


ROOKIE Gecko

Agrès / Bloc

TECHNIQUE / PERSONNALITÉ Acquérir

Organisateur maître / sport scolaire	Qualification cours d'introduction ASEP	- Ne compte pas comme autorisation pour grimper seul!	Participants enfants dès 7 ans
Niveau débutants bas	Discipline bloc		Durée 5 doubles leçons (DL) avec les contenus échauffement - répétition - partie principale - conclusion
Description - animation et première formation - introduction au bloc			Aspects sécurité - éviter de trop solliciter les doigts ! - taille du groupe (salles d'escalade)
Objectifs - bloc - apprentissage et exercices ludiques : jeux et grimpe aux agrès ; jeux de bloc - motiver les enfants pour l'escalade - acquérir les mouvements de base et les premières expériences			Astuces - mettre l'accent sur le plaisir et l'enthousiasme - créer des expériences positives - rire - apprendre - se donner - expérimenter, vivre et sentir ses propres limites

DL	Domaine - QUOI	Objectif global - POURQUOI / Sujet - QUOI EXACTEMENT	Description - COMMENT
1	Sécurité	OBJECTIFS Sécurité en bloc, communication	Introduction
	Escalade, technique	FOCUS Se mouvoir dans la verticalité 1 (acquérir) OBJECTIFS Acquérir des mouvements, perception des mouvements	Variation du terrain / des agrès Expérimenter les oppositions, essayer exercices orientés sur la technique
	Personnalité	OBJECTIFS Réduction de la peur, entraide comme aspect social, gagner en confiance, travail en équipe, créativité	Coopération, leçons variées, enseignement ouvert, essayer, trial & error / improve
2	Généralités		Répétition L1
	Escalade, technique	FOCUS Positionner les pieds 1 (acquérir) OBJECTIFS Acquérir des mouvements, perception des mouvements	Variation du terrain / des agrès Expérimenter les oppositions, essayer exercices orientés sur la technique
	Personnalité	OBJECTIFS Créer des expériences positives, gagner en confiance, créativité	Leçons variées, enseignement ouvert, essayer, trial & error / improve
3	Généralités		Répétition L2
	Escalade, technique	FOCUS Prises / préhension 1 (acquérir) OBJECTIFS Acquérir des mouvements, perception des mouvements	Variation du terrain / des agrès Expérimenter les oppositions, essayer exercices orientés sur la technique
	Personnalité	OBJECTIFS Créer des expériences positives, gagner en confiance, créativité	Leçons variées, enseignement ouvert, essayer, trial & error / improve
4	Généralités		Répétition L3
	Escalade, technique	FOCUS Bouger et positionner son corps 1 (acquérir) OBJECTIFS Acquérir des mouvements, perception des mouvements	Variation du terrain / des agrès Expérimenter les oppositions, essayer exercices orientés sur la technique
	Personnalité		Leçons variées, enseignement ouvert, essayer, trial & error / improve
5	Généralités		Répétition L4
	Escalade, technique, physique / motricité	OBJECTIF Escalade finale	Petit concours adapté aux enfants
	Personnalité	OBJECTIFS Participer activement à un groupe, fairplay, expérience, équipe, émotions	Petit concours adapté aux enfants

PREUVE DE CAPACITÉ	<ul style="list-style-type: none"> - Comportement adéquat aux agrès et au mur de bloc (sécurité, communication) - Bouger et grimper aux agrès et au mur de bloc (au min. 3 mouvements de la leçon "Se mouvoir dans la verticalité") - Technique et précision des pieds (min. 2 mouvements de la leçon "Positionnement des pieds") - Technique et précision de préhension (min. 2 mouvements de la leçon "Prises / préhension") - Variété des mouvements (min. 2 mouvements de la leçon "Bouger et positionner le corps") - Développement personnel (appliquer les comportements du domaine "Personnalité") - 90% de présence (obligation des présences)
---------------------------	--


