

Site Internet : <http://paris-idf.aeeps.org>

Twitter : @AeepsIDF



LES ATELIERS DE PRATIQUES



Escalade Par et Pour les élèves



Des appli' comme aide

<https://escalade-appli-mot.glideapp.io>

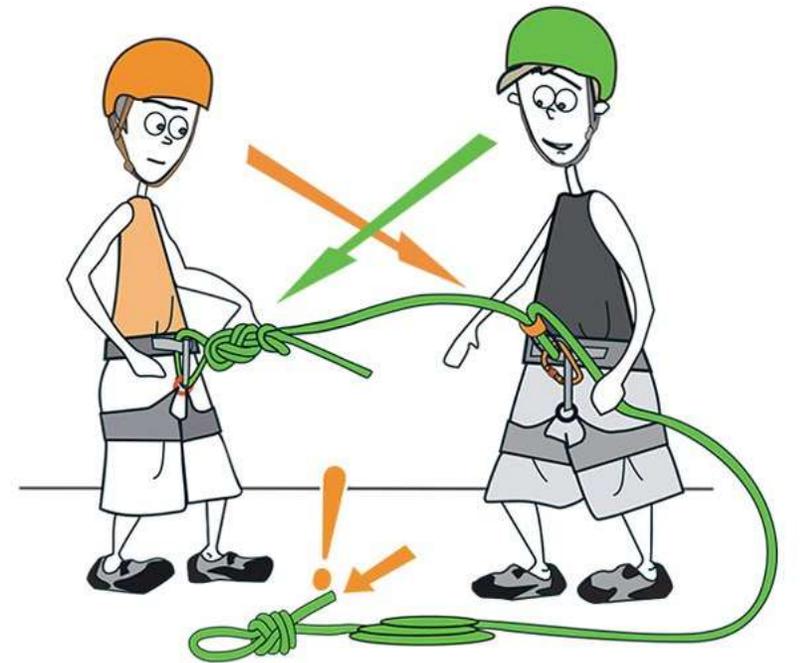


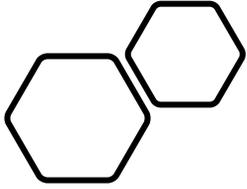
<https://escalade-appli-secu.glideapp.io>



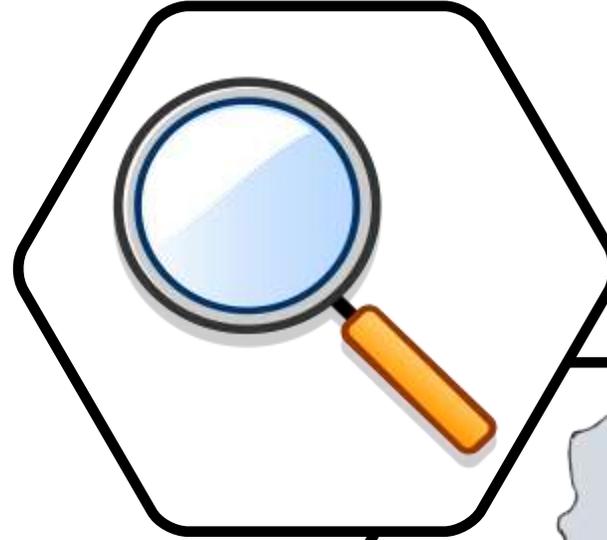
<https://escalade-appli-ouverture.glideapp.io>

La sécurité





Analyser l'activité



Un exemple vidéo



Un cadre d'analyse de l'activité de l'élève

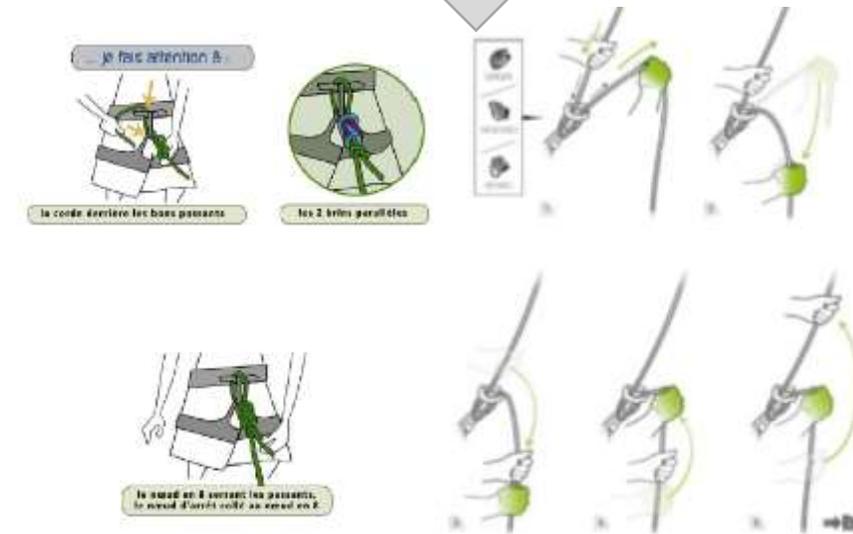
SECURITE PASSIVE

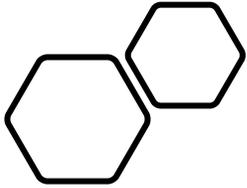
SECURITE ACTIVE

Les conditions matérielles

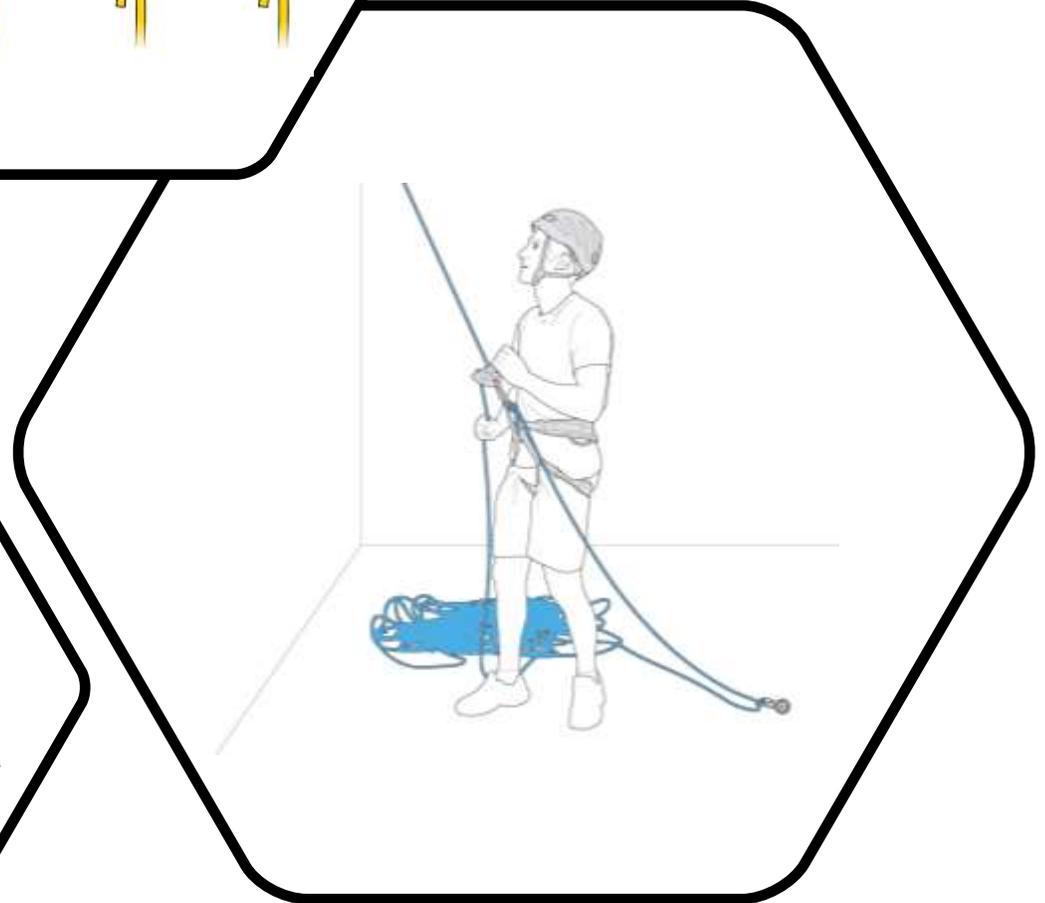
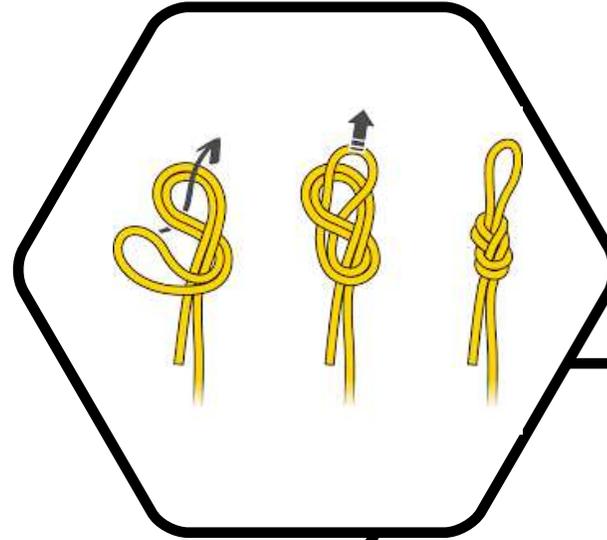
La maîtrise du déroulement du cours

Les recommandations techniques





Rappel des
points clés
“ l’essentiel ”



La sécurité dans le cadre scolaire

Un enseignant
garant de la
sécurité

La circulaire
2017

Un élève formé à
la sécurité

Les programmes
EPS

La sécurité dans les programmes

Collège

AFC3

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

Assurer la sécurité de son partenaire

AFC4

Identifier la personne responsable à **alerter** ou la procédure en cas de problème

Respecter et faire **respecter les règles de sécurité**

La sécurité dans les programmes

Lycée

Performeur

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

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

S'entraider

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

La sécurité dans la circulaire

Circulaire 2017

« ...*chaîne de sécurité et une chaîne de contrôle* ainsi que la surveillance ...
ne peuvent être déléguées ».

« ...*l'élève ne peut se substituer à l'enseignant...* ».



Dévoluer



= Responsabilisation
Autonomie relative

Déléguer



= décharge

CAD former mais tjs sous contrôle de l'enseignant.

La sécurité dans la circulaire

Circulaire 2017

« ...*chaîne de sécurité et une chaîne de contrôle* ainsi que la surveillance ...
ne peuvent être déléguées ».

« ...*l'élève ne peut se substituer à l'enseignant...* ».



Dévoluer



= Responsabilisation
Autonomie relative

Déléguer



= décharge

CAD former mais tjs sous contrôle de l'enseignant.

La sécurité dans la circulaire

- pour l'encordement : le professeur finalise par une **vérification visuelle et tactile**
- pour l'assurage : la dernière vérification doit **impérativement être réalisée par le professeur...**

La simple **surveillance à distance** est insuffisante



**Vérification
visuelle et
tactile**



= Autonomie relative

**Surveillance
à distance
insuffisante**



= supervision VS contrôle

**CAD vérification systématique avec action de
l'enseignant**

La sécurité dans la circulaire

« ... éviter tout retour au sol.

Ce dispositif peut être **un nœud de sécurité** (appelé « **queue de vache** ») ...
... ou tout autre dispositif mis en place empêchant le retour au sol »



Nœud
queue de
vache



= sécurité

Nœud de
mule...



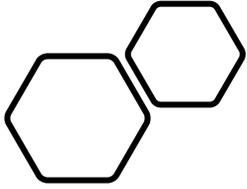
Proposition innovante

Candidat au concours - la sécurité plutôt que
l'innovation ?

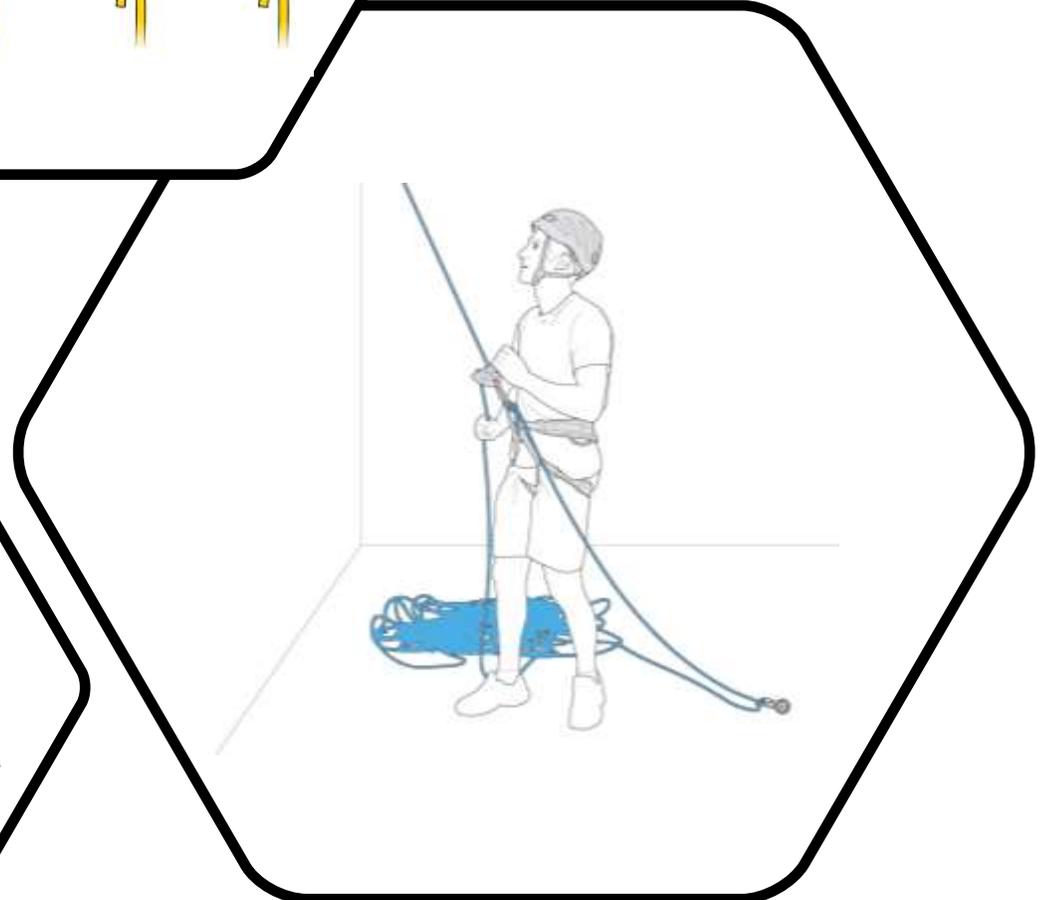
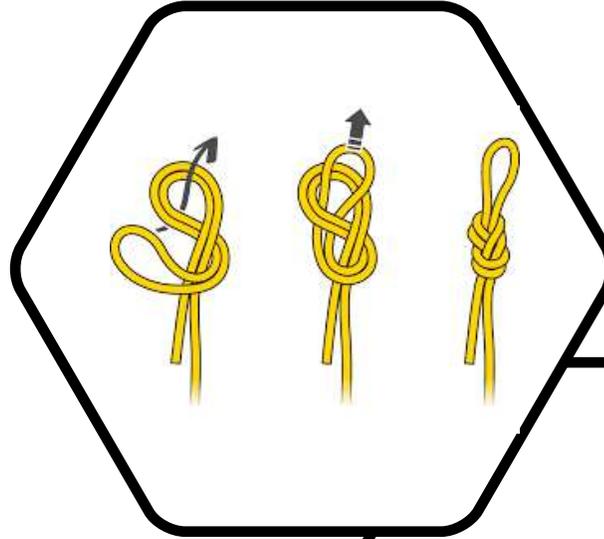
La sécurité dans la circulaire

Nœud
queue de
vache





Noeuds de sécurité autonomes



Quels dispositifs pour quelle plus-value ?

