

Diversifier l'enseignement – Méthodes centrées sur l'enseignant: Série d'exercices méthodologique: Escalade en bloc

Cette préparation de leçon aide à comprendre et à appliquer les principes de la méthode «Série d'exercices méthodologique » à la lumière d'un exemple concret.

Conditions cadres

- Durée de la leçon: 60 minutes
- Groupe cible: adultes
- Lieu: salle de sport



Objectif d'apprentissage

- Acquérir les mouvements de base de l'escalade en bloc et être capable de les enchaîner de manière fluide.

[Leçon: Série d'exercices méthodologique – Escalade en bloc \(pdf\)](#)

Source: Harry Sonderegger, chef section Sport des adultes Suisse esa, Office fédéral du sport OFSPO



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO