Plan trajectoire zigzag

Escalade • Lycée Seconde/Première • CA2

Objectif

Planifier trajectoire en zigzag

But

Atteindre sommet en suivant plan

Thème

Construire une strategie de montee en fonction du profil de la voie

Organisation et rôles

Trio: grimpeur, assureur, observateur trajectoire; rotation toutes les 2 montees — 3 élèves, dont 1 en action et 2 observateurs.

Sécurité

Assurage vigilant, tapis epais

Consigne

Eleve observe voie 1 min, trace mentalement une trajectoire en zigzag. Sommet valide si zigzag respecte.

Critères de réalisation

- Trajectoire zigzag
- Bras tendus
- Appuis jambes

Critère de réussite

Sommet atteint avec zigzag respecte

Matériel

Mur 4 m, corde, tapis, baudriers

Variables de différenciation

- Nombre zigzags 2–3
- Hauteur 3–4 m
- Temps 3–4 min