

CHAMP D'APPRENTISSAGE n° 2 : « Adapter son déplacement à des environnements varies ou incertains »

APSA : Escalade

Repères d'évaluation de l'AFL1 « S'engager à l'aide d'une motricité spécifique pour réaliser en sécurité et à son meilleur niveau, un itinéraire dans un contexte incertain ».

Principe d'élaboration de l'épreuve

L'épreuve se déroule sur la SAE de l'établissement Sainte-Marie Lyon avec des voies de 9 mètres de longueur et des niveaux compris entre 4a et 7A.

Après un temps d'entraînement suffisant au sein d'une même cordée, le candidat doit choisir son niveau cotation pour grimper en tête ou en mouli-tête sur une voie, plus ou moins connue, tirée au sort lors de la séance précédente parmi trois voies possibles.

L'épreuve consiste à se préparer, s'équiper puis grimper. Il est demandé à la cordée de co-vérifier la conformité de l'installation de son installation avant que l'enseignant lui-même exerce son contrôle pour donner l'autorisation de grimper.

→ Pour l'escalade en tête, la corde du grimpeur devra être pré-mousquetonnée dans les deux premières dégaines afin d'éviter tout retour au sol en bas de voie. L'épreuve est complétée par une prestation d'assurage au cours du grimper du partenaire. L'épreuve ne peut se dérouler en tête qu'avec l'accord de l'enseignant en fonction du niveau de compétences atteint par le candidat. L'enseignant devra vérifier que l'assureur maîtrise l'assurage d'une chute en tête pour donner son autorisation.

→ Le candidat peut choisir la modalité d'ascension en mouli-tête : grimper en tête tout en étant assuré par une seconde corde en moulinette avec une courte boucle pincée par un élastique, placée 1 mètre au-dessus du baudrier. Concernant l'assurage en moulinette en 5 temps, l'utilisation du « Jul 2 » doit permettre d'éviter tout retour au sol. Ce dispositif doit être contrôlé par l'enseignant avant chaque départ.

L'épreuve est complétée par une prestation d'assurage au cours du grimper du partenaire. Les assureurs devront préparer la corde et se placer/déplacer en respectant leur couloir d'assurage et le couloir d'escalade.

A la première chute, le candidat peut reprendre sa progression à l'endroit de la chute. Il devra arrêter dans les cas suivants :

- . s'il chute une deuxième fois après la première dégainé,
- . s'il s'assoie dans le baudrier,
- . s'il se tient à la dégainé pour progresser ou mousquetonner,
- . s'il utilise une plaquette en prise de mains ou de pieds,
- . s'il oublie de mousquetonner une dégainé,
- . s'il mousquetonne à l'envers ou forme un « yo-yo »,
- . s'il sort de la voie,
- . s'il utilise les interdits.

Dans ces différents cas, les co-évaluateurs positionnent l'élève dans un degré puis ajustent la note en fonction du niveau de difficulté/complexité de l'itinéraire réalisé (coefficient).

Éléments à évaluer	Repères d'évaluation																
	Degré 1			Degré 2				Degré 3				Degré 4					
Lire et analyser les caractéristiques des éléments du milieu pour choisir et conduire son itinéraire	Le grimpeur tâtonne La lecture de la voie est orientée uniquement dans l'espace proximal. Il associe uniquement les prises bacs horizontales entre elles pour pousser/tirer.			Le grimpeur enchaîné Il identifie son trajet allant jusqu'à 2 ou 3 mouvements avec des prises un peu plus éloignées de son axe de progression. Pas de PME ou PME subie.				Le grimpeur anticipe Il identifie le trajet et repère la zone difficile et les PME de repos ou de mousquetonnage. Il s'informe visuellement sur la position des PM et PP et les met en relation dans un espace proche.				Le grimpeur s'adapte Il identifie le trajet et repère les zones difficiles et les PME. Il réadapte son itinéraire en fonction de la réalité des prises rencontrées mais aussi en fonction des prises « clés » dans l'itinéraire.					
<i>Point(s) à multiplier avec le coefficient de difficulté</i>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	0	0,5	1	1,5	2		2,5	3		3,5	4						
Adapter son déplacement en fonction des caractéristiques du milieu et de son projet d'itinéraire	Le grimpeur hésitant Déplacement discontinu, lent et saccadé. Progression de face prioritairement avec une action des bras dominante. Coordinations peu adaptées à la configuration des prises. Les déséquilibres sont subis.					Le grimpeur saccadé Déplacement relativement saccadé. Progression de face sur un ou deux appuis propulseurs. Coordinations évitant les déséquilibres potentiels.				Le grimpeur ordonné Déplacement relativement fluide et ordonné tant qu'il n'y a pas de difficulté majeure. Progression de face et parfois de profil. Déséquilibres maîtrisés				Le grimpeur fluide Déplacement fluide et/ou rythmé quand l'intensité du passage l'impose. Progression de face ou de profil selon les configurations de prises par des coordinations choisies. Déséquilibres maîtrisés ou recherchés pour être exploités.			
<i>Point(s) à multiplier avec le coefficient de difficulté</i>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	0 pt	0,5	1	1,5	2	2,5	3	3,5	4	4,5	5	5,5	6	6,5	7	7,5	8

