L'ESCALADE POUR LES ECOLES

ISATIX

Grimper Libre

« Rien n'est plus stimulant
que de se surprendre
soi-même »

Steeve MARTIN

QU'EST-CE QUE ISATIX ?

Nous sommes une salle d'escalade spécialisée dans le bloc!
Le bloc est la version la plus moderne de l'escalade,
qui vous permet de grimper librement et sans danger.

Un sport fun et ludique

Espace adapté
Règles simples

Technique
Équilibre
Explosivité
Coordination

Encadrement
Sécurité
Pédagogie

Espace
pique-nique

Espace travail

Le projet pédagogique

La logique spécifique de l'escalade

- Progression quadrupédique sur un espace vertical.
- Repérer son milieu et ses appréhensions
  ex: inclinaison du mur, caractéristiques des prises
- Lecture du chemin à parcourir et travail d'anticipation
- S'engager dans sa voie en acceptant une charge émotionnelle
  ex: confiance en soi, peur de la chute
- Se dépasser pour progresser, sortir de sa zone de confort pour s'adapter

Orientation du travail

- Elargir son champ visuel : se repousser du mur pour s'informer visuellement.
- Passer des informations visuelles à une information tactile et kinesthésique.
- Privilégier la poussée des jambes, les bras servent à l'équilibre.
- Recherche d'appui précis, stable et sécurisant.
- Recherche de la coordination et du rythme dans un déplacement vertical.
- Recherche de la souplesse corporelle dans le mouvement
- Travail du souffle et du relâchement musculaire pendant l'ascension

Les mises en situations

1. Échauffement articulaire: éveiller son corps de façon globale et spécifique
2. Traversée près du sol: déplacement et placement du corps sur un espace vertical
3. Travail de la chute: apprendre à tomber et appréhender la hauteur
4. Travail d'équilibre: placement du corps, alternance équilibre/ déséquilibre, apprentissage du polygone de sustentation
5. Travail de coordination verticale et horizontale: développer le travail des jambes avec la propulsion et/ou les transferts de poids
6. Jeux et défis: réussir une voie, se confronter à ses limites, développer le goût du challenge
7. Endurance: Jeux exclusivement sur paroi
8. Vocabulaire spécifique: approche des différentes techniques, prises et mouvements spécifiques

--> Ces propositions de travail sont variables en fonction du nombre de séance et du projet choisi.

Les Conditions d'encadrement

Bonjour à tous !
Moi c'est Hugo,
je suis le professeur d'escalade d'ISATIX !
Je suis agréé éducation national et je suis impatient de pouvoir vous faire découvrir le monde de l'escalade de Bloc.
A bientôt sur nos blocs !

Les écoles maternelle

- **Jusqu'à 12 élèves:**

le maître de classe
+ un intervenant (qualifié ou bénévole, agrée ou autre enseignant)

- **Au-delà de 12 élèves:**

un intervenant supplémentaire pour 6 élèves (qualifié ou bénévole, agrée ou autre enseignant)

Les écoles elémentaire

- **Jusqu'à 24 élèves:**

le maître de la classe
+ un intervenant (qualifié ou bénévole, agrée ou autre enseignant)

- **Au-delà de 12 élèves:**

un intervenant supplémentaire pour 6 élèves
(qualifié ou bénévole, agrée ou autre enseignant)

Les règles de sécurité

Sécurité passive

- Un lieu de pratique adapté
- La disposition et la répartition des groupes
- La place des encadrants

Sécurité avant la pratique

- Ôter les bijoux et objets durs dans les poches
- Attacher les cheveux longs
- Valider ensemble, les zones de réception (Les zones de chutes doivent toujours rester disponibles)
- Valider ensemble, la hauteur de grimpe à ne pas dépasser.

Sécurité pendant la pratique

- Ne pas grimper sous ou trop près d'un autre grimpeur
- Ne pas circuler ou stationner près des murs
  (! Chute des grimpeurs!)
- Ne pas courir sur les tapis
- Privilégier la désescalade pour redescendre
- Ne pas dépasser la limite de hauteur imposée par les encadrants

Les formules

Formule 1:
Une découverte à la journée entrée libre

- Grimpe des enfants en autonomie
- 12 < nombre d'enfants < 60
- Location incluse
- Option '1 heure de cours':

50€ supplémentaire (encadrée par notre prof)

9€ / Enfant

Formule 2:
Utilisation du projet pédagogique

- Mise en place d'un cycle escalade sur plusieurs séances avec un encadrement spécialisé.
  Grille d'objectifs adaptée à vos besoins.
- **Cycle de 6 séances: 3 cours de 2h pour 1 ou 2 classes.**
  7 € la séance/enfant + 25€/heure pour un encadrement spécialisé.
- Location incluse

Possibilité d'aménager les horaires gratuitement dès 9h.

Exemple d'une sortie de classe

9 h 00: Arrivée
2 groupes de 20 élèves à Isatix

Groupe 1

Pratique de l'escalade
libre ou avec un encadrant

Groupe 2

salle de séminaire
Travail ou activité
proposés par l'enseignant

12h - 13h :
Pique-nique (à votre charge)
Salle de séminaire ou parc de Décathlon Mondeville

13h - 14 h:
Sortie digestion au parc de Décathlon Mondeville
(jeux, terrain foot, basket, volley, lac,...grands espaces)

Groupe 2

salle de séminaire
Travail ou activité
proposés par l'enseignant

Groupe 1

Pratique de l'escalade
libre ou avec un encadrant

16h30: Retour à l'école
avec les 40 élèves

Témoignage d'une école

" Salut Blandine,

L'équipe d'Isatix a su accueillir nos deux classes en toute sécurité et nous a proposé une découverte de l'escalade de qualité.

Les élèves ont pu s'entrainer selon leur niveau et appréhender l'escalade avec le sourire.

Nous sommes tous ressortis ravis de cette expérience
Bonne journée à bientôt "

École de Sannerville

" Merci "

ISATIX

Offre spéciale

Pour vous accompagner dans votre projet, nous vous offrons la **possibilité de venir GRATUITEMENT, entre collègues**, afin de découvrir le lieux et l'activité .

N'hésitez pas à nous contacter

Contacts

A 5 min de Caen

Bâtiment doré sur le parking de Décathlon Mondeville

Les Carandes
14120, Mondeville

Accès facile
pour les
transports scolaires

02.31.82.21.33

contact@isatix.com

www.isatix.com

Au plaisir de vous voir
ISATIX
Grimper Libre