



## FONDAMENTAUX DE LA RANDONNÉE PEDESTRE

### DEVENIR ELEVE

#### Vivre ensemble

- Respecter l'environnement traversé
- Respecter les règles de sécurité routière
- Respecter les règles du randonneur

#### Coopérer et devenir autonome

- Savoir adapter l'allure du groupe en fonction de tous
- Se reconnaître un but commun (avancer vers un point déterminé...)
- S'organiser dans le groupe pour les tâches à effectuer, en prenant en compte les appétences et capacités.
- Communiquer (avant, pendant, après)
- Faire preuve d'initiatives dans les activités proposées.

### AGIR ET S'EXPRIMER AVEC SON CORPS

#### Découvrir les possibilités de son corps :

- Marcher à allure régulière dans un environnement non coutumier
- Fournir des efforts tout en modulant son énergie (activité longue et régulière)
- Faire preuve d'endurance
- Adapter la forme et le rythme de marche aux différents types de terrains

#### Gérer ses émotions dans un milieu chargé d'incertitude :

- Identifier les risques,
- Apprendre à agir en toute sécurité,
- Accepter de prendre des risques mesurés.

#### S'orienter :

- Se repérer et se déplacer dans l'espace
- Faire preuve d'esprit d'observation

### DÉCOUVRIR LE MONDE

- Repérer un danger et le prendre en compte
- Se repérer dans le temps : situer les événements les uns par rapport aux autres
- Se situer dans l'espace et situer des objets /soi
- Effectuer des itinéraires en fonction de consignes variées et en rendre compte (représentations graphiques, formes variées de représentations, dessins, schémas)
- Sensibiliser aux problèmes de l'environnement, apprendre à respecter la vie
- S'informer de la météorologie

### ADAPTER SES DÉPLACEMENTS À DES ENVIRONNEMENTS VARIÉS

### LANGAGE AUTOUR DE LA RANDONNÉE « Décrire ou représenter un parcours simple »

- Utiliser le langage pour mise en place d'un projet d'action
- Enrichir son vocabulaire
- Savoir relater, décrire, des étapes de la randonnée
- Utiliser un vocabulaire approprié (temps et espace)