* Cocher les points selon le degré observé puis le(s) multiplier selon la cotation de la voie réalisée

COEFFICIENT DE DIFFICULTÉ		4A	4B	4C	5A	5B	5C	6A	6B	6C
GARÇONS	MOULI-TÊTE	0,2	0,3	0,4	0,5	0,6	0,7	0,8	0,9	1
	EN-TÊTE	0,3	0,4	0,5	0,6	0,7	0,8	0,9	1	
FILLES	MOULI-TÊTE	0,3	0,4	0,5	0,6	0,7	0,8	0,9	1	
	EN-TÊTE	0,4	0,5	0,6	0,7	0,8	0,9	1		

- POINTS - Lire et analyser les caractéristiques des éléments du milieu pour choisir et conduire son itinéraire = _____ sur 4
- POINTS - Adapter son déplacement en fonction des caractéristiques du milieu et de son projet d'itinéraire = _____ sur 8

Repères d'évaluation de l'AFL2 « S'entraîner individuellement et collectivement, pour se déplacer de manière efficiente et en toute sécurité ».

Degré 1	Degré 2	Degré 3	Degré 4
<p>Entraînement inadapté Engagement irrégulier dans les séances ou selon les moments de la séance. Gestion de l'effort : suiveur, copieur. Absence de projet.</p>	<p>Entraînement partiellement adapté Engagement régulier mais peu d'intensité. Gestion de l'effort approximative : peu adaptée aux difficultés des voies et peu adapté à ses ressources. Projet peu adapté : formulé sans justification.</p>	<p>Entraînement adapté Engagement de qualité. Gestion des efforts personnelle : adaptée aux difficultés des voies. Projet cohérent : adapté au fil des entraînements, justifié.</p>	<p>Entraînement optimisé Engagement de qualité, persévérant dans les voies. Gestion appropriée : régulée en fonction des difficultés des voies ou de ses ressources. Projet cohérent : adapté au fil des entraînements et se fixe des objectifs concrets pour progresser à court ou moyen terme.</p>

Repères d'évaluation de l'AFL3 « Coopérer pour réaliser un projet de déplacement, en toute sécurité ».

Degré 1	Degré 2	Degré 3	Degré 4
<p>Sécurité subie. Respect par intermittence des règles de sécurité et de mise en place. L'élève est centré sur sa propre pratique.</p>	<p>Erreur de mousquetonnage (« yoyo » ou « tricot »). Erreur de mousquetonnage, mais corrigée immédiatement. Assure mais donne et reprend le mou avec retard. La corde reste souvent en tension.</p>	<p>Mousquetonnage conforme mais hésitant et plus rapide sur une main que sur l'autre et/ou couteux (absence de position économique). Assure en contrôlant la tension de la corde. Assure sans décalage avec la progression du grimpeur.</p>	<p>Mousquetonnage relativement rapide et économique et de maîtrise ambidextre. Mousquetonnage maîtrisé et totalement intégré à la progression. Donne et reprend le mou en anticipant la progression du grimpeur.</p>

CHOIX DE L'ÉLÈVE dans la répartition des points AFL2 et AFL3 :

Points choisis AFL2/AFL3	Degré 1	Degré 2	Degré 3	Degré 4
/4 points	0 à 1 point	1,5 à 1,75 point	2 à 3 points	3,5 à 4 points
/2 points	0-0,5 point	0,75 point	1 à 1,5 point	2 points
/6 points	0 à 1 point	1,5 à 2,5 points	3 à 4 points	4,5 à 6 points

CHAMP D'APPRENTISSAGE n° 2 : « Adapter son déplacement à des environnements varies ou incertains ».

APSA : Escalade : élève asmathique.

Repères d'évaluation de l'AFL1 « S'engager pour obtenir les effets recherchés selon son projet personnel, en faisant des choix de paramètres d'entraînement cohérents avec le thème retenu ».

Principe d'élaboration de l'épreuve

Le principe d'élaboration de l'épreuve s'adapte aux besoins de l'élève asmathique.

Caractéristiques de l'élève asmathique au regard de l'épreuve :

Le médecin recommande la pratique des APSA mais en respectant le rythme de l'élève en lui donnant la possibilité d'avoir des temps d'arrêt pour récupérer en particulier sur le plan respiratoire. Il faut lui éviter les atmosphères froides et sèches ainsi que celles riches en allergènes qui constituent des facteurs déclenchant de la crise d'asthme. En cas de pic de pollution, cet élève ne devra pas pratiquer à l'extérieur. Cet élève doit éviter de réaliser des efforts intenses et de longue durée en s'engageant sur des voies trop exigeantes par leurs difficultés et leur longueur. Il peut pratiquer sur des voies peu contraignantes sur le plan physique, afin de solliciter modérément l'appareil cardio respiratoire. Il doit apprendre à évoluer de manière responsable dans l'intérêt de sa santé en s'économisant en prenant des repos stratégiques avant des passages plus difficiles, en respirant le plus possible par le nez afin d'humidifier et réchauffer l'air.

