

Explorer l'espace

Intérêt

De nombreux facteurs peuvent gêner l'accès à la réussite et au plaisir en escalade :

- le mode de déplacement inhabituel,
- le caractère impressionnant du milieu (hauteur et raideur),
- l'interrogation sur les conséquences d'une chute (mythification de l'inconnu, peur de se blesser),
- si utilisation du matériel : l'interrogation sur la fiabilité du matériel et des techniques pour évoluer en hauteur,
- si difficultés techniques => le stress lié à une réduction de la marge de sûreté, peur de perdre la maîtrise, peur de l'échec...

Pour explorer l'espace, il faut apprivoiser ces facteurs graduellement. Les jeux d'éveil constituent un excellent moyen pour y parvenir (et détourner l'attention des pratiquants de ces facteurs stressants !).

Exemples de jeux et situations éducatives


Chat perché	
Thème	1 ^{er} contact
Situation de départ	1 chat, des souris 2 lignes parallèles au mur : 1 à 1m comportant des plots, l'autre à 5m Position de départ : les souris sur la ligne des 1m, le chat sur la ligne des 5m
But du jeu	Le chat doit attraper une souris ; pour l'attraper, il doit la toucher quand elle est au sol (au moins 1 pied au sol). Les souris doivent marquer le maximum de points dans le temps du jeu : pour marquer 1 point, une souris doit toucher 1 plot. Lorsqu'une souris est touchée, elle perd ses points et devient chat !
Autre règle	La 1 ^{ère} souris ayant atteint un nombre de points défini (5 ou 10 pts) a gagné



Chat perché

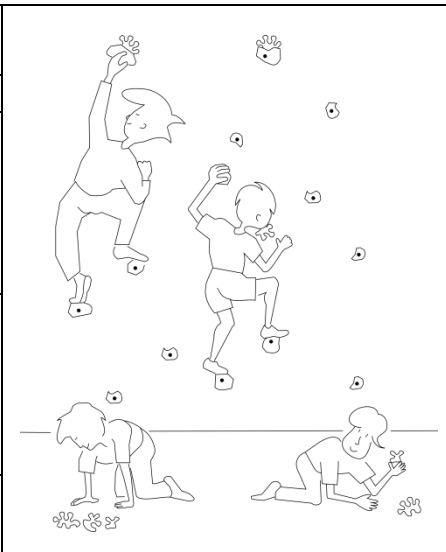
Explorer l'espace

Le portrait du moniteur	
Thème	Explorer l'espace
Situation de départ	des équipes de 3-4 joueurs par équipe, une feuille et un crayon fixés sur le mur, à hauteur limitée
But du jeu et règles principales	Dessiner le portrait du moniteur : chaque membre d'une équipe dessine une partie du portrait : l'oval du visage, un autre dessine les yeux...
Autres règles	A la fin du jeu, le moniteur désigne le meilleur portrait !



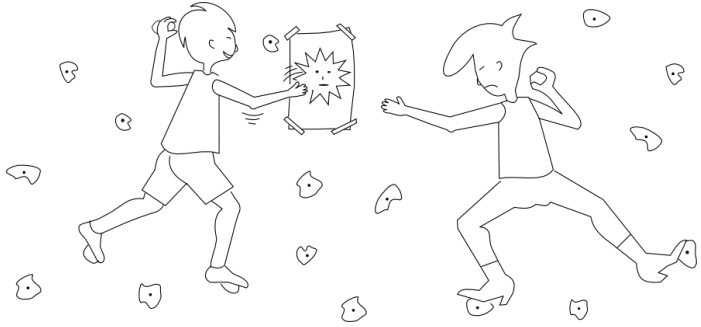
Le portrait du moniteur

Le puzzle	
Thème	Explorer l'espace
Situation de départ	2 équipes, 2 zones distinctes à hauteur limitée Dans chaque zone, les pièces d'un même puzzle placées sur les différentes prises
But du jeu et règles principales	Reconstituer le puzzle : au signal, chaque équipe grimpe dans sa zone pour aller chercher les différentes pièces et reconstituer le puzzle au sol.
Autres règles	Un joueur ne peut ramener qu'une pièce à la fois, il doit redescendre sans sauter...



Le puzzle

Explorer l'espace

1, 2, 3... soleil	
Thème	Explorer l'espace
Situation de départ	Un soleil affiché au milieu d'une traversée, 2 équipes démarrant de chaque côté de la traversée, 1 meneur de jeu
But du jeu et règles principales	Réaliser la traversée pour toucher le soleil sans être surpris en mouvement par le meneur de jeu : <ul style="list-style-type: none"> pendant que le meneur compte, il est rendu aveugle par un masque ; les joueurs traversent les uns derrière les autres vers le soleil, quand le meneur prononce "soleil", il enlève son masque et désigne les joueurs qu'il a surpris en mouvement.
Autres règles	Les joueurs surpris en mouvement ou qui tombent recommencent au début, Préciser la prise que doit atteindre le 1 ^{er} pour que le 2 nd démarre, L'équipe gagnante est celle ayant le plus grand nombre de joueurs ayant touché le soleil dans le temps imparti.
 <p>1, 2, 3... soleil</p>	

Et plein d'autres idées de jeux dans les livrets "progresser en escalade", blanc, jaune ou orange...