Queue
de
vache

Nœud
de mule

Contre-
assurage

2

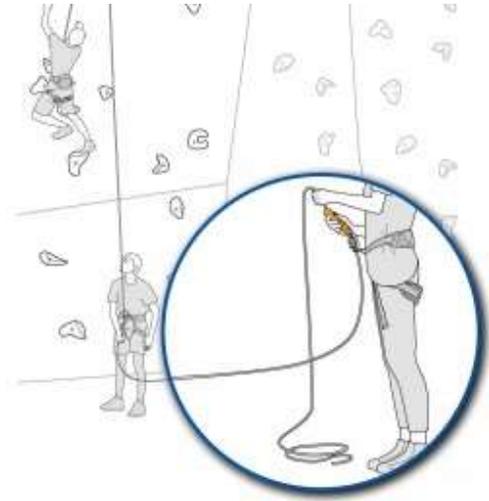
1

3

Bloqueur

Safe
Tube

Quels dispositifs pour quelle plus-value ?



- +** : Efficaces et simples à mettre en place
- : Coût financier supplémentaire
- : Neutralisation du système possible
- : créer des "apprentissages" qu'on cherchera par la suite à désapprendre
- : Trinômes = TEMPS MOTEUR FAIBLE
- : Suréquipement à vérifier

2

1

3

**Safe
Tube**

Quels dispositifs pour quelle plus-value ?



Clik-Up



Grigri plus



Smart



Jul

+ : Efficaces et simples à mettre en place

- : Chers

- : Neutralisation du système possible

- : Déresponsabilisant



2

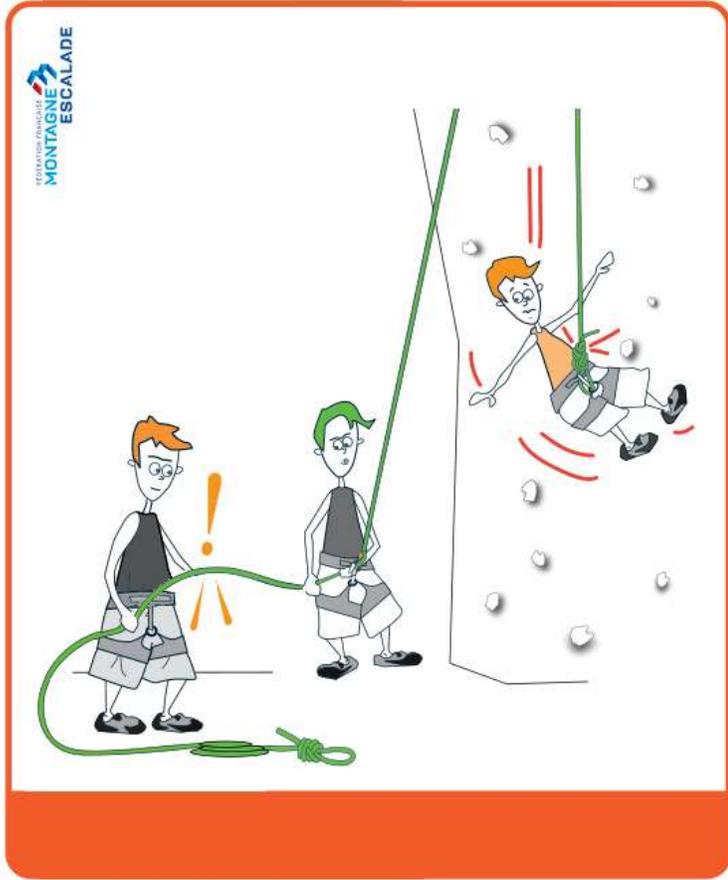
1

3

Bloqueur

**Safe
Tube**

Quels dispositifs pour quelle plus-value ?



Contre-
assurage

2

1

3

+ : Efficace et simple à mettre en place

+ : Trinôme = gestion de gros effectifs

- : Rébarbatif donc pas 100% efficace

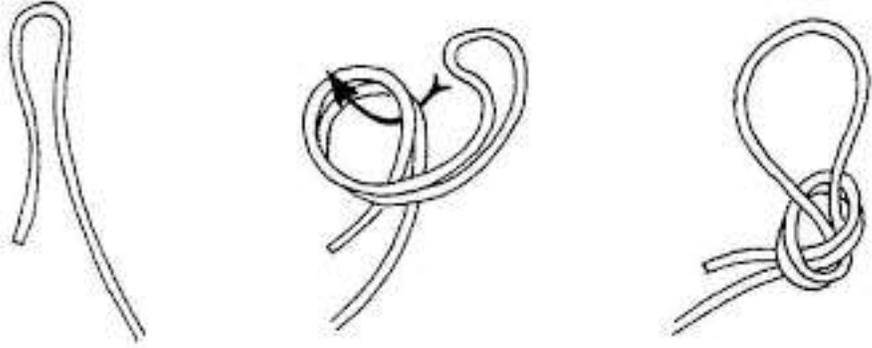
- : Trinômes = TEMPS MOTEUR FAIBLE



Bloqueur

Tube

Quels dispositifs pour quelle plus-value ?



Queue
de
vache

Contre-
assurance

2

1

3

- + : Efficace et simple à réaliser
- + : Trinômes = gestion de gros effectifs
- + : Mentionné dans la circulaire de 2017
- : Trinôme = TEMPS MOTEUR FAIBLE



A MOBILISER DANS LE
CADRE DES CONCOURS

Bloquer

Safe
Tube

Quels dispositifs pour quelle plus-value ?



Queue
de
vache

Nœud
de mule

- + : Efficace et simple à réaliser
- + : Binômes = TEMPS MOTEUR IMPORTANT
- + : Libère l'enseignant ... qui peut ENSEIGNER L'ESCALADE !
- + : Réalisé à 1 main = Apprentissage moteur fin
- + : Nœud = « Culture grimpe »
- : Nécessite une certaine rigueur pédagogique

assurage

2

1

3

Bloquer

Safe
Tube

De quoi parle-t-on ?



Un continuum de formation

3 permis successifs pour l'assureur :

1

PERMIS DESCENTE

2

PERMIS MONTÉE

3

PERMIS AUTONOME

1 « LE PERMIS DESCENTE »

Trinômes

Montée

- Le contre –assureur
réalise le(s) nœud(s)

à 1 main !

- Puis il n'intervient plus

1 « LE PERMIS DESCENTE »

Trinômes

Descente

- L'assureur
qui défait le nœud

1 « LE PERMIS DESCENTE »

Trinômes

Montée

Contenus d'enseignement

Descente

1. QUAND ? : « STOP **genoux aux 3m** »
2. COMMENT FAIRE ? : « **Méthode POUCE à la cuisse** »
« POUCE EN BAS / VERS MOI / ARAIGNEE / TIRER »

COMMENT DEFAIRE ? :

1. « **MG bloqué** »
2. « **MD défait** »



1.



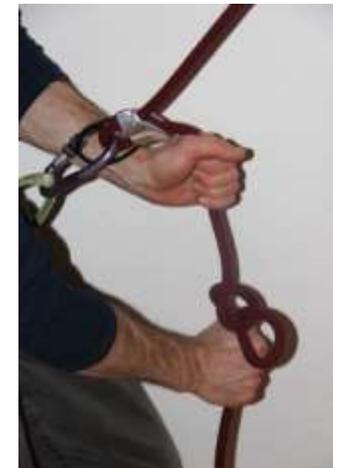
2.



3.



4.



2

« LE PERMIS MONTEE »

Binôme

Montée

- L'assureur

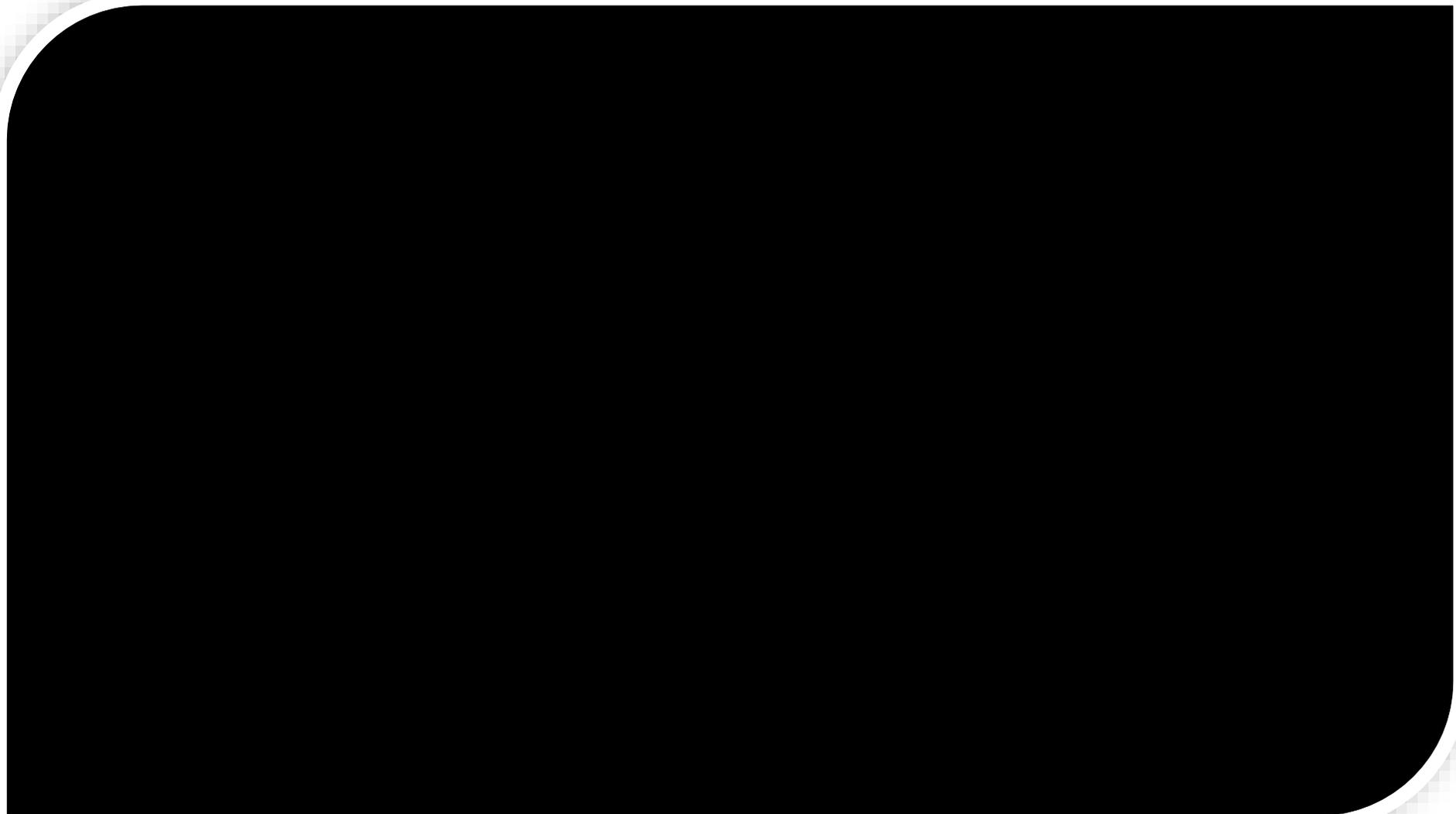
réalise le(s) nœud(s)

