

Raid nature USEP

Bois de la Chaille à Marchaux

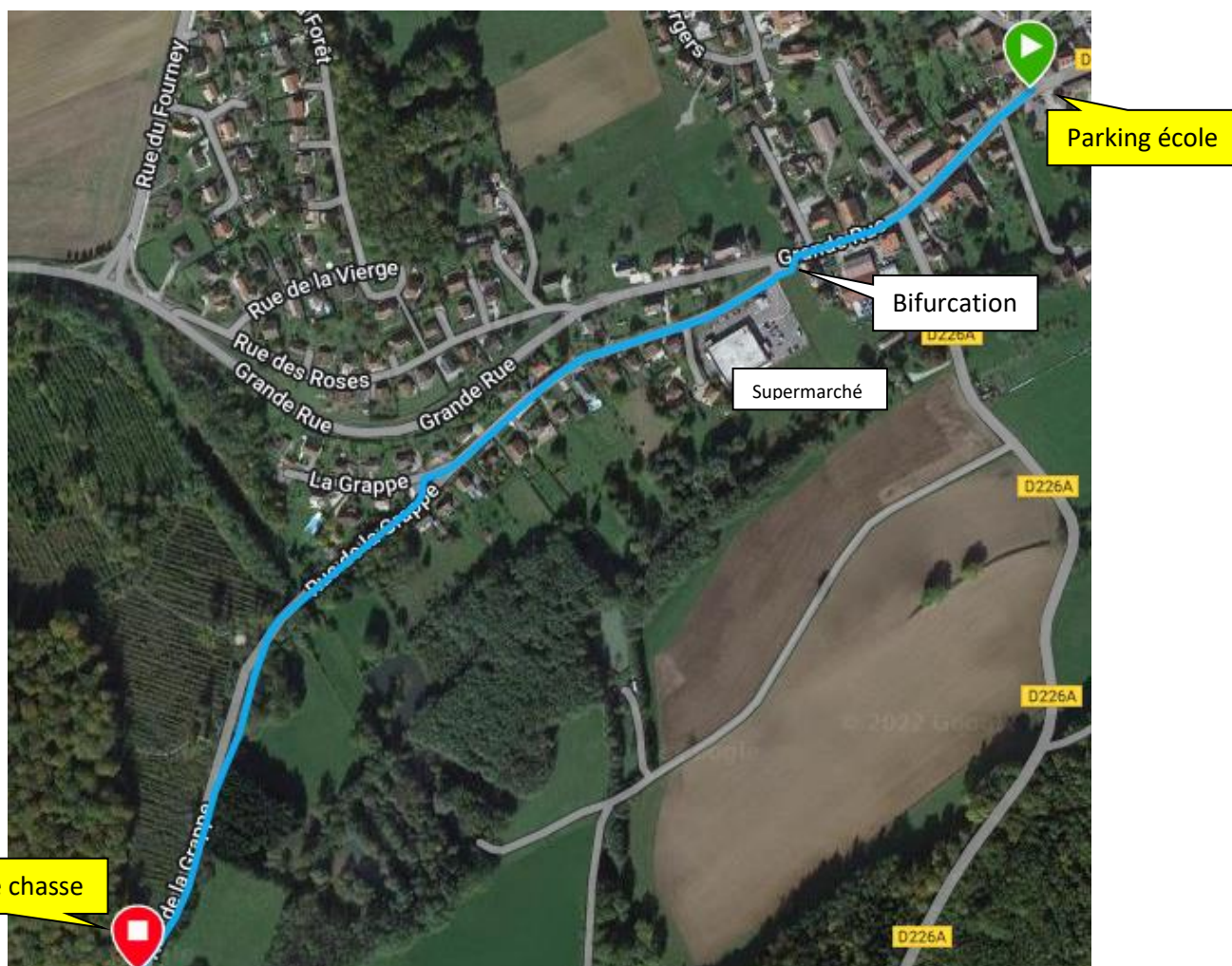


Avant la rencontre :

- Préparer des groupes de 3 élèves ;
- Etudier les parcours ;
- Entraîner la capacité d'endurance de vos élèves (activités de course longue) ;
- Prévenir les parents accompagnateurs de leur rôle de signaleur pendant la rencontre.

A votre arrivée :

- Le bus vous déposera sur le parking de l'école à Marchaux : remonter la Grande rue en direction du supermarché ; au niveau du supermarché, prenez la rue de la Grappe. Vous traversez tout d'abord un lotissement, puis dans la continuité, vous empruntez un « chemin blanc » jusqu'à une cabane de chasse.