ROOKIE Bouquetin Agrès / Bloc TECHNIQUE / PERSONNALITÉ Appliquer

Organisateur maître / sport scolaire / OJ	Qualification cours d'introduction ASEP	Participants enfants dès 9 ans
Niveau débutants moyen	Discipline bloc	Durée 5 doubles leçons (DL) avec les contenus échauffement - répétition - partie principale - conclusion
Description - introduction au bloc - apprentissage des mouvements	- Ne compte pas comme autorisation pour grimper seul!	Aspects sécurité - éviter de trop solliciter les doigts ! - taille de groupes (salles d'escalade)
Objectifs - bloc - apprentissage et exercices ludiques : jeux et grimpe aux agrès ; jeux de bloc - motiver les enfants pour l'escalade - acquérir les mouvements de base et les premières expériences		Astuces - mettre l'accent sur le plaisir et l'enthousiasme - créer des expériences positives - rire - apprendre - se donner - mettre en avant la performance - 1er âge d'or pour l'apprentissage (coordination et technique)

DL	Domaine - QUOI	Objectif global - POURQUOI / Sujet - QUOI EXACTEMENT	Description - COMMENT
1	Sécurité	OBJECTIFS Sécurité au bloc, communication	Introduction
	Bloc	FOCUS Se mouvoir dans la verticalité 1 (acquérir) OBJECTIFS Acquérir des mouvements, perception des mouvements	Variation du terrain / des agrès Expérimenter les oppositions, essayer exercices orientés sur la technique
	Personnalité	OBJECTIFS Réduction de la peur, gagner en confiance, travail en équipe	S'entraider en bloc, coopération
2	Sécurité		Répétition L1
	Escalade, technique	FOCUS Se mouvoir dans la verticalité 2 (appliquer) OBJECTIFS Acquérir des mouvements, perception des mouvements	Variation du terrain / des agrès Expérimenter les oppositions, essayer exercices orientés sur la technique
	Personnalité	OBJECTIFS Réduction de la peur, entraide comme aspect social	Coopération
3	Généralités		Répétition L2
	Escalade, technique	FOCUS Se mouvoir dans la verticalité 3 (créer) OBJECTIFS Acquérir des mouvements, perception des mouvements	Variation du terrain / des agrès Expérimenter les oppositions, essayer exercices orientés sur la technique
	Personnalité	OBJECTIFS Créativité, autodétermination	Enseignement ouvert, essayer, trial & error / improve
4	Généralités		Répétition L3
	Escalade, technique	FOCUS Positionnement des pieds 2 (appliquer) OBJECTIFS Acquérir des mouvements, perception des mouvements	Variation du terrain / des agrès Apprendre, exercer, essayer exercices orientés sur la technique
	Personnalité	OBJECTIFS Créer des expériences positives, gagner en confiance	Leçons physiquement et psychiquement variées
5	Généralités		Répétition L4
	Escalade, technique	FOCUS Positionnement des pieds 3 (créer) OBJECTIFS Acquérir les bases et un répertoire de mouvements, perception des mouvements	Variation du terrain / des agrès Apprendre, exercer, essayer exercices orientés sur la technique
	Personnalité	OBJECTIFS Créativité, autodétermination	Enseignement ouvert, essayer, trial & error / improve
6	Généralités		Répétition L5
	Escalade, technique	FOCUS Prises / préhension 2 (appliquer) OBJECTIFS Acquérir les bases des mouvements, perception des mouvements	Variation du terrain / des agrès Apprendre, exercer, essayer exercices orientés sur la technique
	Personnalité	OBJECTIFS Créer des expériences positives, gagner en confiance	Leçons physiquement et psychiquement variées
7	Généralités		Répétition L6
	Escalade, technique	FOCUS Prises / préhension 3 (créer) OBJECTIFS Acquérir les bases et un répertoire de mouvements, perception des mouvements	Variation du terrain / des agrès Apprendre, exercer, essayer exercices orientés sur la technique
	Personnalité	OBJECTIFS Créativité, autodétermination	Enseignement ouvert, essayer, trial & error / improve
8	Généralités		Répétition L7
	Escalade, technique	FOKUS Bouger et positionner son corps 2 (appliquer) OBJECTIFS Acquérir les bases des mouvements, perception des mouvements	Variation du terrain / des agrès Apprendre, exercer, essayer exercices orientés sur la technique
	Personnalité	OBJECTIFS Créer des expériences positives, gagner en confiance	Leçons physiquement et psychiquement variées
9	Généralités		Répétition L8
	Escalade, technique	FOCUS Bouger et positionner son corps 3 (créer) OBJECTIFS Acquérir les bases et un répertoire de mouvements, perception des mouvements	Variation du terrain / des agrès Apprendre, exercer, essayer exercices orientés sur la technique
	Personnalité	OBJECTIFS Créativité, autodétermination	Enseignement ouvert, essayer, trial & error / improve
10	Généralités		Répétition L9
	Escalade, technique, physique / motricité	OBJECTIF Escalade finale	Petit concours adapté aux enfants et aux adolescents
	Personnalité	OBJECTIFS Participer activement à un groupe, fairplay, expérience, équipe, émotions	Petit concours adapté aux enfants et aux adolescents