SOUS LES YEUX
du prof

Descente

- L'assureur

défait le nœud



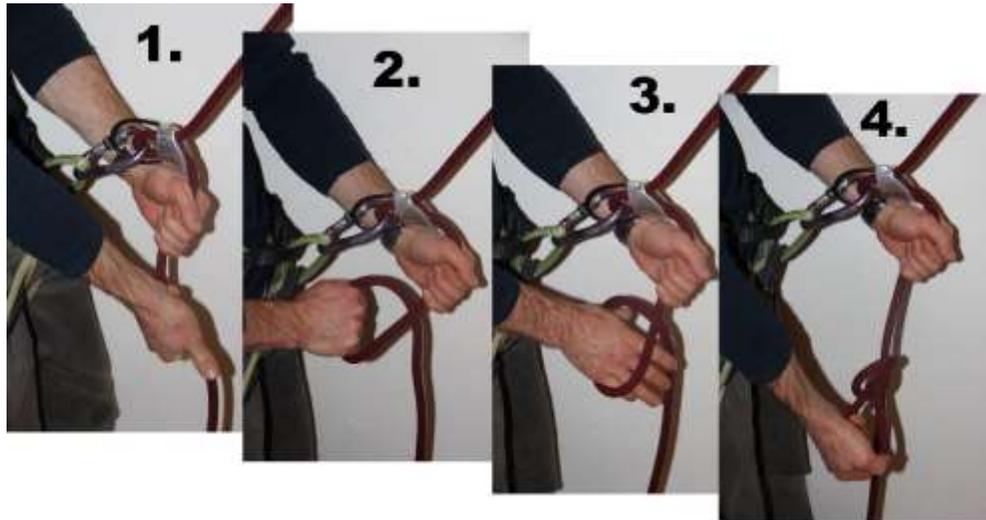
2 « LE PERMIS MONTEE »

Binôme

Montée

Contenus d'enseignement

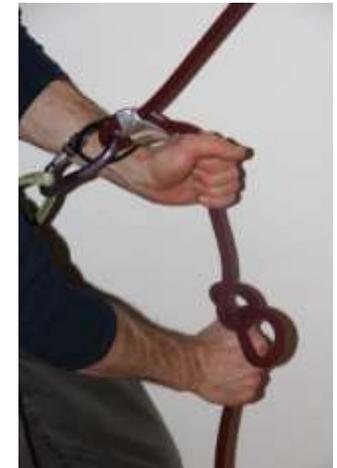
1. QUAND ? : « STOP genoux aux 3m »
2. COMMENT FAIRE ? : « **APPELER son enseignant ...** »
 - « **MG bloqué / MD fait** » (cf. « MG bloqué / MD défait »)
 - Méthode **POUCE** : « **POUCE EN BAS / VERS MOI / ARAIGNEE / TIRER** »



Descente

COMMENT DEFAIRE ? :

1. « MG bloqué »
2. « MD défait »



Montée

- L'assureur

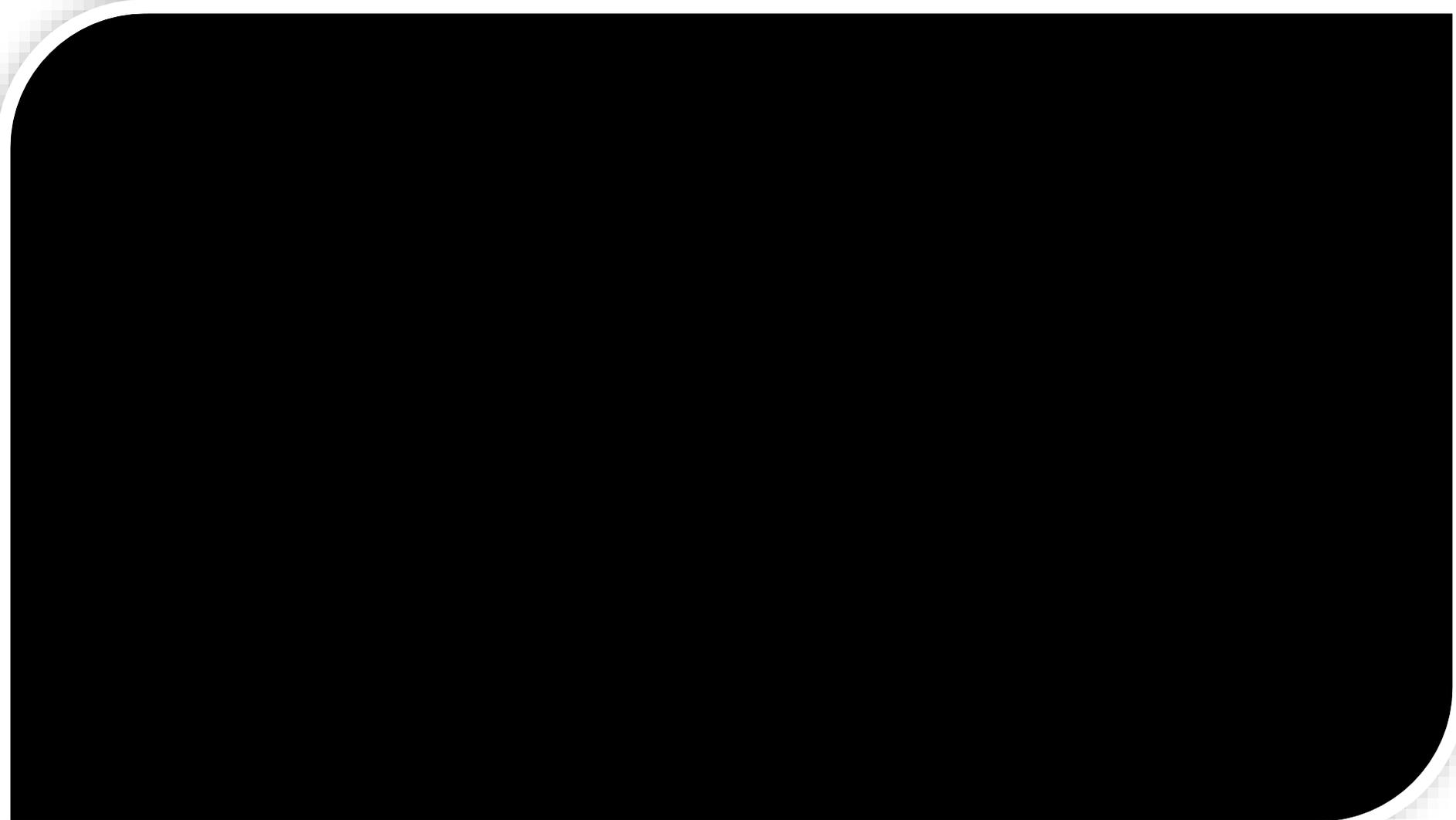
réalise le(s) nœud(s)

Descente

- L'assureur

défait le nœud

**En
AUTONOMIE**



3 « LE PERMIS AUTONOME »

Binôme

Montée

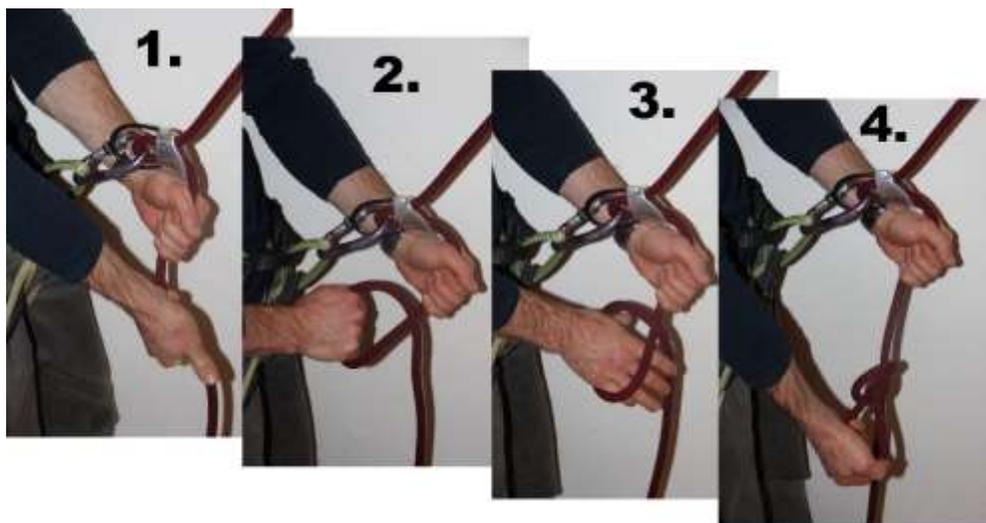
Contenus d'enseignement

Descente

1. QUAND ? : « ~~STOP~~ genoux aux 3m »
2. COMMENT FAIRE ? : « ~~APPELER son enseignant ...~~ »
 - « MG bloqué / MD fait »
 - Méthode POUCE : « POUCE EN BAS / VERS MOI / ARAIGNEE / TIRER »

COMMENT DEFAIRE ? :

1. « MG bloqué »
2. « MD défait »



Pour résumer ...

1

PERMIS DESCENTE

Autonomie -
Temps moteur -
Temps d'enseignement -

2

PERMIS MONTEE

Autonomie +
Temps moteur +
Temps d'enseignement +

3

PERMIS AUTONOME

Autonomie ++
Temps moteur ++
Temps d'enseignement ++

3 types de CE : simples / stables / rigides :

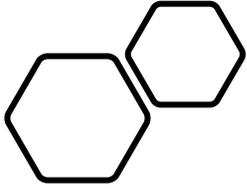
QUAND ? « Nœud aux 3m »

COMMENT faire ? « Méthode POUCE »

COMMENT défaire ? « MG bloque - MD défait »

La motricité





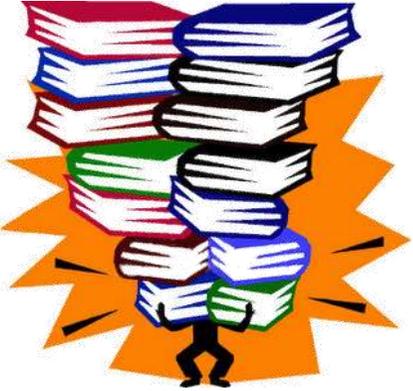
Analyser l'activité



Différents cadre d'analyse

TESTEVUIDE (2002)	Extrémités			Attitudes		Enchaînement			
RIGOTTARD (2006)	Action bras+mains		Action pieds + jambes		Equilibre		Espace de grimpe		Distance de grimpe
CASTAGNINO (2000)	Prise info		Rythme prog		Train inférieur		Mains-bras		Gestuelle globale, équilibres
VIGOUROUX (2016)	Posturale				Dynamique	Spatiale			Temporelle
BROUSSOULOUX, GUYON 2004) Page 104/105	Précisions des appuis pieds	Précisions des préhensions	Pécision des équilibres	Précision des déplacements	Coordination gestuelle	Fiabilité motrice	Economie gestuelle	Richesse du bagage	

Cadre de Louvet, Vigouroux et col. 2016

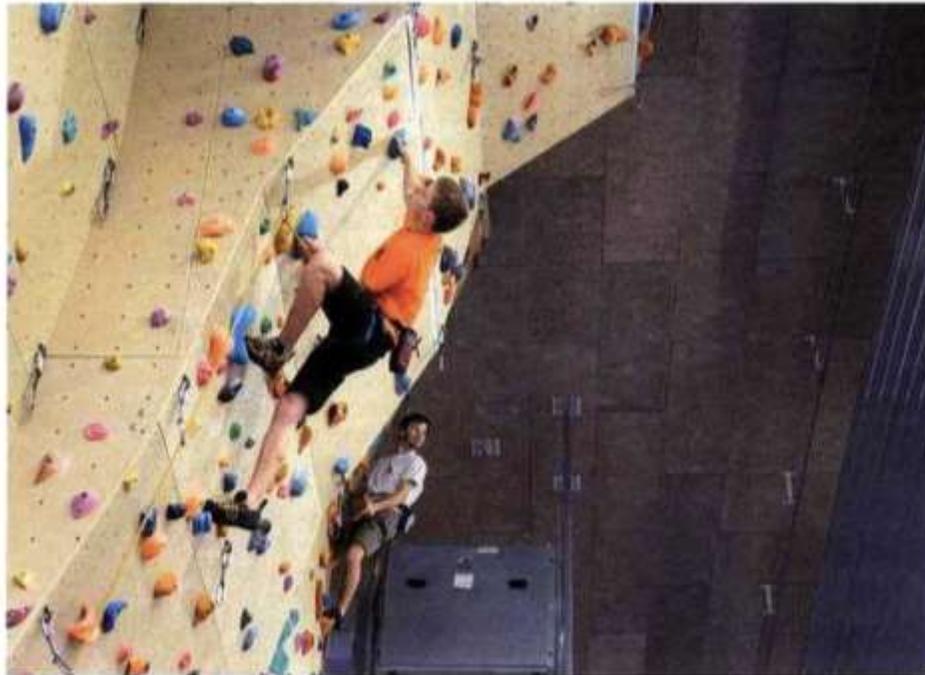


Louvet, Vigouroux 2016

Un cadre très précis et exigeant sur l'analyse de la motricité (notamment d'un point de vue biomécanique)

UNE MÉTHODOLOGIE D'ANALYSE DE LA MOTRICITÉ EN ESCALADE

Cadre d'analyse et méthode de description de la motricité des grimpeurs sont envisagés dans l'intention de soutenir la réflexion des intervenants faisant face à une problématique de diagnostic et d'élaboration de stratégie de transformation des élèves-grimpeurs, et accessoirement dans une perspective de préparation aux concours de recrutement.



ou de modalités de pratique plus grande.
La motricité en escalade
Si l'adaptabilité du grimpeur est au centre des objectifs de transformation, il est nécessaire de définir précisément chacune des composantes auxquelles la motricité doit s'adapter à savoir: l'activité réalisée, le support proposé et les ressources dont le grimpeur dispose.

Définition de l'activité réalisée
Comme nous l'avons évoqué, le type et la modalité de pratique impactent la motricité du grimpeur, il est donc nécessaire de caractériser précisément ces points. Par exemple, par rapport à une pratique « après travail », la pratique « à vue » nécessite un traitement cognitif singulier lié à la reconnaissance des prises utiles à la progression et à la sélection des solutions motrices à élaborer, autrement dit les aspects de lecture intra-figurale et inter-figurale définis par Dupuy⁵. Il en résulte de multiples conséquences sur la motricité, la gestion du rythme de progression ou les comportements physiologiques et affectifs.

Cadre de Rigottard, 2006

Didier Rigottard, Dossier EPS n°64 "l'EPS dans les classes difficiles » 2006

Action des bras et
des mains

Capacité à s'adapter à différentes configurations
de prises au niv des membres supérieurs

Action des jambes
et pieds

Capacité à s'adapter à différentes configurations
de prises au niv des membres supérieurs

Equilibre

Capacité à transférer son CdG au dessus de
l'appuis

Espace de grimpe
et information

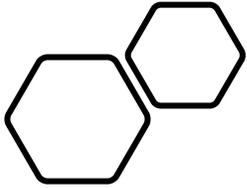
Capacité à lire la voie avant et pendant la grimpe
pour anticiper et ajuster ses mouvements

Distance de
grimpe

Capacité à enchaîner les voies et à les réussir à
son plus haut niveau au sein d'une même séance

Un exemple vidéo





Vers un parcours de formation



continuum de formation

PARCOURS DE
FORMATION DU
grimpeur
DEBUTANT AU
grimpeur
CONFIRME

" L'escalade", Didier Rigottard, Dossier EPS n°64 "l'EPS dans les classes difficiles » 2006

ETAPE 0 : DU bloqué crucifié en « x » A LA La grenouille tête en l'air

ETAPE 1 : DE La grenouille tête en l'air AU lézard timide

ETAPE 2 : DU lézard timide AU lézard téméraire

ETAPE 3 : DU lézard téméraire AU lézard infatigable

ETAPE 4 : DU lézard infatigable AU « lézard twist »

Rigottard,
2006

Vidéo d'élève

ETAPE 0 : DU bloqué crucifié en « x » A LA La grenouille tête en l'air



Caractéristiques de l'élève à l'étape 0

ETAPE 0 : DU bloqué crucifié en « x » A LA La grenouille tête en l'air



Action des bras
et mains

Progression –
de FACE

Tâtonne, change
S'agrippe 120°

Action des
jambes et pieds

Zippe, tape

Pied de
mammoth

Equilibre

Déséquilibre
subi

Espace de
grimpe (info)

Collé à la paroi
devant soi

Distance de
grimpe et rythme

Elève bloqué

Objectif de transformation

ETAPE 0 : DU bloqué crucifié en « x » A LA La grenouille tête en l'air



TRANSFORMATIONS ATTENDUES :

Passer d'un élève **anxieux, bloqué** n'acceptant de remettre en cause son équilibre
à un élève qui progresse à l'aide de **grosses prises** dans un **milieu suréquipé**
facilitant la poussée des jambes
+ permettre l'ouverture de canaux de communication et un début de lecture réactive

Pouvoir ***agir et s'engager en sécurité*** en mobilisant les principes de ***simulation et de progressivité*** pour atteindre le haut des voies. Puis se focaliser sur l'importance à ***du travail des jambes dans la progression***. Passer d'une progression bloqué, figée à une progression en échelle où je déplace mes jambe avant les bras.

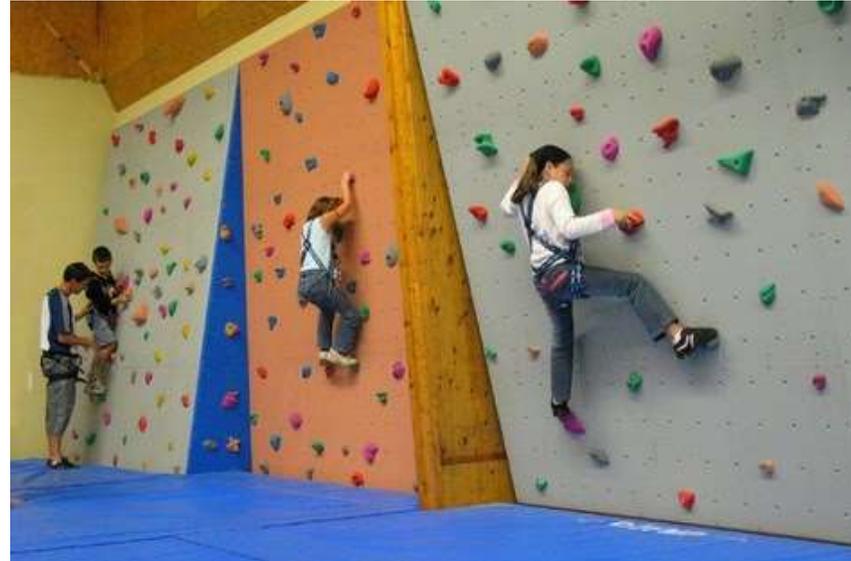
DE L'ETAPE 0 VERS L'ETAPE 1

Prouver que l'élève est capable / Redonner confiance aux élèves

**UNE PEDAGOGIE DE
L'ETINCELLE**

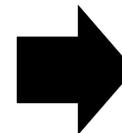


Mascret, 2010



Valls, De l'épreuve à l'initiation à la
performance, 2014

Amplificateurs d'expérience



Exemple en escalade

Contrat n°1

Atteindre le sommet par
tous les moyens



Application - ETAPE

1

Découvrir expérimenter

S'équilibrer sur 3 appuis

TRAVAIL EN
BLOC
PRIORITAIRE

SUREQUIPER LE
MILIEU

REGULER
ADAPTER
ACCOMPAGNER

Jacques à dit...

OBJECTIF : Tester les prises pour découvrir des préhensions et des équilibre

BUT : Grimper sur le mur en utilisant les prises indiquées

CONSIGNES :
Grimpéurs :
Je trotte dans la salle
Lorsque le professeur désigne un type de prise, je me dirige rapidement vers elle pour me maintenir en équilibre sur le mur - bras tendu
Je ne redescends du mur qu'au signal de l'enseignant.

LES DIFFERENTS TYPE DE PRISES			
	BAC		CROCHETTANTE
	INVERSE		OBLIQUE
	POIGNET		VERTICAL

INDICATEURS DE REUSSITE :
• Nombre d'erreur dans le choix de prise
• Nombre de chutes durant la traversée

Sécurité
Attention à ne pas dépasser les premières dénivellations lorsque je monte
quand vous sautez de haut

La pleuvre

OBJECTIF : S'équilibrer sur 3 appuis pour libérer une main et augmenter sa capacité d'action

BUT : Toucher le maximum de prises

CONSIGNES :
• Par deux : une pleuvre - un observateur
• Au signal, j'ai 1 min pour toucher le plus de prises possible sans jamais lâcher ma prise cible. La prise cible est une prise imposée que l'on ne peut lâcher.
• Au signal, on échange les rôles pleuvre observateur.

TRAVAIL ATTENDU :
• 3 Répétitions par élève

INDICATEURS DE REUSSITE :
• Nombre de prise touchées
• Nombre de chutes

Niveau Or
• Prises touchées = 12 à 15
• Nbr de chute = 0

Niveau Argent
• Prises touchées = 9 à 11
• Nbr de chute = 1

Niveau Bronze
• Prises touchées = 6 à 7
• Nbr de chute = 1 à 2



Vidéo d'élève

ETAPE 1 : DE la grenouille tête en l'air AU lézard timide



Caractéristiques de l'élève à l'étape 1

ETAPE 1 : DE la grenouille tête en l'air AU lézard timide



Action des bras et mains	Progression – de FACE	De face Grimpe à l'échelle
	Tâtonne, change S'agrippe 120°	Je griffe Je serre 100°
Action des jambes et pieds	Zippe, tape	Gratte, réajuste
	Pied de mammoth	En carres
Equilibre	Déséquilibre subi	Equilibre conservé
Espace de grimpe (info)	Collé à la paroi devant soi	Au dessus peu en bas
Distance de grimpe et rythme	Elève bloqué	Grimpe saccadée

Objectif de transformation

ETAPE 2 : DU lézard timide AU lézard téméraire



TRANSFORMATIONS ATTENDUES :

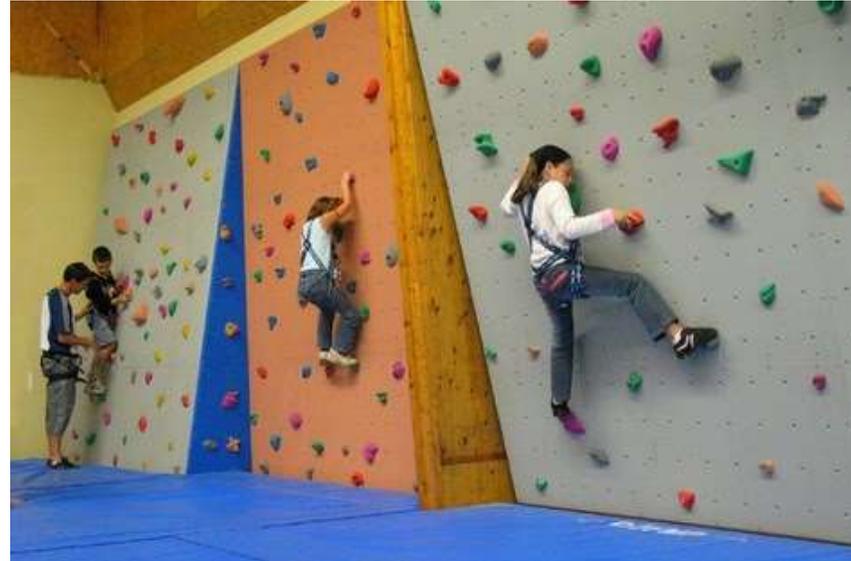
Passer d'un élève stressé qui progresse difficilement, en échelle, en privilégiant la traction à un élève qui a une progression prioritaire avec la poussée des jambes avec temps de repos

+ travail de lecture réactive + début d'anticipation « les bonnes prises »

Pouvoir ***agir et s'engager en sécurité*** en mobilisant les principes de ***simulation et de progressivité*** avant de partir conquérir les voies. Puis s'intéresser à ***l'enrichissement de la motricité du grimpeur***. Passer d'une progression en échelle, en traction à une progression prioritaire en poussée avec temps de repos.

Vers ETAPE 2-3 : Augmenter progressivement la difficulté

**CONSTRUIRE ET
STABILISER LES
ACQUISITIONS**



Valls, De l'épreuve à l'initiation à la performance, 2014

Exemple en escalade

Contrat n°1

Atteindre le sommet par
tous les moyens

Contrat n°2

Atteindre le sommet par
tous les moyens mais par
différentes faces

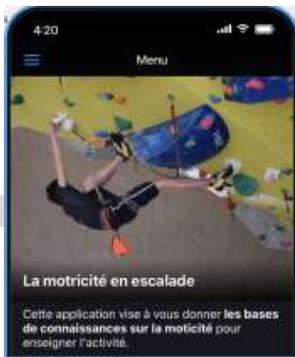
Contrat n°3

Atteindre le sommet dans
une voie réglementée

Application - ETAPE

2 Privilégier l'action des jambes

Améliorer la qualité des appuis



Le MIN de points

OBJECTIF : Travailler la pousser complète des jambes

BUT : Arriver en haut de la voie en capitalisant le moins de pts possible.

CONSIGNE(S) :

Points :

- Prises de NIV 1 (étiqu jaune) = 10pts
- Prises de NIV 2 (étiqu orange) = 5pts
- Prises de NIV 3 (sans étiqu) = 1pt

Grimpeur :

- A chaque prise main utilisée, annoncer son score à haute voix
- On retient le meilleur score des 2 essais

Défi :

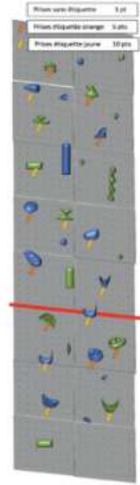
- Intra-cordé : meilleurs des grimpeurs
- Inter-cordé : cumule des scores → meilleures cordées

TRAVAIL ATTENDU :

- 2 essais consécutifs dans le même secteur avant d'alterner les rôles
- Travailler dans 2 secteurs différents

INDICATEUR(S) DE REUSSITE :

- Nb de points capitalisés



Niv Or
TOP la voie -10pts

Niv Argent
TOP la voie -30pts

Niv Bronze
TOP la voie -50pts

 - Score à adapter en fonction des secteurs (dalle, vertical, devers...) et des prises disponibles sur le mur

Les clochettes !

OBJECTIF : Contrôler la pose du pied

BUT : Grimper sans faire de bruit!

CONSIGNES :

Grimpeur :

- Atteindre le haut de la voie sans que les dégaines accrochées derrière les chaussons ne touchent la paroi



TRAVAIL ATTENDU :

- 2 essais consécutifs dans le même secteur avant d'alterner les rôles
- Travailler dans 2 secteurs différents

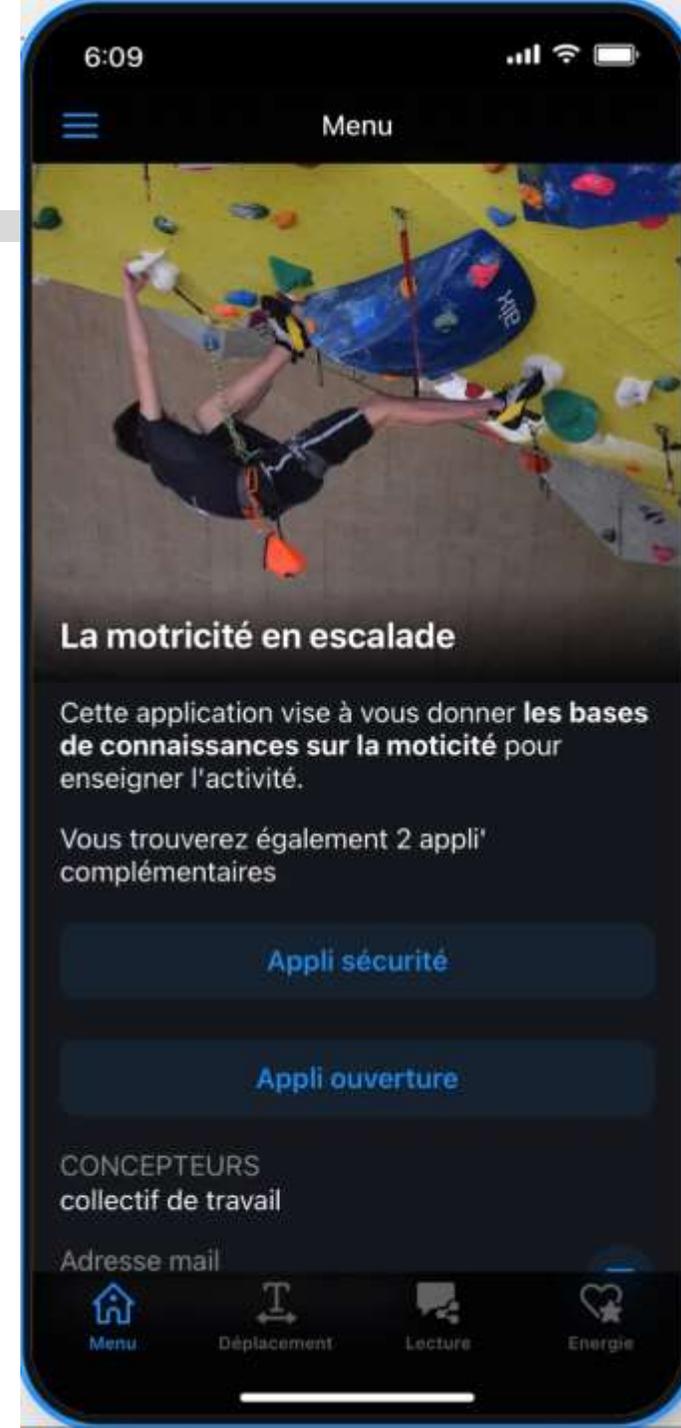
INDICATEUR(S) DE REUSSITE :

- Bruit des « clochettes » sur le mur !
- Voie tapée sans chute.

Niv Or
- Top la voie
- Les « clochettes » ne touchent pas la paroi

Niv Argent
- Top la voie
- Touche 1 à 2 fois

Niv Bronze
- Top la voie
- 1 chute max
- Touche 3 fois et plus



Vidéo d'élève

ETAPE 2 : DU lézard timide AU lézard téméraire



Caractéristiques de l'élève à l'étape 2

ETAPE 2 : DU lézard timide AU lézard téméraire



Action des bras et mains	Progression – de FACE	De face Grimpe à l'échelle	De face peu de transfert du CdG
	Tâtonne, change S'agrippe 120°	Je griffe Je serre 100°	Saisis, Pince, bras plutôt tendu
Action des jambes et pieds	Zippe, tape	Gratte, réajuste	Guide, Cale
	Pied de mammoth	En carres	En pointe Et en carres
Equilibre	Déséquilibre subi	Equilibre conservé	Equilibre contrôlé
Espace de grimpe (info)	Collé à la paroi devant soi	Au dessus peu en bas	S'écarte Tête mobile haut/bas
Distance de grimpe et rythme	Elève bloqué	Grimpe saccadée	Grimpe lente

Objectif de transformation

ETAPE 2 : DU lézard timide AU lézard téméraire



TRANSFORMATIONS ATTENDUES :

Passer d'un élève qui à une progression prioritaire en poussée avec temps de repos à un élève qui a une progression qui coordonne efficacement la poussée et la traction des bras en optimisant la pose de pied et le transfert du CdG

+ travail de lecture prédictive

Choisir et conduire un itinéraire pour grimper, en moulinette et **enchaîner** deux voies différentes proches à son meilleur niveau en **optimisant l'utilisation des prises** et en **combinant** efficacement la **poussée** des jambes et la **traction** des bras. Assurer un partenaire en toute sécurité, et l'observer sur ses gestes d'assurance, et/ou sur un critère de motricité pour l'aider à progresser.

Application - ETAPE

3

Transférer son CdG

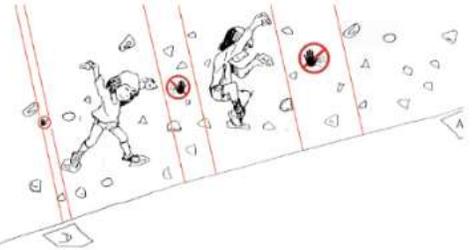
Les zones verticales interdites

OBJECTIF : Transférer son poids de corps pour charger son appui et réaliser un mouvement en traversée

BUT : Réussir la traversée

CONSIGNES :

- Niveau 1 : Réaliser la traversée **sans toucher** avec les **pieds**, les prises présentes dans les zones rouges.
- Niveau 2 : Réaliser la traversée **sans toucher** avec les **mains** et les **pieds**, les prises présentes dans les zones rouges.
- Niveau 3 : augmenter les tailles de la zone rouge.



Niveau Or
• Niveau 3 validé

Niveau Argent
• Niveau 2 validé

Niveau Bronze
• Niveau 1 validé

Le fil à plomb

OBJECTIF : Transférer son centre de gravité au-dessus des prises de pieds utilisées

BUT : Marquer le plus de points possibles

CONSIGNE(S) :

Grimpeurs :
→ Le grimpeur attache un fil à l'arrière du baudrier. Il peut se déplacer uniquement lorsque le fil à plomb passe au niveau de son appui Organisation

Défi :

- Intra-cordé : meilleurs des grimpeurs
- Inter-cordé : cumule des scores / meilleure cordée



TRAVAIL ATTENDU :

- 2 essais consécutifs sur le même bloc avant d'alterner les rôles
- Travailler sur au moins 2 blocs différents

INDICATEUR(S) DE REUSSITE :

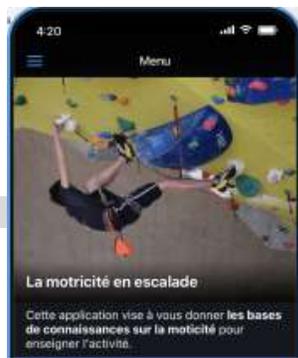
- Nb de points cumulés

Niv Or
Seul : Marquer 6 pts
Equipe : Marquer plus de 15 pts

Niv Argent
Seul : Marquer entre 3 et 6 pts
Equipe : Marquer entre 10 et 15 pts

Niv Bronze
Seul : Marquer moins de 3 pts
Equipe : Marquer moins de 10 pts

• Score à adapter en fonction des secteurs (dalle, vertical, devers...) et des prises disponibles sur le mur



Vidéo d'élève

ETAPE 3 : DU lézard téméraire AU lézard infatigable



Du bloc à l'ouverture



Bloc *VS* voie ?

Januel, 2012

Viens, 2012

Pratique en voie



Pratique en bloc



Quelles conditions et temps de pratiques ?

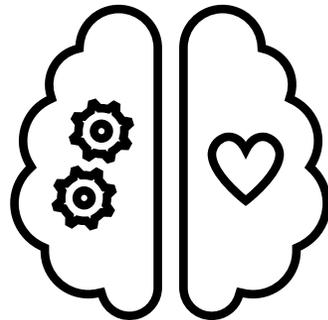
Quels choix d'équipe en terme de compétence prioritaire à construire ?

Avantages

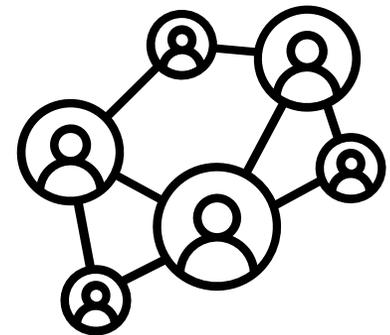
Au niveau
moteur



Au niveau
cognitif et
info



Au niveau
social



Au niveau moteur : illustration pratique



Charge de travail:
 - Autant d'essai
 Mais alternance des rôles
 - Conserve uniquement le meilleur

Droit à l'oubli
 Devoir de réglage

Nombre de bloc :
 Obj : 4 blocs / séance
 En totalité, 30 blocs de niveau différent

Organisation:
 Par 3,
 - 1 grimpeur
 - 1 pareur
 - 1 observateur

1 tps de grimpe pour
 2 tps de récupération

Un travail sur la
 séquence

Règle de fonctionnement :
 Vous pouvez travailler vos blocs qd vous le souhaitez

Level 4 - 5
 Thème : scratched and crossed
 Boulder name : Mont Everest Test climber : POMMERAY Arthur

Photos de la voie :

Key:
 Start = S
 Finish = F
 Right hand = dark red
 Left hand = light red
 Right foot = dark green
 Left foot = light green

Double circle:
 Outer circle = 1st support
 Inner circle = 2nd support

advice:
 For your scratched:
 - Pull on your right and left arm
 - Change foot on the grip and put the left foot on the next foot grip
 - Then scratch the tip of the foot
 - Feeling of traction on the thigh

For your crossed:
 - A good scratched (pull on the leg - thigh)
 - Pull on the left arm
 - Then pass the right arm under the left arm

Flash code :

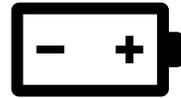
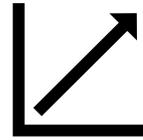
Règle d'évaluation :
 Par capitalisation
 Validation : Tablette, demande à l'enseignant

Note	Ce que je sais faire
05/20	
06/20	
07/20	
08/20	
09/20	
10/20	
11/20	
12/20	
13/20	
14/20	
15/20	
16/20	
17/20	
18/20	
19/20	
20/20	

Au niveau moteur : intérêt



Temps de
pratique



Les vertus de la répétition

Bertsch & Le Scanff 1995, Delignières 1998

Le développement des
ressources énergétiques

DUPUY (1989), Broussouloux (2004)

Diversité et
variété des
mouvements



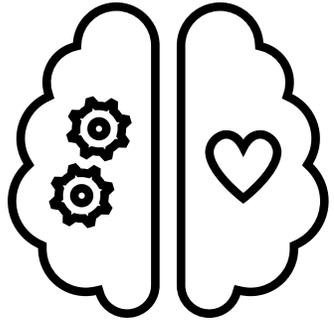
Enrichissement du répertoire
moteur

Barbier 2016

Adaptabilité motrice aux
configurations

DUPUY (1991), VIGOUROUX et col., 2016

Au niveau cognitif / info : illustration pratique



Charge de travail:

- Au nb d'essai (dégressif)
Mais bonus si les 3 réussissent
- Défi 3-4 équipes

Droit à l'erreur,
Devoir de réflexion

Organisation:

- Equipe de 3 VS 3,
- 1 grimpeur
 - 1 pareur
 - 1 observateur

Nombre de bloc :

- Obj : 3-4 blocs / séance
- Défi pdt 3 séances

1 tps de grimpe pour
2 tps de récupération

Un travail sur la
séquence

Règle de fonctionnement :

Vous défiez vos adversaires sur votre bloc

Green level

Topics: Hand Foot and Foot Change

Name of the block: **The rainbow** First names of ushers: Katia, Gabrielle and Mathilde

Picture of the route :

Identify the organization of footing and handholds

- 1.
2. 2bis:
- 3.
- 4.
- 5.

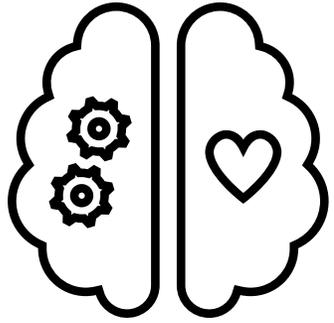
Règle d'évaluation :

Par capitalisation

Validation : Tablette, demande à l'enseignant

Note	Ce que je sais faire
05/20	
06/20	
07/20	
08/20	
09/20	
10/20	
11/20	
12/20	
13/20	
14/20	
15/20	
16/20	
17/20	
18/20	
19/20	
20/20	

Au niveau cognitif / info : intérêt



Agir pour
comprendre et
identifier



Lecture active et réactive



Imagerie mentale et
kinesthésique (configuration)

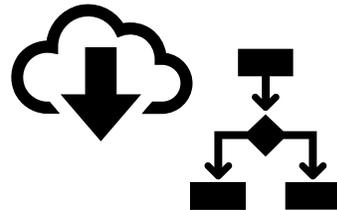
Dupuy (1989)

Vigouroux (2017)

Lire pour décider
et agir

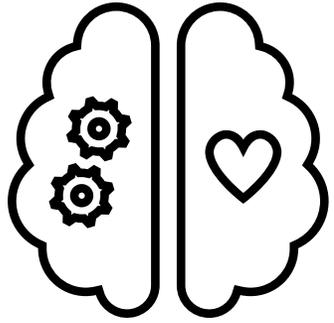


Lecture Proactive



Mémorisation et programmation

Au niveau social : illustration pratique



Charge de travail:

- Au nb de blocs créés
- A la diff des blocs créés

Droit d'aider et de se faire aider

Organisation:

- Equipe de 3 VS 3,
- 1 grimpeur
 - 1 pareur
 - 1 observateur

1 tps de grimpe pour
2 tps de récupération

Nombre de bloc :

Obj : 1 bloc / séance
Ouverture pdt 3 séances

Un travail sur la
séquence

Règle de fonctionnement :

Vous avez 15min pour créer votre bloc sur le thème : croise décroise + développé



Règle d'évaluation :

Respect des exigences + diff du bloc

1

OBJ :

Ouverture

Contrat:

Les 3 doivent réussir

2

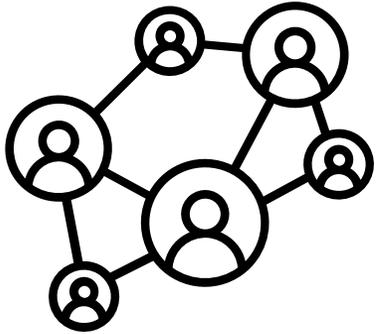
PUIS DEFIEZ

1 groupe !

3

Possibilité de complexifier le bloc

Au niveau social : intérêt



Coopérer pour
apprendre



Interaction régulière, débat
d'idées, conflit socio-cognitif

Grehaigne,...