La rencontre :

3 parcours sont mis en place avec des distances entre 1 et 2 km.

Le raid nature est une activité sportive qui allie à la fois course nature et épreuves à réaliser et/ou obstacles à franchir.

Les distances entre chaque obstacle ou épreuve sont parcourues par les élèves qui restent en groupes, afin de mettre en place une certaine solidarité dans chaque équipe.

Sur chacun des parcours, les groupes d'élèves ne pourront repartir que lorsque l'épreuve sera réussie et/ou les obstacles seront franchis. (Les critères de réussite sont détaillés pour chacune des épreuves)

Les adultes accompagnateurs participeront à la validation des épreuves / des obstacles en remplissant la fiche de passage distribuée à chaque équipe.

Encadrement / rôle des parents :

La rencontre est organisée avec l'aide des élèves de CM2 de l'école de Marchaux. Chaque groupe est accompagné par un élève de CM2 qui aura préalablement repéré et balisé les parcours.

Les parents accompagnateurs assumeront, à la fois, le rôle de signaleurs et contribueront à la validation des épreuves.

Parcours A (balisage bleu)



Epreuve : tir à l'arc : les membres de l'équipe essaient à tour de rôle de viser une cible

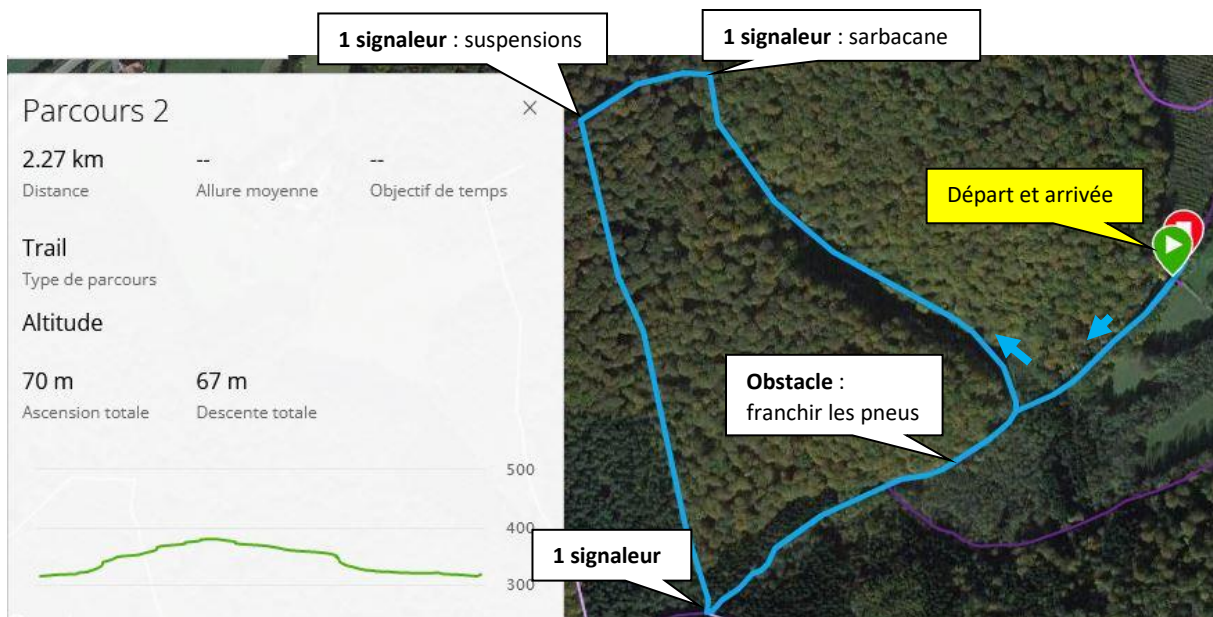
- La cible est touchée 2 fois par au moins 3 membres de l'équipe

Obstacles :

- **Franchissement des rondins :** chaque membre de l'équipe traverse l'espace des rondins sans mettre le pied au sol.
- **Déplacement le long de la poutre :** chaque membre de l'équipe traverse la poutre en marche arrière, sans mettre le pied au sol.
- **Barres de traction :** chaque élève effectue une traversée d'1 poteau à l'autre, en choisissant la barre la plus adaptée à sa taille.
- **Barre parallèle :** chaque élève effectue une traversée des barres sans mettre le pied au sol (en utilisant la méthode de son choix).

