous les yeux parfois ébahis de leurs camarades.



# L'accueil des scolaires

# à INSTANT GRIMPE



Grimper aux arbres, sur un rocher, prendre de la hauteur... les enfants cherchent naturellement à dépasser leurs limites et explorent sans cesse de nouveaux terrains de jeu. À **Instant Grimpe**, ils apprennent à le faire en toute sécurité et nous proposons des parcours adaptés à toutes les morphologies pour que chacun progresse à son rythme !

## INSTANT GRIMPE

Située sur la commune de **Molsheim**, nous avons déjà accueilli de nombreuses classes depuis notre ouverture en novembre 2022, de la maternelle au CM2.

Disposant de 3 espaces distincts, nous proposons de l'escalade de BLOCS et sur CORDES, pour tous les élèves, à partir de la maternelle.

Nous disposons d'une convention avec l'Education Nationale et des agréments pour l'ensemble de nos moniteurs.



Quelque soit la formule choisie, la manipulation du matériel et l'évolution en sécurité sur nos murs seront enseignées par nos moniteurs diplômés.



## FORMULE

### "APPROFONDISSEMENT"

Si vous avez la possibilité de venir sur 2 ou 3 demi-journées consécutives, les élèves seront amenés vers l'autonomie ! Les techniques d'assurage en moulinette (montée / descente) seront perfectionnées en lien avec les règles de sécurité pour tous (GRIMPEUR, ASSUREUR et CHEF de cordée). Ils gagneront ainsi en confiance (individuelle et mutuelle) pour se dépasser !



## TARIFS ET RÉSERVATION

Tarif unique : **5€ / heure / élève** - baudriers inclus.  
(fractionnement en demie-heure possible)

**10% de remise fidélité** pour tous les enseignants qui reviennent passer une semaine complète avec leur classe l'année suivante.

**NB** : Chaque enfant devra amener ses chaussons ou "patins de gym".

### Des questions ? Envie de réserver ?

N'hésitez pas à nous envoyer un mail ou à nous téléphoner, nous sommes à votre disposition et vous répondrons avec plaisir !

## FORMULE "DÉCOUVERTE"

De quelques heures à 1 journée complète de pratique, nos moniteurs feront découvrir l'activité à vos élèves pour une première expérience tout en douceur ! L'élève abordera la verticalité, étoffera son répertoire gestuel en fonction de la hauteur et des parcours proposés (BLOC ou VOIE) et assurera son compagnon de cordée en montée.



## FORMULE "CHALLENGE"

Venez passer une semaine complète chez nous ! Toutes les composantes de l'activité "escalade" auront été travaillées et développées. Le dernier jour, différents jeux et challenges, seul.e et en équipe, seront organisés.

Le dépassement de chacun sera la clé du succès !