PREUVE DE CAPACITÉ	<ul style="list-style-type: none"> - Comportement adéquat aux agrès et au mur de bloc (sécurité, communication) - Bouger et grimper aux agrès et au mur de bloc (au min. 5 mouvements de la leçon "Se mouvoir dans la verticalité") - Technique et précision des pieds (min. 3 mouvements de la leçon "Positionnement des pieds") - Technique et précision de préhension (min. 3 mouvements de la leçon "Prises / préhension") - Variété des mouvements (min. 3 mouvements de la leçon "Bouger et positionner le corps") - Développer / appliquer les comportements du domaine "Personnalité" - 90% de présence (obligation des précenses)
---------------------------	---


ROOKIE Singe

Agrès / Bloc / Mur d'escalade

TECHNIQUE / PERSONNALITÉ Créer

Organisateur maître / sport scolaire / OJ	Qualification cours d'introduction ASEP	Participants enfants dès 11 ans
Niveau débutants élevé	Disciplines bloc, escalade en moulinette	Durée 5 doubles leçons (DL) avec les contenus échauffement - répétition - partie principale - conclusion
Description - introduction au bloc / à l'escalade - apprentissage des mouvements ainsi que développement des capacités	- Ne compte pas comme autorisation pour grimper seul!	Aspects sécurité - éviter de trop solliciter les doigts ! - taille des groupes (salles d'escalade)
Objectifs - grimper et assurer en moulinette avec contreassurage / contrôle - apprentissage et exercices ludiques : jeux et grimpe aux agrès ; jeux de bloc - motiver les enfants pour l'escalade - acquérir les mouvements de base et les premières expériences		Astuces - mettre l'accent sur le plaisir et l'enthousiasme - créer des expériences positives - mettre en avant la performance - 1er âge d'or pour l'apprentissage (coordination et technique)

