

ESCALADE

I PREAMBULE

L'escalade fait partie des APPN (activité physique de pleine nature). S'engager dans une activité de pleine nature, c'est aller d'un point à un autre ou bien de réaliser un trajet.

Le déplacement fait l'objet d'un projet, l'élève choisit son itinéraire, il se réajuste en fonction des événements. Le milieu de pratique peut être qualifié de complexe parce qu'il contient un nombre important d'informations de différentes natures. Il est variable car certains paramètres changent d'intensité.

Autrement dit, l'élève doit optimiser son déplacement, il doit s'engager dans une recherche de rendement, d'économie et d'efficacité, et il doit apprendre à gérer deux paramètres contradictoires, celui de la vitesse et de la précision.

II PRESENTATION DE L'APS ESCALADE

Il est nécessaire de distinguer le grimpeur et l'escaladeur.

Grimper est une activité de déplacement à l'aide des mains et des pieds sur une surface oblique ou verticale.

Tandis qu'escalader consiste à un déplacement vers le haut à l'aide des mains et des pieds. Mais pour agir en toute sécurité il est indispensable de s'équiper d'accessoires matériels (boudriers, mousquetons, cordes...) et ou de faire appel à un co-équipier.

L'escalade se pratique sur une structure artificielle conforme aux normes en vigueur ou sur un site naturel (elles sont tout de même équipées à demeure et nettoyées).

III IMPACT SUR L'ELEVE

- Modifications motrices : l'élève est amené à se déplacer en quadrupédie, pour assurer son équilibre il doit déplacer son centre de gravité dans un plan vertical par des prises manuelles et podales.
- Modifications affectives : au travers de cette activité, l'élève doit maîtriser ses émotions.

- Modifications cognitives : il est indispensable de savoir parer ses camarades et d'assurer sa sécurité et celle des autres. Pour cela, la sécurité s'enseigne.
 - a. Il faut adopter une attitude sécuritaire, c'est-à-dire rendre des comportements plus rationnels dans des activités où l'affectivité et le stress sont omniprésents.
 - b. Il faut utiliser des démarches sécuritaires, comme reconnaître le milieu, développer l'entraide et utiliser convenablement le matériel.
 - c. Il faut savoir apprécier le niveau de difficulté d'un passage pour prendre des décisions en adéquation avec le milieu et ses capacités.

IV L'ESCALADE A TRAVERS LES TEXTES OFFICIELS

- Cycle I

Cette activité appartient au groupement « adapter ses déplacements à différents types d'environnements »

Etre capable de « se déplacer dans des formes d'actions inhabituelles remettant en cause l'équilibre (sauter, grimper, se déplacer à quatre pattes...) »

L'activité se déroule sur des murs aménagés et des modules, il ne s'agit pas d'escalader mais de grimper sans matériel en parcourant des chemins différents pour atteindre un point précis.

- Cycle II

Cette activité appartient au groupement « adapter ses déplacements à différents types d'environnements »

Etre capable de « se déplacer dans des formes d'actions inhabituelles remettant en cause l'équilibre (sauter, grimper, se déplacer à quatre pattes...) »

« L'activité propose trois parcours, choisir celui qu'on se sent de parcourir et l'exécuter sans chute. Les parcours sont de niveaux différents, mais ils comportent tous un point de départ au sol un point culminant et un point d'arrivée. Ici la notion de projet est valorisée par le choix de son parcours. »

- Cycle III

Cette activité appartient au groupement « adapter ses déplacements à différents types d'environnements »

Etre capable de « se déplacer dans des formes d'actions inhabituelles remettant en cause l'équilibre (sauter, grimper, se déplacer à quatre pattes... »

Compétence en fin de cycle :

Réaliser sans assurage un trajet annoncé pour traverser horizontalement une zone de cinq mètres de largeur en utilisant différentes prises dont celles qui sont inversées.

La notion de contrat à travers « le trajet annoncé » est développée, la grimpe se réalise sur un plan vertical. L'exploration et l'exploitation de différents types de prises sont signifiantes pour ce niveau.

