Escalade

Infos pratiques

- **ECTS** : 3.0
- **Nombre d'heures** : 18.0
- **Langue(s) d'enseignement** : Français
- **Période de l'année** : Enseignement second semestre
- **Méthodes d'enseignement** : En présence
- **Forme d'enseignement** : Travaux dirigés
- **Ouvert aux étudiants en échange** : Oui
- **Composante** : Sciences et techniques des activités physiques et sportives
- **Code ELP** : 4S2L1018
- **En savoir plus** : https://coursenligne.parisnanterre.fr/ https://ufr-staps.parisnanterre.fr/

Présentation

Au niveau théorique : - Connaissances historiques et contemporaines de l'évolution de l'escalade / Connaissances techniques de l'activité (sécurité, manœuvres) / Connaissances biomécaniques et physiologique de l'activité (forces, coordinations, équilibres, filières énergétiques) / Connaissances didactiques (Problème fondamental –Logique Interne –Enjeux de formation – Modélisations –Contenus d'apprentissage – démarches – outils d'évaluation…)

Au niveau pratique : Autonomie des cordées en escalade en tête d'une voie d'une longueur et escalade en bloc

Objectifs

Acquisition de connaissances et de compétences en tant que grimpeur (en tête et en moulinette), assureur (assurage dynamique), intervenant. Maîtriser les éléments de sécurité permettant de gérer sa pratique, celle des partenaires, et l'enseignement de cette activité à divers publics.

Apporter une méthodologie d'analyse pour cibler son intervention auprès d'un public cible dans un contexte institutionnel donné.

Évaluation

L'évaluation théorique (50%) : 1 contrôle terminal portant sur les contenus théoriques et pratiques du semestre. Un travail ponctuel en lien avec l'élaboration de situations d'apprentissage

L'épreuve pratique (50%) : une évaluation terminale (performance, sécurité, manœuvres)

Pré-requis nécessaires

Bac

Compétences visées

- Connaitre les éléments fondamentaux culturels, techniques, biomécaniques, physologiques de l'activité escalade.

-au niveau didactique : connaître différents niveaux de pratique pour concevoir et mettre en œuvre des situations, un programme d'entraînement et la progression de l'apprentissage

- Grimper en autonomie en SAE, Blocs en garantissant ma sécurité et celle des autres (Etre autonome sur des voies d'une longueur (moulinette, en tête, pose d'un rappel))

- S'engager dans un fonctionnement de groupe en adoptant une attitude de sécurité. Avoir confiance dans le matériel, en soi (engagement), donner et avoir confiance aux autres (communication assureur-grimpeur)

Bibliographie

DAMILANO F, 1990 : l'escalade, technique et matériel, édition Solar

DELIGNIERES D, *Risque préférentiel, risque perçu et prise de risque : propositions pour l'élaboration d'une didactique de la sécurité en EPS", conférence à l'Université d'Automne "Education Physique en et par l'EPS,* Orléans, octobre 1991.

DUPUY C., 1991, "Les Actes du Colloque de l'ENSA CHAMONIX 89", ACTIO Joinville le Pont

GUYON L, BROUSSOULOUX O, 2004 *Escalade et Performance*, Editions Amphora

SALOMON J-C., VIGIER C., *Pratique de l'escalade*, Vigot.

VERDIER J-P., *Initiation et Perfectionnement à l'escalade,* Amphora.

TESTEVUIDE S, *L'escalade en situation*, Broché 2002

Ressources pédagogiques

Plateforme cours en ligne