Aménagement de l'épreuve :

Les cotations et conditions d'escalade seront rendues moins difficiles. Un repos plus long lui sera accordé entre deux prestations.

CHAMP D'APPRENTISSAGE n° 2 : « Adapter son déplacement à des environnements varies ou incertains ».

APSA : Escalade : élève en surpoids.

Repères d'évaluation de l'AFL1 « S'engager pour obtenir les effets recherchés selon son projet personnel, en faisant des choix de paramètres d'entraînement cohérents avec le thème retenu. »

Principe d'élaboration de l'épreuve

Le principe d'élaboration de l'épreuve s'adapte aux besoins de l'élève en surpoids.

Caractéristiques de l'élève en surpoids au regard de l'épreuve :

Les possibilités physiques de cet élève sont très différentes des autres élèves dans cette activité. Il éprouve des difficultés à grimper, son excès de poids est un handicap dans ce type de confrontation à la pesanteur. Il doit éviter les voies qui l'exposent à un travail en surcharge. La sollicitation des petites articulations des doigts sur des prises en mono ou bi doigts sont très traumatisantes. Les risques de chute au départ de la voie doivent être supprimés. La réception brutale sur les jambes même sur des tapis souples serait une source de dommage aux niveaux des articulations du train porteur. L'effort intense est déconseillé à cause des effets défavorables sur le plan cardio vasculaire.

Aménagement de l'épreuve :

Il faut lui proposer des voies plus accessibles avec des prises larges et crochetantes. Les modalités techniques d'escalade exigées doivent également être aménagées. La montée en tête est trop dangereuse pour cet élève. Il convient de lui proposer la montée en moulinette ou mouli-tête avec un assurage sec pour interdire tout choc et toute surcharge. Des voies de difficultés croissantes et accessibles à cet élève peuvent être proposées. De l'échelle plus ou moins inclinée (attachée et sécurisée dans sa partie supérieure) à des voies en plan incliné offrant de nombreuses prises larges et crochetantes

L'élève en surpoids assureur présente plutôt un avantage de sécurité (en l'équipant d'un baudrier d'ouvreur aux sangles réglables, plus confortable). Pour l'assurer, il convient de mettre en place un montage avec un point fixe au sol (par exemple, un point d'ancrage doublé sur les pieds de barres parallèles ou d'un chariot avec une pile de tapis dont le poids est supérieur au double du poids du grimpeur. L'assurage au baudrier est possible (par un enseignant) si la différence de poids n'excède pas 20kg. Il peut également être proposé un assurage en moulinette doublé (les deux cordes devront passer sur deux mousquetons à vis différents en veillant à ce que les cordes ne se touchent pas.

L'escalade en moulinette ne permet pas à l'élève de mousquetonner comme les autres élèves, les points attribués à cet élément (AFL3) de l'activité le seront à l'application du contrat préservation de la santé et de l'intégrité physique de l'élève (engagement et activité en conformité avec ses possibilités aucune prise de risque inutile, mise en décharge des appuis pendant les phases de repos).

CHAMP D'APPRENTISSAGE n° 2 : « Adapter son déplacement à des environnements varies ou incertains ».

APSA : Escalade : élève atteint de syndrome rotulien.

Repères d'évaluation de l'AFL1 « S'engager pour obtenir les effets recherchés selon son projet personnel, en faisant des choix de paramètres d'entraînement cohérents avec le thème retenu ».

Principe d'élaboration de l'épreuve

Le principe d'élaboration de l'épreuve s'adapte aux besoins de l'élève atteint de syndrome rotulien.

Caractéristiques motrices de l'élève au regard de l'épreuve

Cet élève ne doit pas exécuter d'appuis pédestres ou de mouvements plaçant les genoux en rotation (les appuis pédestres utilisant les bords externes ou internes des pieds, avec le bassin face à la paroi sont à proscrire). Tous les appuis générant des pressions latérales au niveau des genoux (les appuis pédestres en écart latéral des jambes) sont dangereux et traumatisants pour l'élève. Monter dans la voie même avec des prises très crochetantes l'oblige à fléchir les genoux à plus de 30° dans l'axe antéro-postérieur (ce qui lui est interdit par le certificat médical). La pratique de l'escalade ne lui est pas accessible en toute sécurité.

Aménagement de l'épreuve

Choix d'une épreuve de substitution plus adaptées aux particularités physiques de cet élève comme par exemple un parcours de bloc.