

<https://saint-etienne-sud.circo.ac-lyon.fr/spip/spip.php?article284>



Direction des services départementaux  
de l'éducation nationale  
de la Loire



# Randonnée Pédestre

- Didactique - EPS & Activités Physiques -



Date de mise en ligne : mardi 11 mai 2021

---

Copyright © Inspection de l'éducation nationale de Saint-Etienne sud - Tous

droits réservés

---

## Randonnée pédestre = EPS

- La randonnée pédestre est une activité d'Education Physique et Sportive qui **développe l'endurance et des habiletés motrices** comme la marche et l'équilibre sur divers terrains, avec des dénivellations variées.
- Elle permet également l'acquisition de **compétences sociales et civiques** (évoluer en groupe, gérer la sécurité pour soi et pour les autres, respecter l'environnement) et contribue grandement au **développement de l'autonomie et de l'initiative** de l'élève (repérage sur le plan, choix de l'itinéraire et du matériel adéquat, utilisation du balisage ...).



- La randonnée pédestre est l'occasion de mettre en place des **liens interdisciplinaires** :

- les moments d'observation sont multiples et permettent d'observer et de comprendre l'environnement (le paysage, la faune, la flore) à l'aide des 5 sens.

- le langage oral, la lecture et l'écriture sont sollicités concrètement.

- Activité **simple à mettre en oeuvre**, particulièrement riche, elle peut être pratiquée par tous les élèves de l'école primaire, du cycle 1 au cycle 3.
- Contribuant à **l'éducation à la santé**, elle trouve toute sa place dans une programmation de classe et/ou de cycle, quel que soit le lieu où se situe l'école.



## Organisation du module

Comme tout module d'apprentissage en EPS, **la randonnée pédestre** comporte idéalement un minimum de 6 à 8 séances.

Il s'articule autour de **séances d'apprentissages spécifiques** menées dans un lieu clos (cour de l'école, stade par exemple) puis de randonnées proprement dites, menées sur des parcours plus ou moins éloignés de l'école selon le contexte géographique.

On pourra répéter plusieurs fois un même parcours, en proposant des points caractéristiques différents (faune, flore, lecture de paysage...) afin de **stabiliser les apprentissages moteurs** (doser l'effort...).

Cette activité physique s'appuie bien sûr sur un certain nombre d'**apprentissages transversaux** qui seront menés sur d'autres temps.

### [Outil pour préparer un module de randonnée \(lien\)](#)

Organiser un module randonnée pédestre en début d'année peut être pertinent. au delà des compétences individuelles développées, on observe deux autres avantages :

- créer de la **cohésion dans un groupe classe** qui se retrouve, ou qui ne se connaît pas
- permettre à l'enseignant d'**évaluer facilement et objectivement tous ses élèves** en terme de forme physique et de persévérance.

## Des ressources

La Fédération Française de Randonnées propose des rando-fiches comportant une carte, une description de parcours, une explication du balisage et des éléments culturels. En outre, les tracés au format .gpx peuvent être téléchargés et suivis sur des montres/smartphones.

### [Rando-fiches Loire 42](#)

Pour les écoles stéphanoises, des tronçons de la boucle verte peuvent être effectués séparément.

[[https://saint-etienne-sud.circo.ac-lyon.fr/spip/IMG/UserFiles/Images/Screenshot\\_2021-05-11\\_Randofiches@-FFRandonnée Loire.png](https://saint-etienne-sud.circo.ac-lyon.fr/spip/IMG/UserFiles/Images/Screenshot_2021-05-11_Randofiches@-FFRandonnée_Loire.png)]

Le site [VisoRando](#) propose un moteur de recherche de randonnées par filtre (distance, dénivelé, lieu, ...).

[[https://saint-etienne-sud.circo.ac-lyon.fr/spip/IMG/UserFiles/Images/Screenshot\\_2021-05-11\\_Carte\\_de\\_recherche\\_d'un itinéraire de randonnée.jpg](https://saint-etienne-sud.circo.ac-lyon.fr/spip/IMG/UserFiles/Images/Screenshot_2021-05-11_Carte_de_recherche_d'un_itineraire_de_randonnee.jpg)]

Voici quelques propositions de randonnées adaptées aux capacités des élèves du 1er degré :

[Boucle sur les hauteurs du Pilat](#)

[Salvaris et le bois du Sapey](#)

[Montée au Guizay depuis St-Etienne](#)

[Boucles des Rochettes](#)

[Tour du plateau du Guizay](#)

[Autour du bois et du barrage de l'Ondenon](#)

[Le Gouffre d'enfer](#)

L'application gratuite [MAPS.ME](#) permet d'utiliser le GPS du smartphone même sans réseau 3G/4G. Il suffit au préalable de télécharger la carte du département souhaité. Elle peut géolocaliser à tout moment et calculer l'itinéraire le plus court pour rentrer en cas de problème.

[[https://saint-etienne-sud.circo.ac-lyon.fr/spip/IMG/UserFiles/Images/Screenshot\\_2021-05-11\\_MAPS\\_ME – Cartes hors ligne, GPS navigation – Applications sur Google Play.png](https://saint-etienne-sud.circo.ac-lyon.fr/spip/IMG/UserFiles/Images/Screenshot_2021-05-11_MAPS_ME_-_Cartes_hors_ligne,_GPS_navigation_-_Applications_sur_Google_Play.png)]