DL	Domaine - QUOI	Objectif global - POURQUOI / Sujet - QUOI EXACTEMENT	Description - COMMENT
1	Sécurité	OBJECTIFS Nœuds, baudrier, mousqueton, contrôle du partenaire	Introduction, brochure "grimper en sécurité"
	Escalade,	OBJECTIFS Nœuds, assurage, maniement de la corde,	Escalade en moulinette (avec contreassurage)
	Personnalité	OBJECTIFS Réduction de la peur, gagner en confiance, travail en équipe	S'entraider pour les nœuds, l'assurage et le maniement de la corde
2	Sécurité	OBJECTIFS Consolider les aspects de sécurité	Répétition L1
	Escalade, technique	FOCUS Se mouvoir dans la verticalité 1 (acquérir) OBJECTIFS Acquérir les bases des mouvements, perception des mouvements	Variation du terrain / des agrès Expérimenter les oppositions, essayer exercices orientés sur la technique
	Personnalité	OBJECTIFS Créer des expériences positives, gagner en confiance et apprendre à s'auto-évaluer	Leçons physiquement, psychiquement variées et exigeantes
3	Sécurité	OBJECTIF Consolider les aspects de sécurité	Répétition L2
	Escalade, technique	FOCUS Se mouvoir dans la verticalité 2 (appliquer) OBJECTIFS Acquérir les bases des mouvements, perception des mouvements	Variation du terrain / des agrès Expérimenter les oppositions, essayer exercices orientés sur la technique
	Personnalité	OBJECTIFS Créativité, autodétermination, participation	Enseignement ouvert, essayer, trial & error / improve
4	Généralités		Répétition L3
	Escalade, technique	FOCUS Positionnement des pieds 2 (appliquer) OBJECTIFS Acquérir les bases des mouvements, perception des mouvements	Variation du terrain / des agrès Apprendre, exercer, essayer exercices orientés sur la technique
	Personnalité	OBJECTIFS Créer des expériences positives, gagner en confiance et apprendre à s'auto-évaluer	Leçons physiquement, psychiquement variées et exigeantes
5	Généralités		Répétition L4
	Escalade, technique	FOCUS Positionnement des pieds 3 (créer) OBJECTIFS Acquérir les bases et un répertoire de mouvements, perception des mouvements	Variation du terrain / des agrès Apprendre, exercer, essayer exercices orientés sur la technique
	Personnalité	OBJECTIFS Créativité, autodétermination, participation	Enseignement ouvert, essayer, trial & error / improve
6	Généralités		Répétition L5
	Escalade, technique	FOCUS Prises / préhension 2 (appliquer) OBJECTIFS Acquérir les bases des mouvements, perception des mouvements	Variation du terrain / des agrès Apprendre, exercer, essayer exercices orientés sur la technique
	Personnalité	OBJECTIFS Créer des expériences positives, gagner en confiance et apprendre à s'auto-évaluer	Leçons physiquement, psychiquement variées et exigeantes
7	Généralités		Répétition L6
	Escalade, technique	FOCUS Prises / préhension 3 (créer) OBJECTIFS Acquérir les bases et un répertoire de mouvements, perception des mouvements	Variation du terrain / des agrès Apprendre, exercer, essayer exercices orientés sur la technique
	Personnalité	OBJECTIFS Créativité, autodétermination, participation	Enseignement ouvert, essayer, trial & error / improve
8	Généralités		Répétition L7
	Escalade, technique	FOCUS Bouger et positionner son corps 2 (appliquer) OBJECTIFS Acquérir les bases des mouvements, perception des mouvements	Variation du terrain / des agrès Apprendre, exercer, essayer exercices orientés sur la technique
	Personnalité	OBJECTIFS Créer des expériences positives, gagner en confiance et apprendre à s'auto-évaluer	Leçons physiquement, psychiquement variées et exigeantes
9	Généralités		Répétition L8
	Escalade, technique	FOCUS Bouger et positionner son corps 3 (créer) OBJECTIFS Acquérir les bases et un répertoire de mouvements, perception des mouvements	Variation du terrain / des agrès Apprendre, exercer, essayer exercices orientés sur la technique
	Personnalité	OBJECTIFS Créativité, autodétermination, participation	Enseignement ouvert, essayer, trial & error / improve
10	Généralités		Répétition L9
	Escalade, technique, physique / motricité	OBJECTIF Escalade finale	Petit concours adapté aux enfants et aux adolescents
	Personnalité	OBJECTIFS Participer activement à un groupe, fairplay, expérience, équipe, émotions	Petit concours adapté aux enfants et aux adolescents

PREUVE DE CAPACITÉ	<ul style="list-style-type: none"> - Comportement adéquat aux agrès et au mur de bloc (sécurité, communication, contrôle du partenaire) - Sait faire correctement les nœuds d'encordement et d'assurage, baudrier, maniement de la corde M - Technique et précision des pieds (min. 3 mouvements de la leçon "Positionnement des pieds") - Technique et précision de préhension (min. 3 mouvements de la leçon "Prises / préhension") - Variété des mouvements (min. 3 mouvements de la leçon "Bouger et positionner son corps") - Développer / appliquer les comportements du domaine "Personnalité" - 90% de présence (obligation des précenses)
---------------------------	---