Observation, imitations,
régulation,...

Winnikamen 1991,...



Vidéo feedback

Retour différé

Démonstration

Apprendre à
coopérer



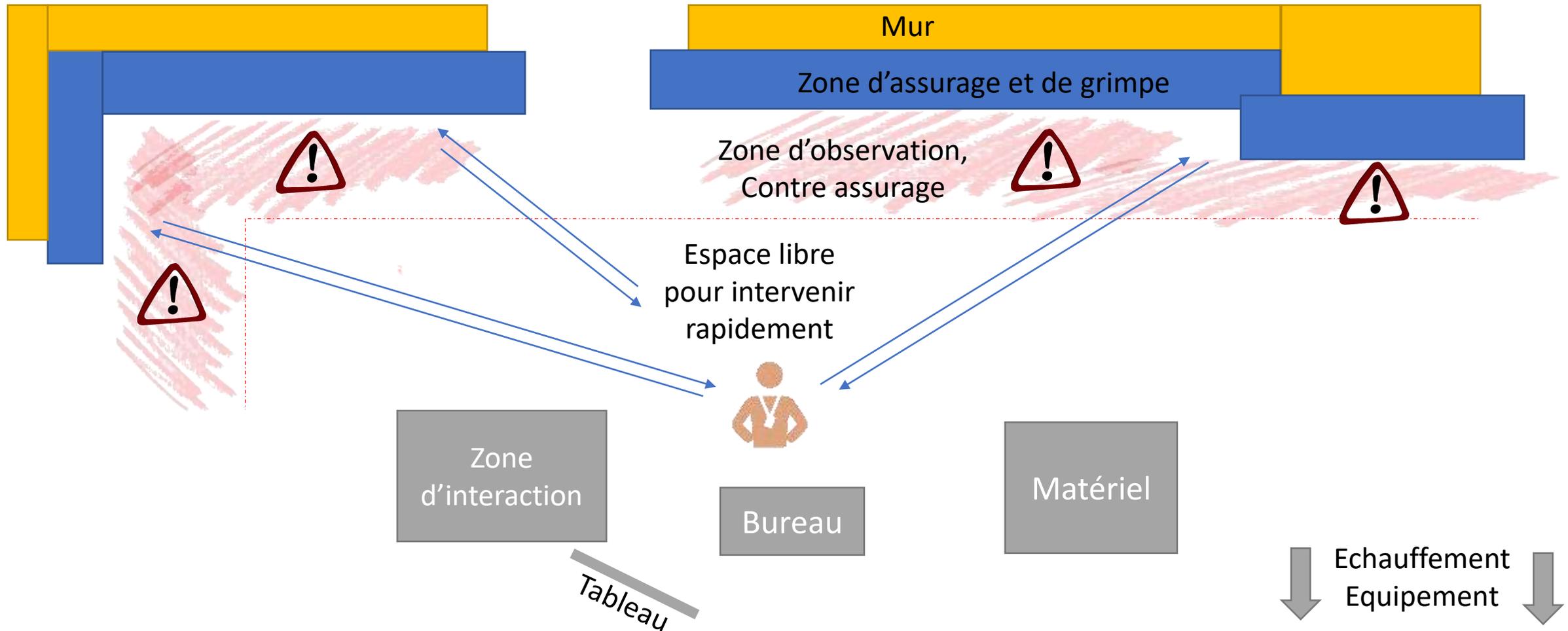
Zone d'interaction collaborative

Baeza et col, 2009

Autonomie dans le travail

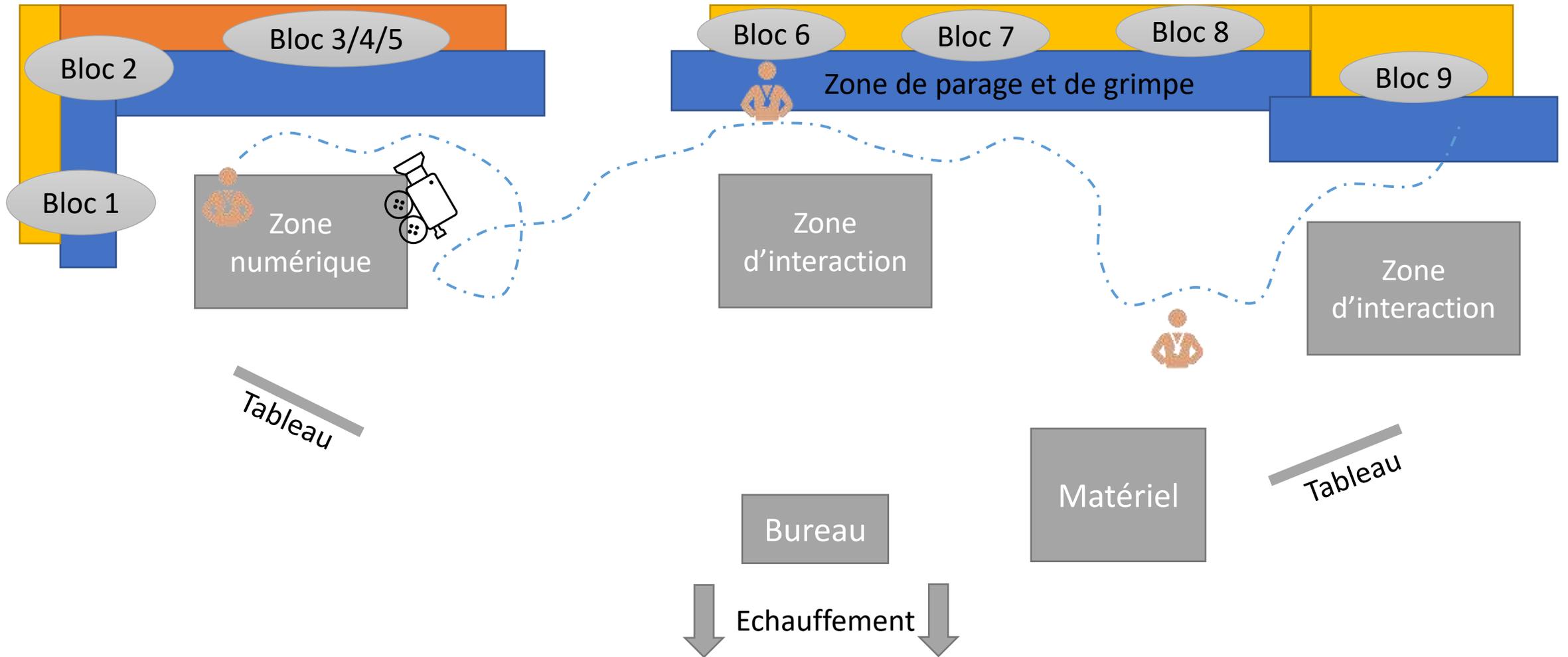
Au niveau de l'intervention

Organisation du travail de la classe en voie

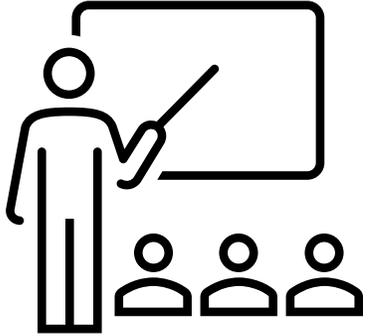


Au niveau de l'intervention

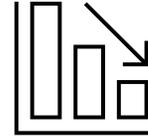
Organisation du travail de la classe en bloc



Au niveau de l'intervention : intérêt



Surveiller,
contrôler



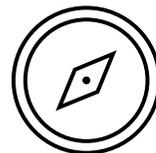
Moins de pression sécuritaire

Démontrer,
manipuler,
aménager



Possibilité d'intervenir
directement sur le mur et l'élève

Réguler,
accompagner,
guider



Interactivité plus grande :
Flash, questionnement,...

Bloc et voie: une approche complémentaire

La leçon - 2h

Fonctionnement en classe entière



Ech :
Bloc

SA1 :
Multi-Bloc

SA2 :
Défi bloc

SA3 : Voie

Bilan

Fonctionnement en demi-groupe



Ech :
Bloc

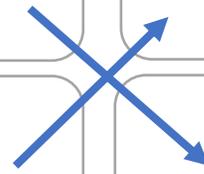
Grp1 : Multi-Bloc
Défi bloc

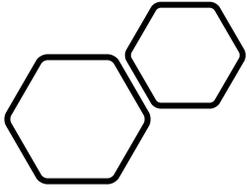
Grp2 : Multi-Bloc
Défi bloc

Grp2 : Voie

Grp1 : Voie

Bilan





L'ouverture

ou l'art de créer des
mouvements en escalade



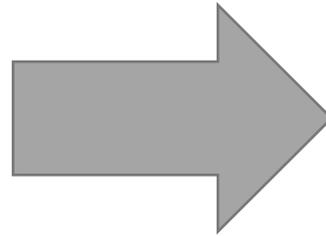
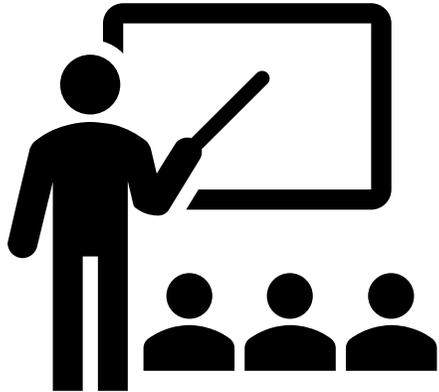
Démarche : CONDITION, MATERIEL et SECURITE ?



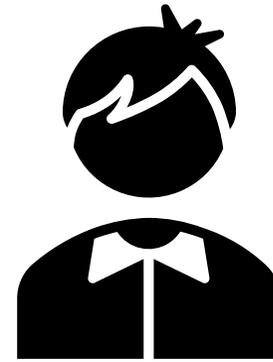
Samedi à
Duvauchelle !

Démarche : QUI ?

Ouvert par
l'enseignant



Ouvert par
l'élève



Démarche : COMMENT ?

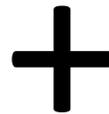
Baliser à
partir de
l'existant

Au scotch



Modifier
l'existant

Au scotch



En rajoutant, en
enlevant, en
tournant quelques
prises

Créer de
nouveaux
parcours

En installant
toutes les prises

Code couleur pour
la difficulté

Démarche : principe de complexification

Jouer sur la déclivité

D'une grimpe en dalle au devers

Jouer sur la forme et la densité des prises

Contraindre les mains avant les pieds

Jouer sur la complexité des mouv'

Du développer au mouvement en torsion

Jouer sur la longueur du bloc

De 2-3 mouv' à 8-10 mouv'

Démarche : Où ?

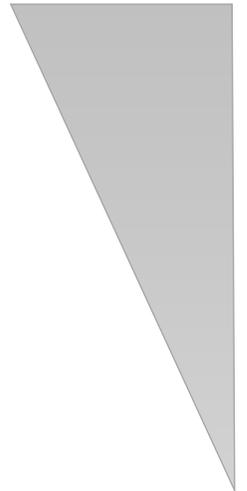
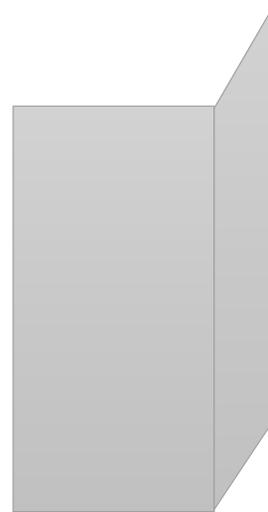
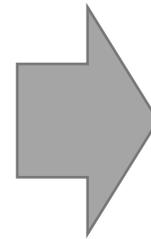
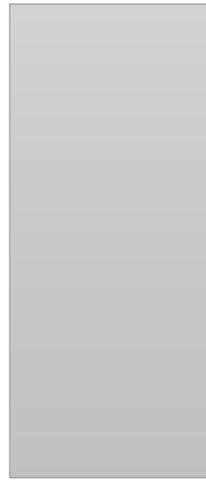
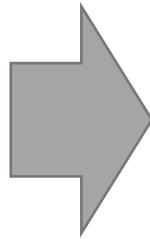
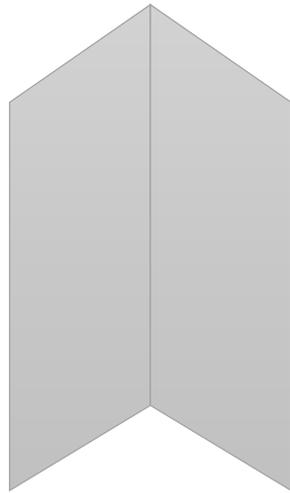
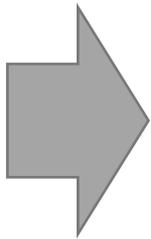
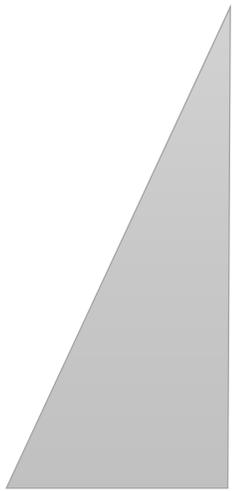
Dalle

