



**ACADÉMIE  
DE STRASBOURG**

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

Inspection Pédagogique Régionale

Education Physique et Sportive

**Plan Académique de Formation**

# Escalade Première séquence et protocole de sécurité.

Yann CORBY, Cyrille SUHR

## **Logique interne du champ d'apprentissage.**

### **CA2 : ADAPTER SES DEPLACEMENTS A DES ENVIRONNEMENTS VARIES**

#### **Les attendus de fin de cycle 3 :**

Réaliser seul ou à plusieurs un parcours dans plusieurs environnements inhabituels, en milieu naturel aménagé ou artificiel.

Connaitre et respecter les règles de sécurité qui s'appliquent à chaque environnement

#### **Les attendus de fin de cycle 4 :**

Réussir un déplacement planifié dans un milieu plus ou moins connu.

Gérer ses ressources pour réaliser en totalité un parcours sécurisé (bloc ou voie)

Assurer la sécurité de son camarade

Respecter et faire respecter les règles de sécurité.

#### **Les attendus de fin de cycle 5 :**

S'engager à l'aide d'une motricité spécifique pour réaliser en sécurité et à son meilleur niveau, un itinéraire dans un contexte incertain.

S'entraîner individuellement et collectivement, pour se déplacer de manière efficiente et en toute sécurité.

Coopérer pour réaliser un projet de déplacement, en toute sécurité.

Olivier MUYARD, Yann CORBY, Cyrille SUHR

## **Plan Académique de Formation**

### **Cadre règlementaire pour une séquence d'apprentissage en escalade.**

#### **1- Avant le début de la séquence d'apprentissage :**

- Prendre connaissance de la circulaire académique sur la sécurité en Escalade (cf.annexe)
- Prendre connaissance de son matériel et en faire une vérification de routine. S'assurer que le cahier des EPI est à jour et que son matériel est conforme.
- Vérifier que le mur a été contrôlé dans les 12 derniers mois. Le propriétaire est dans l'obligation d'afficher le compte rendu du contrôle du mur par un organisme agréé.

#### **2- Avant la leçon :**

- Vérification du mur et de son environnement : tapis jointifs, cordes bien en place dans les relais.
- Vérification de routine du matériel (par exemple lorsque tous les élèves sont équipés du baudrier).

### **Le mur : La richesse du support va en grande partie structurer la motricité de l'élève. Une attention particulière doit être portée sur les points suivants**

- Forte densité des prises en bas de la voie (jusqu'à 3m)
- Orientation des prises variée dans le bas des voies
- Voies « faciles » réparties sur une grande partie du mur
- Plusieurs voies par couloir pour pouvoir mixer les prises ou choisir 2 ou plusieurs difficultés dans le même couloir.

## **Le déroulé de la formation :**

Après s'être assuré que tous les points règlementaires concernant la pratique soient connus et vérifiés (Mur, EPI, protocole sécurité) la séquence d'apprentissage peut commencer.

## **L'échauffement :**

Il doit être progressif, rapidement spécifique, utilisant principalement le bas du mur. Les différents rôles sociaux peuvent y être associés dès le départ (pareur, coach, observateur).

Exemples de mise en œuvre :

- **Traversée pieds au sol** : pieds en contact carre interne ou carre externe uniquement, varier les préhensions. Variables : longueur de la traversée, bras tendus, de gauche à droite et de droite à gauche ...etc.

**Traversée à thème avec variantes** : de face, à l'égyptienne (de profil uniquement), changements de pieds, de mains, croisements, parcours d'obstacles, chef d'orchestre.

### **Situations en équipe**

**Relais dégainé** : par équipe de 4 ou 5, courir et grimper jusqu'à la première dégainé, mousquetonner et désescalader, puis courir vers le partenaire suivant qui va à son tour sur le mur pour décrocher la dégainé et la transmettre au suivant...etc. la première équipe qui a fait passer tous ses grimpeurs gagne le jeu

**Relais dégainé + mousquetonnage d'un bout de corde** : par équipe de 4 ou 5, courir et grimper jusqu'à la première dégainé, passer le bout de corde dans le mousqueton et désescalader, puis courir vers le partenaire suivant, lui transmettre le bout de corde (corde fixée sur un mousqueton et accroché sur le pontet), la première équipe qui a fait passer tous ses grimpeurs gagne le jeu.

Situation qui prépare à l'escalade en tête (UNSS, évaluation baccalauréat)

**Relais par équipe en traversée chronométrée.**

Par équipe de 5 ou 6, au top départ, se répartir en grim pant en traversée sur une largeur de mur et lorsque tous les grimpeurs sont en place, se transmettre un cerceau pour l'accrocher sur la prise d'arrivée.