⇒ Les obstacles sont franchis au moins 3 fois par les membres d'une équipe

Parcours B (balisage blanc)



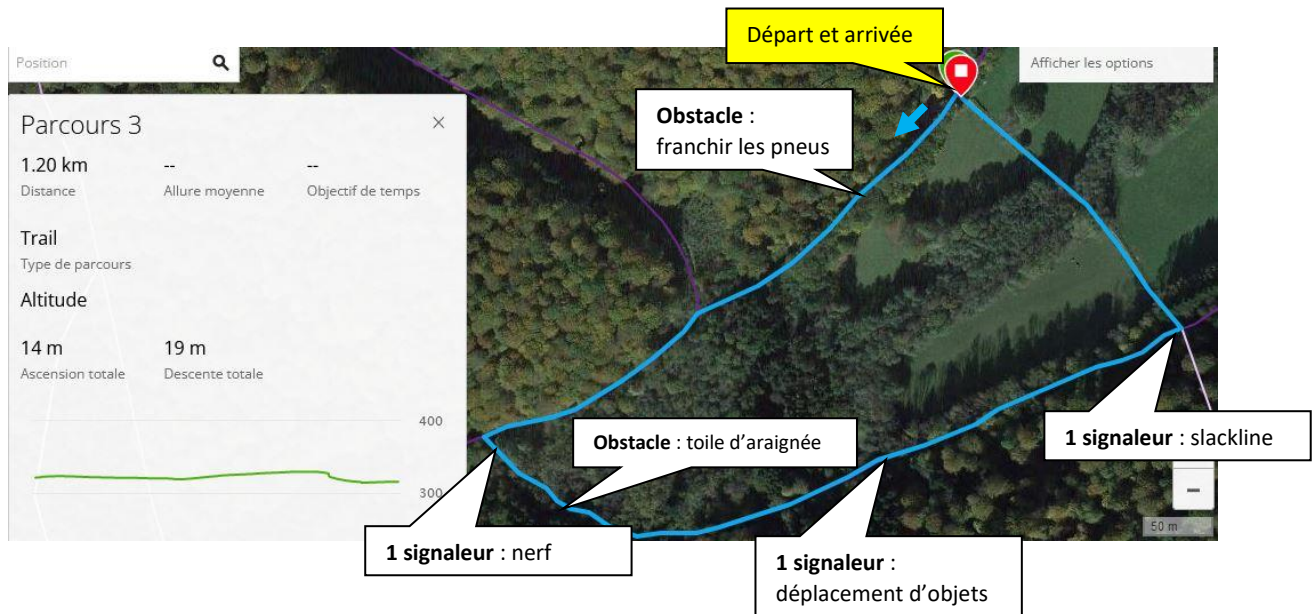
Epreuve : sarbacane : les membres de l'équipe essaient à tour de rôle de viser une cible

- La cible est touchée 2 fois par au moins 3 membres de l'équipe

Obstacles :

- **Suspensions :** chaque élève à tour de rôle tente une traversée des suspensions.
⇒ Les obstacles sont franchis au moins 3 fois par les membres d'une équipe
- **Rivière de pneus :** les élèves traversent la rivière de pneus l'un après l'autre.
⇒ Les obstacles sont franchis **par tous les membres** d'une équipe

Parcours C (balisage rouge)



Epreuves :

- **Tirs de nerf** : les membres de l'équipe essaient à tour de rôle de viser une cible.
 - ⇒ La cible est touchée 2 fois par au moins 3 membres de l'équipe
- **Déplacement d'objets** : les élèves en groupe déplacent une balle d'une barrière à l'autre à l'aide de 2 barres qu'ils tiennent par leurs extrémités.
 - ⇒ La balle est déplacée d'une barrière à l'autre sans tomber au sol.
- **Slackline** : les membres de l'équipe essaient à tour de rôle de se déplacer sur la slackline sans poser le pied au sol.
 - ⇒ La slackline est parcourue au moins 3 fois par un des membres de l'équipe.

Obstacles :

- **Rivière de pneus** : les élèves traversent la rivière de pneus l'un après l'autre.
 - ⇒ Les pneus sont franchis **par tous les membres** d'une équipe
- **Toile d'araignée** : les élèves traversent la toile d'araignée l'un après l'autre.
 - ⇒ La toile d'araignée est franchie par tous les membres de l'équipe