|  |  |
| --- | --- |
| **Objectif :****Connaître les règles de sécurité et d’action en tant que grimpeur et pareur** | * **communiquer**
* **observer**
* **agir et réagir vite**
 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **SITUATION** | **DISPOSITIF** | **CONSIGNES** | **RELANCES** |
| **PARADES RECEPTIONS** | **Dispositif :**Un binômeSur le mur, au maximum, à 1 m du sol**Matériel :**aucun**Organisation pédagogique :**Un binôme : chaque équipier est pareur et grimpeur Travail en atelier sous le contrôle d’un adulte | **Pour le grimpeur :****Être dynamique lors de la chute****Pour le grimpeur :**Se placer à 1 m du sol. Etre prêt à chuter.Se repousser du mur.Anticiper et chuter dans la zone de réception.Se laisser tomber en étant actif (fléchir les jambes, essayer d’arriver debout).**Pour le pareur : Eviter la chute du grimpeur sur le dos****Pour le pareur :**Etre attentif, toujours regarder le grimpeur et être prêt à intervenir lors de la chute du grimpeur.Ne pas être trop proche du grimpeur.***Pour éviter la chute du grimpeur sur le dos, appliquer les mains au niveau des omoplates et accompagner sa réception au sol*** |  |
|   |