### Mise en place du baudrier

- Instaurer une routine, par exemple par 2 avec co-vérification, puis visualisation ensuite par l'enseignant.
- Possibilité de positionner les élèves en arc de cercle pour avoir une vision d'ensemble du groupe classe.
- **Les points de vigilance** : sangles au-dessus du bassin, non vrillées, serrage ajusté, l'ensemble du baudrier visible.



<https://www.dailymotion.com/embed/video/kQx7pYidVno7wmtAe6b>

## Apprentissage de l'assurage : les étapes

- Découverte du « frein »

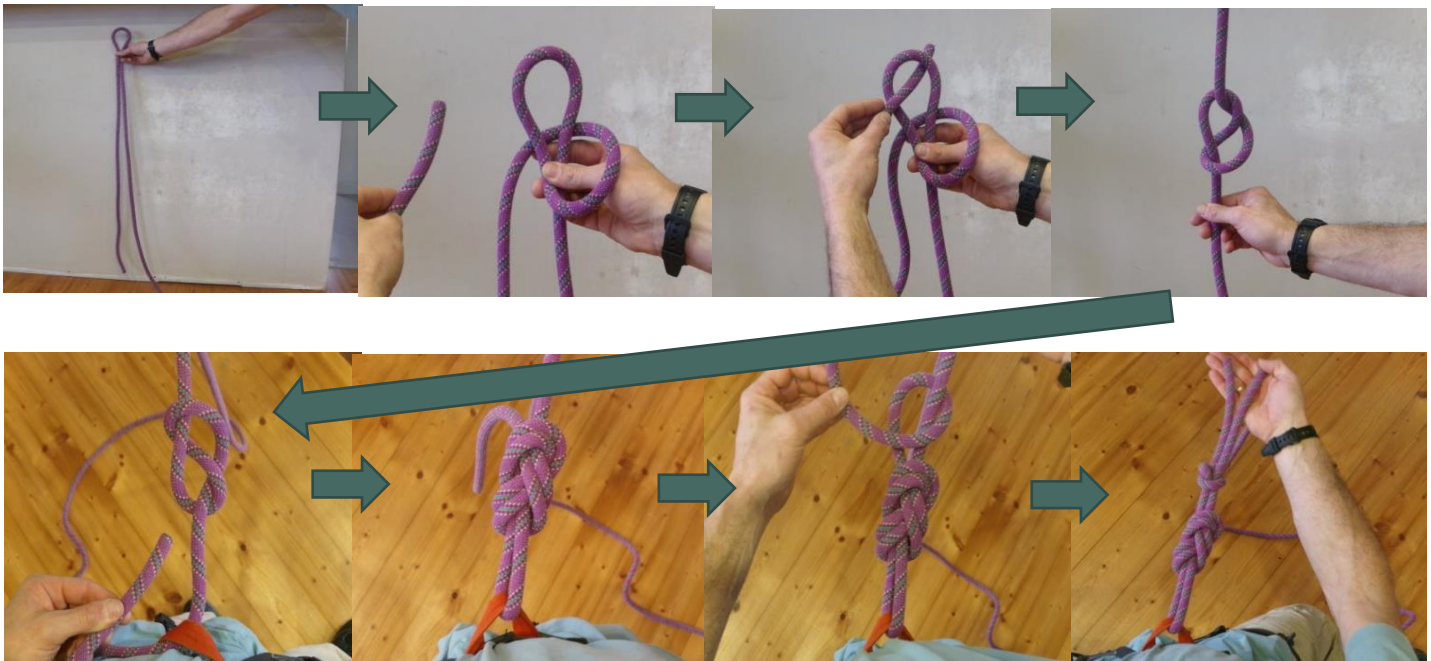
### Confection du nœud.

Il est intéressant d'utiliser Moodle pour proposer des vidéos en amont de la séquence d'apprentissage (classe inversée), afin de découvrir et de s'exercer à la confection du nœud. Cela permet de gagner du temps lors des premières leçons.

Un tutorat entre élève peut être mis en place.

Mise à disposition de vidéos sur tablette pour seconder l'enseignant : « *Quand on ne sait plus, on va d'abord consulter la vidéo, et en dernier recours on sollicite le professeur* ».

<https://www.dailymotion.com/embed/video/k2Cni5YMuJHrcqtAebE>



- Démonstration de la technique en 5 temps avec accompagnement verbal + rythme.  
(1-2..... 3..4.....5/ 1-2..... 3..4.....5)



<https://www.youtube.com/watch?v=PEBCLR5Y0rQ>

### **Les étapes d'apprentissage de l'assurage en moulinette :**

1 – grimpeur reculé d'une dizaine de mètres, assureur + contre assureur au pied du mur (Possibilité de faire cet atelier sur un espalier). Le grimpeur marche doucement en direction du mur, l'assureur effectue la gestuelle en 5 temps, le contre assureur reprend de la corde en gérant le mou.