Dièdre

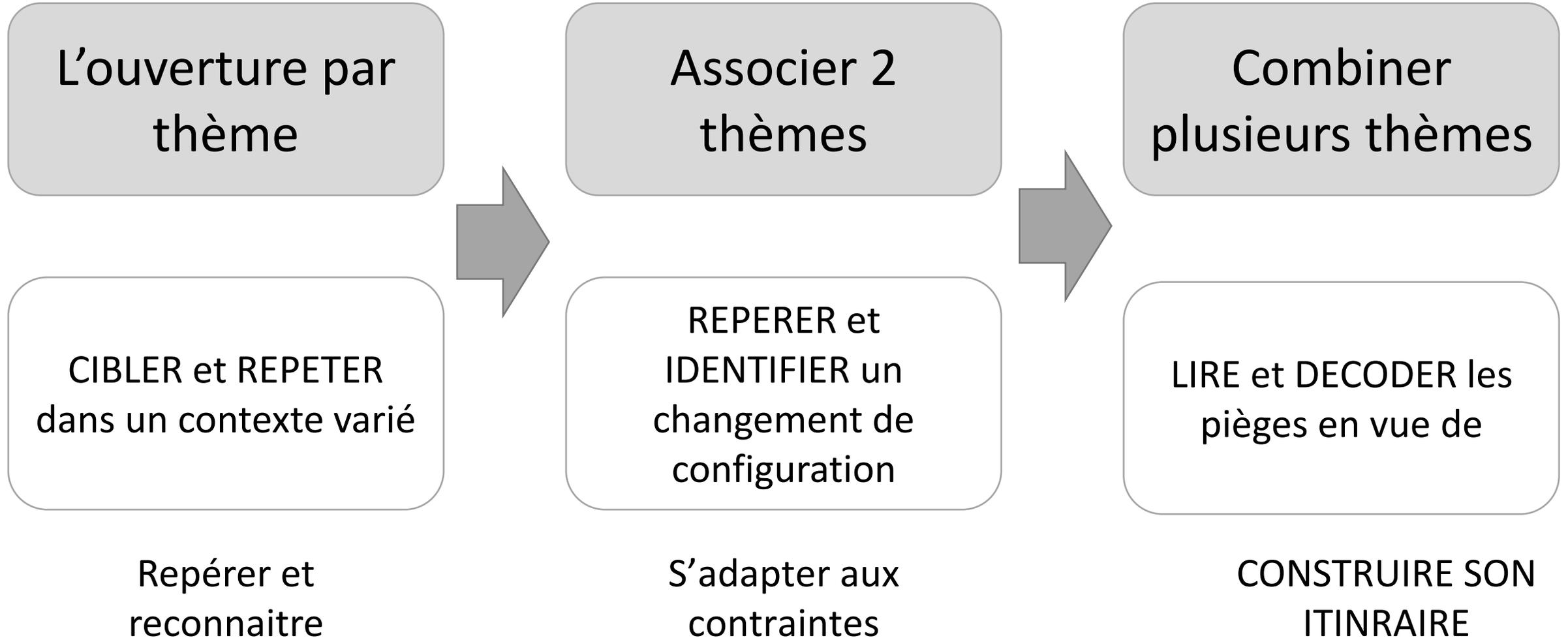
Vertical

Arête

Devers



Démarche : quel principe pédagogique ?



Démarche : comment ?

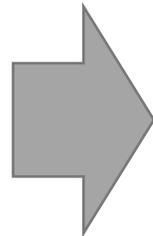


Prise
d'arrivée

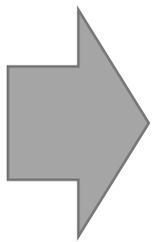
Prise
d'arrivée

Prise
d'arrivée

Toutes prises



Prises mains



Prises mains

Prises pieds

Prise de
départ

Prise de
départ

Prise de
départ

Démarche : comment ?

Contraindre par
les consignes

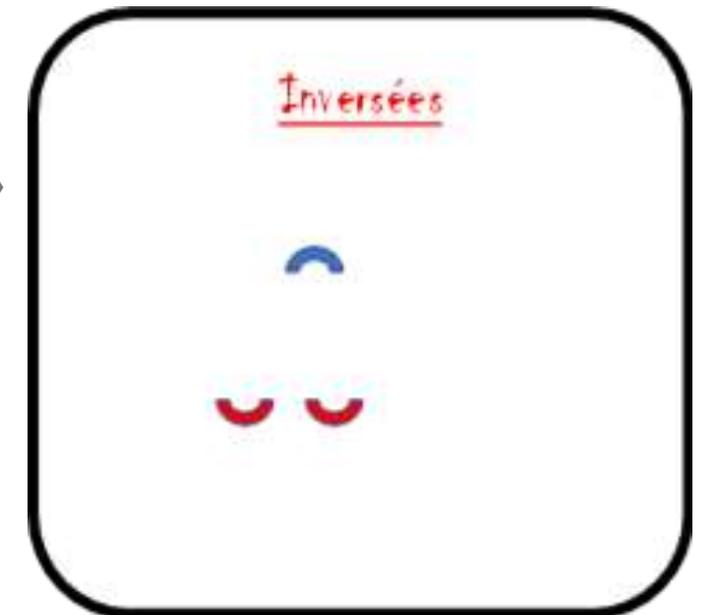
*Ex : « Grimper sans
bruit »*

*Ex : « toujours les
bras tendus »*

Contraindre par
l'équipement



Contraindre par
les prises

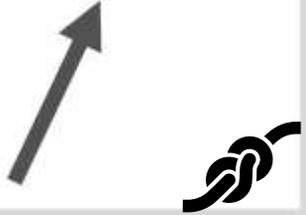


Démarche : quelle forme ?

Le bloc vertical :
Forme du bloc :



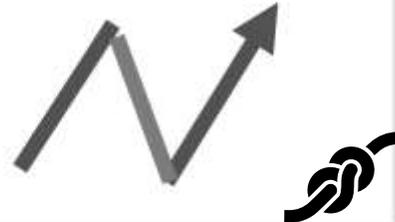
Le bloc oblique :
Forme du bloc :



Le bloc traversée :
Forme du bloc :



Le bloc « N » ou « M » :
Forme du bloc :



Le bloc au Carré :
Forme du bloc :



Le bloc progressif :
Forme du bloc :



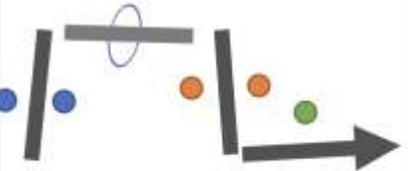
Le bloc enchainé :
Forme du bloc :



Le bloc en rond :
Forme du bloc :



Le bloc Obstacle :
Forme du bloc :



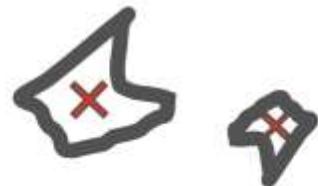
Le bloc couloir :
Forme du bloc :



Le bloc élastique :
Forme du bloc :



Le bloc zone élastique :
Forme du bloc :



Démarche : OUVRIR C'EST COMBINER

Ouvert par l'enseignant



Dans secteur Dalle

Associant traversée et bloc oblique

Prise imposée

mains

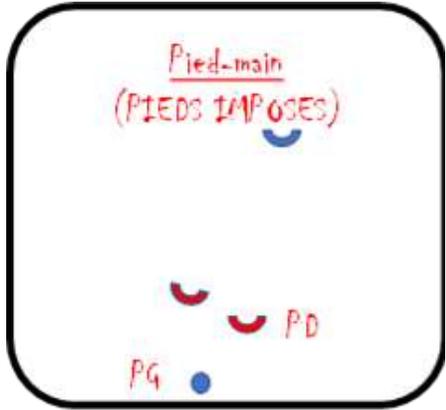
et pieds

Avec consigne

Sur-aménagement

« Grimper sans bruit »

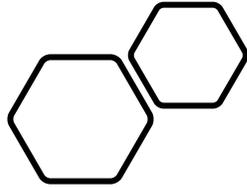
Et équipement



Démarche : DES OUTILS ?



Samedi à
Duvauchelle !



L'ouverture

ou l'art de créer des
mouvements en escalade

ILLUSRTATIONS CONCRETES



Bascule Diapo « Créer des itinéraire »

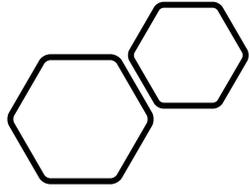
→ L'ETAPE 3



CF Créer des itinéraires d'escalade 19-10-2022

Contest et coopération





Contest et apprentissage coopératif

Favoriser la **verbalisation**
pour donner du sens aux CE



Ne
jamais
Rien
Lâcher

Exemple de parcours de formation

Collège

AFC3

S'équilibrer à partir des ses appuis,
Monter ses pieds avant de
déplacer ses mains pour pousser

Coordonnée efficacement la
poussée des jbes avec la traction

AFC4

Observer et réfléchir ensemble sur
les difficultés rencontrées

Identifier l'organisation des prises
mains (MD / MG) avant de partir

Lecture réactive

Lecture prédictive

Lycée

AFL
1

Transférer son CdG sur l'appui pour
développer son mouvement
Commencer à pivoter pour grimper
de profil

AFL
1

Identifier et annoncer son projet
de déplacement en fonction de
l'organisation des prises

Le CONTEST de bloc en binômes

Note	Ce que je sais faire
11/20	
12/20	
13/20	
14/20	
15/20	
16/20	
17/20	
18/20	
19/20	
20/20	

Principe

Classement	Points
Binôme 1	
Binôme 2	
Binôme 3	
Binôme 4	
Binôme 5	
Binôme 6	
Binôme 7	
Binôme 8	
Binôme 9	
Binôme 10	

1

Ouverture de blocs en binômes par les élèves

2

Mise en commun des blocs pour une compétition « CONTEST »

Valider le plus de blocs et les plus difficiles

Forme de pratique auto-référencée

Obtenir le meilleur classement de groupe

Forme de pratique socio-normée



1

L'ouverture – mise en place

Phase 1 L'ouverture

Tirage au sort du thème d'ouverture
Création du bloc avec outil d'aide



Objectif

- « Faire tomber » les adversaires (« ouvrir dur »)

Exigence

- Respecter le thème
- Réalisable (enchainé par au moins 1 des ouvreurs)
- Pieds libres (sauf thèmes qui exigent des pieds imposés)

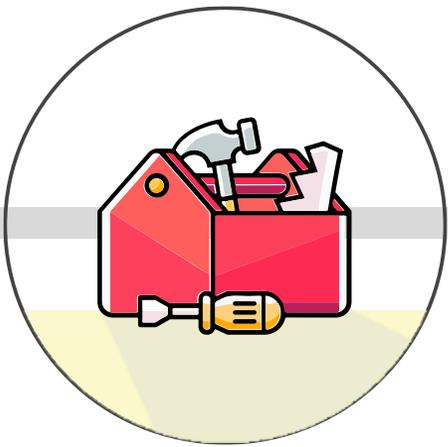
Matériel

- Scotch : Scotch long = prise(s) de départ + fin / scotch court = prises intermédiaires



Interaction

- Choix de prises de mains/pieds en rapport avec la gestuelle souhaitée : taille / orientation / pieds disponibles



1

L'ouverture – outil

Fiche

Ouverture pour les nuls

Transfert

Prise éloignée

Pied excentré

CONSIGNES pour réussir

- « amener la prise dans la fesse »



1 L'ouverture – intervention

Que fait l'enseignant pendant la phase d'ouverture ?

Guidage

Terret et col. 2016

en poussant les élèves à mettre en relation les gestuelles qu'ils veulent contraindre et les configurations de prises nécessaires

Exemple d'interaction prof/élèves :

Prof : « Pour contraindre un croisé, que faut-il choisir comme prise de main ? »

Elèves : « Une petite prise de main ? »

Prof : « Pourquoi ? »

Elèves : « Pour rendre le changement de main impossible ! »

Aide

Bruner, 1983

en réalisant des démonstrations stylisées

Régulation

en proposant des pistes de solution (choix de prise, tourner une prise...)

Bucheton & Soulé, 2009

2 Le contest



Phase 2
Contest

Option 1 :

Nbr d'essais libre
dans les blocs

Option 2 :

Nbr d'essais comptabilisés
dans les blocs



Objectif

- Réussir le plus de bloc en « x » min

Consignes

- Remplir le tableau des scores (recense les enchainements)
- Classement par équipes
- Possibilité de point bonus si l'équipe sort le bloc

→ Favoriser « l'interdépendance positive »



Interaction

- les gestuelles adaptées aux configurations de prises identifiées / les principes d'action à mettre en œuvre pour être efficace / la notion de « réglage » des méthodes



2 Le contest – les outils

Numérique

Option 1 :
Essais libres dans les blocs

Option 2 :
Essais comptabilisé dans les blocs

GRIMPEURS		Bloc 1	Bloc 2	Bloc 3	Bloc 4	Bloc 5	Bloc 6	Bloc 7	Bloc 8	Bloc 9	Bloc 10	Bloc 11	Bloc 12	Bloc 13	Bloc 14	Bloc 15	Bloc 16	Bloc 17	Bloc 18	Bloc 19	PTS MARQUES (prises atteintes)
MIC	MAC																				4
QUICK	FLUPOUE																				8
TIC	TAC																				3
JIM	JOE			4	2																6
PIF	PAF			1	2																0
BIC	BAC		1	3																	4
JOE	JIM		4	4																	8
PHILIP	MORIS			3																	3
FIVE	TEN		1	1	1	1	1	1													6
...	...																				0
																					0
																					0
																					0
																					0
																					0
																					0
																					0
																					0
																					0
																					0
																					0
																					0
																					0
																					0
																					0
																					0
																					0
																					0
																					0
																					0
																					0
																					0
																					0



2

Le contest – intervention

Que fait l'enseignant pendant la phase d'ouverture ?

Supervise

Desbiens, 2000

en prenant du recul et en analysant l'activité des élèves de la classe tant sur l'organisation que sur la sécurité

Questionne

Terret et coll. 2016

en focalisant l'attention sur les configurations de prises identifiées et les principes d'action efficaces qui en découlent

Exemple d'interaction prof/élèves :

Prof: « Quel est le thème du bloc selon vous ? Quelle gestuelle veut vous imposer l'ouvreur ? »

Elèves : « Un jeté ou mouvement dynamique ? »

Prof : « Pour réussir, vous allez vous organiser comment ? Comment faire pour aller loin ? »

Elèves : « Il faut monter les pieds ... partir bras tendus ... monter haut sur les pieds avec de l'élan »

Réguler

en proposant des pistes de solution

Le DEFI tour Eiffel

Triple challenge basé sur la quantité d'escalade

1

Challenge « classe » : totaliser plus d'escalade que la hauteur de la tour Eiffel (327m)

2

Challenge « cordées » : être la cordée totalisant le plus d'escalade

3

Challenge « grimpeurs » : être le grimpeur totalisant le plus d'escalade

Une dynamique collective

Ensemble pour totaliser des « mètres d'escalade » en fonction de la hauteur parcouru par le grimpeur (épaules / plaques, dégaines etc...)