V TABLEAU SYNOPTIQUE DE L'ESCALADE

CYCLE I	CYCLE II	CYCLE III
se déplacer en quadrupédie	gérer sa locomotion dans un espace vertical ou oblique	adapter ses appuis aux prises
s'organiser pour s'adapter à différents aménagements	gérer son potentiel énergétique pour ne pas chuter	adapter son déplacement au milieu sur une zone verticale
connaître le but	se connaître pour choisir le parcours adapté à ses capacités	connaître les différents types de prises
connaître le danger de la situation	traiter les informations du parcours pour optimiser son déplacement	respecter son contrat
	savoir assurer un camarade	reconnaître les difficultés d'un parcours
surmonter sa peur	surmonter sa peur	surmonter sa peur

VI SECURITE

Pour les maternelles, il faut un adulte pour six enfants et le maître de classe peut être aidé soit par un brevet d'état soit par un adulte accompagnateur agréé à l'issue d'un stage spécifique.

En ce qui concerne les élémentaires, il faut un adulte pour douze enfants.

VII MISE EN ŒUVRE DE L'ESCALADE

- Cycle I

Objectif : grimper sur des matériels variés et en contre bas

But : parcourir un trajet

Dispositif : caissettes, bancs, table et cerceaux, boîte à chaussure....

Consignes : partir des caissettes et arriver aux boîtes à chaussures de différentes façons

Critères de réalisation : l'effectuer soit debout, soit à quatre pattes ou accroupi

Critère de réussite : grimper sans l'aide du maître

Pour complexifier la situation, on peut augmenter la hauteur des engins et introduire des plans inclinés. Tandis que pour la simplifier, on peut les aider en leur tenant la main ou en diminuant la hauteur des différents supports.

Autre situation pour la grande section de maternelle

Objectif : conserver son équilibre

But : traverser en marchant en contre haut

Dispositif : dans le prolongement du banc mettre une poutre

Critère de réalisation : fixer son regard en le projetant loin devant soi, utiliser ses mains et ses bras pour s'équilibrer

Critère de réussite : traverser la poutre sans chuter

Pour complexifier cette situation, on peut mettre des obstacles sur la poutre.

Pour proposer une variante, l'élève peut réaliser le parcours en arrière, ou faire le parcours en faisant des tours sur lui-même.

- Cycle II

Objectif : grimper de plus en plus haut et descendre

But : atteindre les ballons et redescendre

Dispositif : prévoir des espaliers, des échelles, disposer des cordes à nœuds à côté et des ballons de différentes couleurs sur les espaliers. Mettre des tapis au sol.

Consignes : grimper le plus haut possible pour toucher le ballon le plus haut puis descendre l'espalier

Critères de réussite : grimper sans marquer des temps d'arrêt et toucher le ballon le plus haut

Pour simplifier la situation, on peut proposer la même situation mais sur un plan incliné.

En tant que variante, on peut leur demander de monter à la verticale et traverser l'escalier en haut puis utiliser la corde pour redescendre.

- Cycle III

Objectif : transfert en milieu extérieur des compétences acquises en milieu intérieur

But : réaliser le parcours sans hésitation

Dispositif : trois parcours proposés en parallèle, caissettes, objets à transporter d'un point A vers un point B, petits bancs...

Consignes : faire le parcours le plus vite possible

Critère de réalisation : réaliser le parcours en utilisant différents modes de déplacement

Critère de réussite : faire la totalité du parcours et arriver le premier

Autre situation

Objectif : se déplacer sur le mur d'escalade

But : explorer librement le mur

Dispositif : mur d'escalade oblique et tapis disposé au pied

Critère de réalisation : suivre le parcours

Critère de réussite : se déplacer sur le mur

Pour complexifier la situation, modifier les prises et allonger les déplacements horizontaux.

Pour la simplifier, on peut changer les prises pour les rendre plus faciles, ou diminuer la pente du mur.