2- le grimpeur monte jusqu'à 3m, puis adopte la position de descente. Instauration du vocabulaire spécifique, équilibration de la cordée (vrille éventuelle de la corde : cf protocole de sécurité). Le contre assureur réalise le nœud de sécurité au plus près du système d'assurage, en veillant à ne pas gêner l'assureur.

3-L'enseignant se doit de mettre en place un système qui empêche tout retour au sol.

Pour nous, seules deux solutions sont envisageables :

- La mise en place du nœud de sécurité (un ou plusieurs). Il peut être fait par un contre assureur ou par l'enseignant.
- L'utilisation du « safe-tube », qui nécessite une période d'apprentissage.

<https://www.youtube.com/watch?v=rZJQYgOVa5Y>



## **Plan Académique de Formation**

- Quand l'élève sait faire, l'enseignant peut délivrer un permis d'assurer et le matérialiser par un chasuble, un marquage sur le baudrier.

Point de vigilance, « limites ! » : Même en ayant validé le permis, l'erreur est possible. Aucune cordée ne doit échapper à la vigilance et la surveillance de l'enseignant.

- La chute fait partie intégrante de l'activité. Il faut la faire vivre absolument par l'assureur et le grimpeur pour les rassurer. Elle fait partie intégrante du processus d'apprentissage.

### **La composition de la cordée.**

- Un élève débutant avec un confirmé dans la mesure du possible en début de séquence (tutorat)
- Puis par affinité élève de confiance avec tout de même la limite du gabarit)

<https://www.dailymotion.com/embed/video/kK8NR5B36u41SXtAegM>

### **Situations d'apprentissages :**

#### **« Réduire le nombre de prises »**

Grimper plusieurs voies en réduisant au maximum le nombre de prises de mains utilisées pour l'ascension.

Notre choix s'est porté sur cette situation pour de nombreuses raisons.

- Très facile à mettre en place
- Consignes restreintes
- Réelles transformations de la motricité des élèves induite par la situation elle-même. Poussée dans les jambes, prise d'information, pose des pieds précise, mouvements « dynamiques », augmentation de l'amplitude du bassin.
- Situation globale qui met en jeu les rôles de grimpeurs, d'assureur, de contre assureur, d'observateur, de coach....

Les résultats et records sont retranscrits et conservés d'une leçon à l'autre sur des supports variés : tablette, tableau, fiche...

**Tâche complexe/ Situation de référence :**

**« Gravir les plus hauts sommets »**

Par cordée de 3 (4 si nécessaire), établir au sein de l'équipe un projet d'ascension réalisable dans un temps imparti. Plus les voies tentées ou réussies sont dures, plus la valeur des voies est élevée.

Le projet doit être établi par l'équipe AVANT le début des ascensions.

Cette situation met en jeu l'intégralité des rôles sociaux : Grimpeur, assureur, contre assureur, coach et répond à l'ensemble des attendus de fin de cycle (collège et lycée)

*Réaliser seul ou à plusieurs un parcours dans plusieurs environnements inhabituels, en milieu naturel aménagé ou artificiel.*

*Connaitre et respecter les règles de sécurité qui s'appliquent à chaque environnement*

*Réussir un déplacement planifié dans un milieu plus ou moins connu.*

*Gérer ses ressources pour réaliser en totalité un parcours sécurisé*

*Assurer la sécurité de son camarade*

*Respecter et faire respecter les règles de sécurité.*

*S'engager à l'aide d'une motricité spécifique pour réaliser en sécurité et à son meilleur niveau, un itinéraire dans un contexte incertain.*

Olivier MUYARD, Yann CORBY, Cyrille SUHR

*S'entraîner individuellement et collectivement, pour se déplacer de manière efficiente et en toute sécurité.*

*Coopérer pour réaliser un projet de déplacement, en toute sécurité.*

Idéalement, cette situation peut ou doit être proposée en milieu et en fin de séquence d'apprentissage pour constater les progrès réalisés par la cordée

- Progrès technique en escalade,
- Progrès au niveau de la mise en place du matériel de sécurité, nœud d'encordement effectué rapidement, efficacité du contre assureur
- Connaissance de son niveau relatif à la difficulté des voies. (Mise en projet individuel et collectif)
- Appropriation du système de cotation.