Ensemble pour ne pas avoir de « MALUS sécu » (installation matos / encordement / gestion nœud de sécu etc non valides)

Le DEFI tour Eiffel



INRETRACTION

PROF -ELEVE

ELEVE-ELEVE

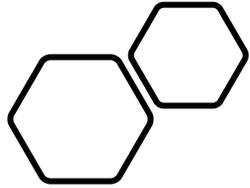


Au niveau affectif : encouragement,...

Au niveau cognitif : Conseil,...

Au niveau moteur : comparaison,...

Au niveau sécu : co-vérification,...



Evaluer en voie ?

Un exemple d'outil
d'évaluation



Ne
jamais
Rien
Lâcher

Suivre les progrès des élèves

Séance 6 Le grimpeur Dje-Bi Hénoc Modalité de grimpe En mouliète Concepteurs : Virginie Le

secteur 1 secteur 2 secteur 3 secteur 4 secteur 5 secteur 6 secteur 7 secteur 8 secteur 9 secteur 10 secteur

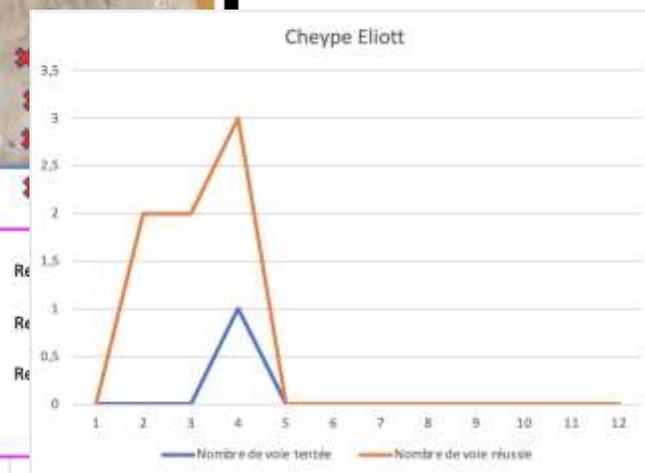
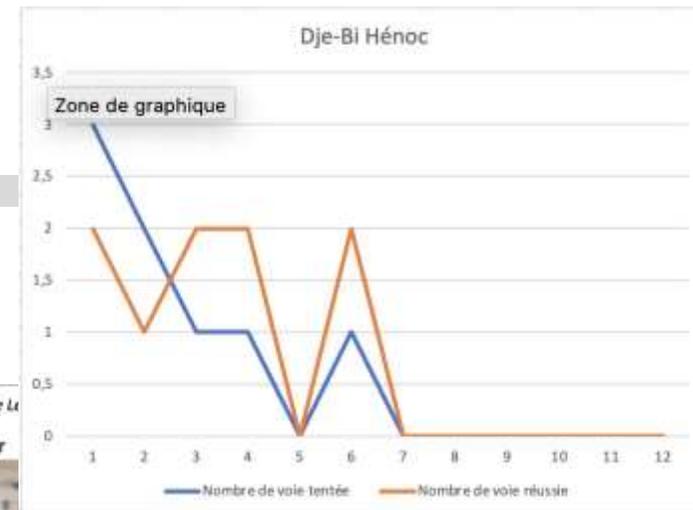
Mes progrès Perso 370 mètres
Cordée mètres
Groupe 3285 mètres

Note (perf) 11 En moulinette
1 En tête
Nb de voies topées 10
Nb de voies tentées 10

Diff 6b En moulinette
4a En tête

Mon niveau de sécurité

Mon record de vitesse
Mon record MIN prise main
Mon record MIN de pts



Valider des compétences - Idocéo



14:34 Mer, 7 déc. 24%

AEEPS - formation escalade

Carnet de notes

Annuler

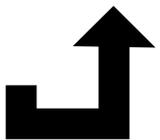
	Presence	Securite	Motricite	Esc - Secu grimpeur				Esc - Secu assureur			Esc - Secu contre-assureur			Esc - Secu cornet			
				Thème 1	Thème 2	Thème 3	Thème 4	Thème 1	Thème 2	Thème 3	Thème 1	Thème 2	Thème 3	Thème 1	Thème 2	Thème 3	
Benjamin La Gall	1	10/12	3	3	4	10/14	3	4	3	3	4/8	3	3	12/12	4	4	4



Samedi à
Duvauchelle !

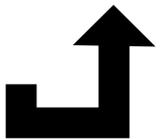
Le Bloc vertical

- Favorise :
- La poussée sur les 2 jambes / 1 jambe



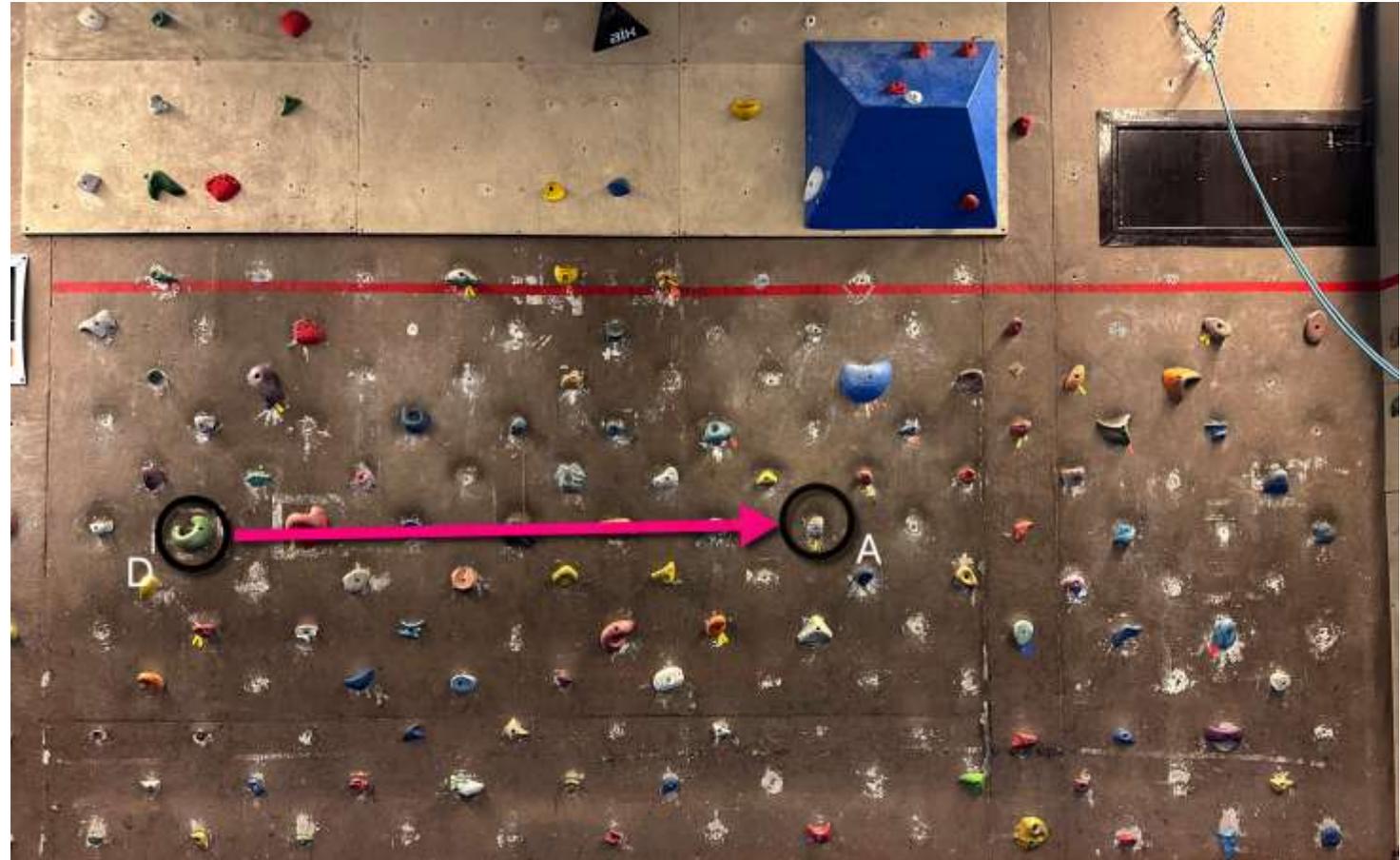
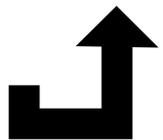
Le Bloc oblique

- Favorise :
 - La poussée sur les 2 jambes / 1 jambe
 - Les mouvements en croisé-décroisé (ramener c'est tricher) (CF crawl)



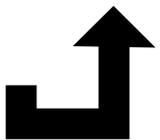
Le Bloc horizontal

- Favorise :
 - Le transfert de poids
 - Les changements de mains et de pieds
 - Les mouvements en croisé-décroisé (ramener c'est tricher) (cf derviche)



Le Bloc en N – W - M

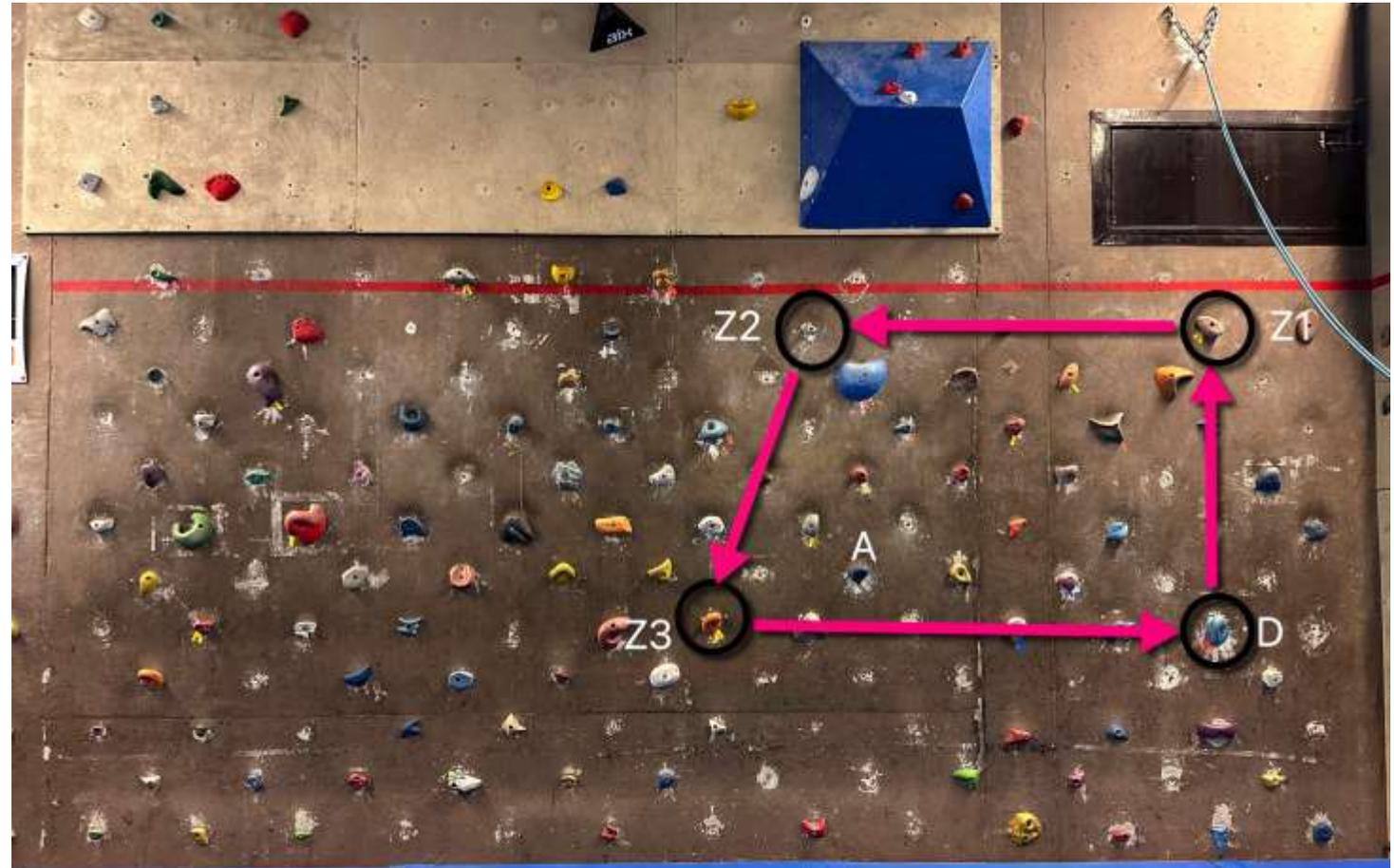
- Favorise :
 - Le transfert de poids
 - Les mouvements en croisé-décroisé
 - Le groupé-dégroupé
 - La désescalade



Le Bloc au carré ou infini

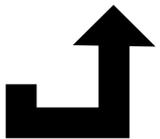
Favorise :

- Le transfert de poids
- Les changements de mains
- Le travail énergétique (conti)



Le Bloc interdites

- Favorise :
 - Le transfert de poids
 - Les déséquilibres



Site Internet : <http://paris-idf.aeeps.org>

Twitter : [@AeepsIDF](https://twitter.com/AeepsIDF)

ae-eps
Paris-Idf

The logo consists of the text 'ae-eps' in a bold, sans-serif font. 'ae' is black, and 'eps' is yellow. Below 'eps' is 'Paris-Idf' in a smaller, black, sans-serif font. The background features a faint, grey silhouette of the Eiffel Tower and a black silhouette of a person running to the right.

LES ATELIERS DE PRATIQUES