## Gravir les plus hauts monuments

Projet : estimer la hauteur que l'on va gravir par cordée de 3 grimpeurs

### LES MONUMENTS

Burj Khalifa (Dubai) = 830m
One World Trade Center (New York) = 540m
Empire State Building (New York) = 450m
Princess Tower (Dubai) = 410m
Le Stratosphère (Las Vegas) = 350m
Tour Eiffel (Paris) = 300m
Tour Montparnasse (Paris) = 210m
Pyramide de Khéops (Egypte) = 150m
Big Ben (Londres) = 100m
Tour de Pise (Italie) = 56 m

- > Possibilité de choisir 6 voies différentes
- > Chaque voie peut être essayée par deux grimpeurs /3 (ou les 3)
- > Un grimpeur peut essayer 4 voies au maximum
- > Voie réussie = TOP = 10 mètres
- > Milieu de voie atteint = 5 mètres (variable proposée ou non)
- > Coefficient en fonction de la cotation (voir tableau ci-dessous)

Coefficient	
$3a = x1$	$5a = x6$
$3c = x2$	$5b = x7$
$4a = x3$	$5c = x8$
$4b = x4$	$6a = x9$
$4c = x5$	$6b = x10$

La fiche élève :

**Défi : Graver les plus hauts monuments du monde**

				Quel monument ?	Quelle hauteur ?
Classe :	Date :	Notre projet			•

					Grimpeurs - Grimpeuses		Hauteur cumulée
Voie n°	Couleur	Cotation	Hauteur Top - 10m Milieu - 5m	Coefficient			
			mètre	X			
			mètre	X			
			mètre	X			
			mètre	X			
			mètre	X			
			mètre	X			

> Chaque voie peut-être essayée par deux grimpeurs

Hauteur totale :	
Projet réussi ?	OUI - NON
Différence en mètres	

Coefficient		LES MONUMENTS
3a = x1	5a = x6	Burj Khalifa (Dubai) = 830m
3c = x2	5b = x7	One World Trade Center (New York) = 540m
4a = x3	5c = x8	Empire State Building (New York) = 450m
4b = x4	6a = x9	Princess Tower (Dubai) = 410m
4c = x5	6b = x10	Le Stratosphère (Las Vegas) = 350m
		Tour Eiffel (Paris) = 300m
		Tour Montparnasse (Paris) = 210m
		Pyramide de Khéops (Egypte) = 150m
		Big Ben (Londres) = 100m
		Tour de Pise (Italie) = 56 m

### Compétition de bloc par équipe

Cette situation est un véritable laboratoire du geste ou l'élève enrichit son répertoire gestuel en s'affranchissant des contraintes de la hauteur.

- L'enseignant propose 8 à 10 zones en matérialisant un départ et une arrivée (exemple : cerceaux de couleur).
- Par équipe, de 3 ou 4, tenter de réaliser un maximum de blocs en un minimum d'essais.
- L'équipe vainqueur est celle qui marque un maximum de points.

#### CONTEST DE BLOC PAR EQUIPE

Nom - Prénom	B1	B2	B3	B4	B5	B6	B7	B8	B9	B10	Total
<b>TOTAL</b>											

Rappel : bloc réussi au 1er essai = 3 points | Bloc réussi en 2 essais ou plus = 2 points | Bloc essayé = 1 point

Temps d'observation avant le premier essai : 30s minimum

Variables :

- Limiter le nombre de prises pour réaliser le bloc
- Chaque équipe construit son bloc en imposant les prises de main autorisées. (Utiliser des bostons de couleur ou des post-it)
- Imposer prises de mains et prises de pieds.

Olivier MUYARD, Yann CORBY, Cyrille SUHR

**Proposition d'articulation de tous ces contenus dans une séquence d'apprentissage !  
(à moduler en fonction du projet de classe)**

**L1** : Mise en place du matériel  
Echauffement + situation d'escalade de bloc  
Apprentissage de l'assurage sur le bas des voies, puis grimpe  
jusqu'à 3m

**L2** : mise en place du matériel puis fonctionner en 2 groupes sur  
deux parties du murs distinctes : Bloc pour un groupe et assurage  
pour l'autre.  
Début de la validation du permis d'assurer

**L3 à L4** : selon la classe, échauffement en bloc puis un nombre  
croissant de cordées

Pour des raisons de sécurité et d'efficacité, il nous semble important de limiter le nombre de  
cordées sur le mur en début de séquence.

Fiche ressource académique :

[https://pedagogie.ac-strasbourg.fr/fileadmin/pedagogie/eps/ressources/CA2/CYCLE3\\_CA2\\_ESCALADE.docx](https://pedagogie.ac-strasbourg.fr/fileadmin/pedagogie/eps/ressources/CA2/CYCLE3_CA2_ESCALADE.docx)

Ressources annexes :

[https://pedagogie.ac-strasbourg.fr/fileadmin/pedagogie/eps/ressources/CA2/Demarches\\_d\\_enseignement/Escalade\\_sequences\\_d\\_apprentissage\\_C3\\_et\\_C4.xlsx](https://pedagogie.ac-strasbourg.fr/fileadmin/pedagogie/eps/ressources/CA2/Demarches_d_enseignement/Escalade_sequences_d_apprentissage_C3_et_C4.xlsx)