



Quelle(s) escalade(s) en milieu scolaire pour construire une CP2 ?

Serge Testevuide  
AEEPS-CEDREPS  
Ancien expert APPN  
UFR-STAPS Nantes

Interroger nos pratiques en partant d'une approche culturelle et scolaire ...

# Répondre à 4 questions

1. Quelle(s) culture(s) de l'escalade(s) faire vivre aux élèves à l'école ? CP2 ou CP1 ?
2. Quelle démarche autour de l'éducation à la sécurité ? Pédagogie du respect des règles ou pédagogie de l'incident ?
3. Comment lire la motricité du grimpeur ? Téléguider ou interpréter ?
4. Comment tracer et coter des voies quand on est pas grimpeur ? La cotation « numérique » ou « analogique »

# Quelle(s) culture(s) de l'escalade(s) faire vivre aux élèves à l'école ? CP2 ou CP1 ?

La CP2 : se déplacer en s'adaptant à des environnements variés et incertains.

CO : Les élèves connaissent les squares, les bois...quid de la carte  
Ils se déplacent dans des espaces ouverts ....quid des lignes  
LES POSTES

Escalade : Les élèves connaissent les voies, les travaillent...quid de l'adaptation et de l'incertitude  
Les voies ne bougent pas car les enseignants ne peuvent pas....quid de la lecture  
LES PRISES DE COULEUR

**Faire vivre la forme, c'est à coup sûr perdre le fonds!**  
**Parti pris 1 : vivre la culture, ce n'est pas vivre les pratiques sociales**

# Logique interne des APPN

| Traits pertinents des APPN  | Conséquences sur l'activité  |
|---|--|
| Un déplacement avec ou sans engin sur un <b>itinéraire</b>            | Agir : créer un appui et utiliser une énergie<br><b>Pour</b><br>Conduire son déplacement |
| <b>Variabilité</b> des éléments, des formes et des énergies du milieu | Lire le milieu<br>Et<br>Décider d'un projet d'actions de déplacement                     |
| <b>Risques délibérément</b> affrontés                                 | S'engager dans le milieu (oser entrer)<br>Et<br>Être autonome (en sortir indemne)        |

La culture des pratiques  
sociales:

« *Les 3 mondes* »

*Art, sport, condition physique*

*Tribalat 2010*



La culture de  
l'école

RDV manqué ?



La culture de  
l'école

*Le monde du « plein-air »*

## Le fonds culturel : Coston Ubaldi 2007

Les « **mobiles** » organisant le  
projet du pratiquant



Les grands principes d'une  
**motricité** spécifique de l'APSA



Un rapport à l'autre(s) structurant

# Fonds culturel de l'escalade

Trouver une excellence  
comme équilibre entre :  
Maîtrise gestuelle  
Maîtrise de soi

Avoir des Pieds comme des  
Mains  
construire des alignements  
P.B. Verticale  
pour adopter des « formes de  
corps » couplées à des  
configurations de prises sur un  
itinéraire

Mobiles  
L'Épreuve

Construire  
une confiance raisonnée en  
l'autre, le matériel  
un risque assumé et partagé  
une éthique du bien grimper

Principes

Rapport à l'autre(s)

# 3 mobiles de l'escalade

## M1 : Agilité maîtrise gestuelle

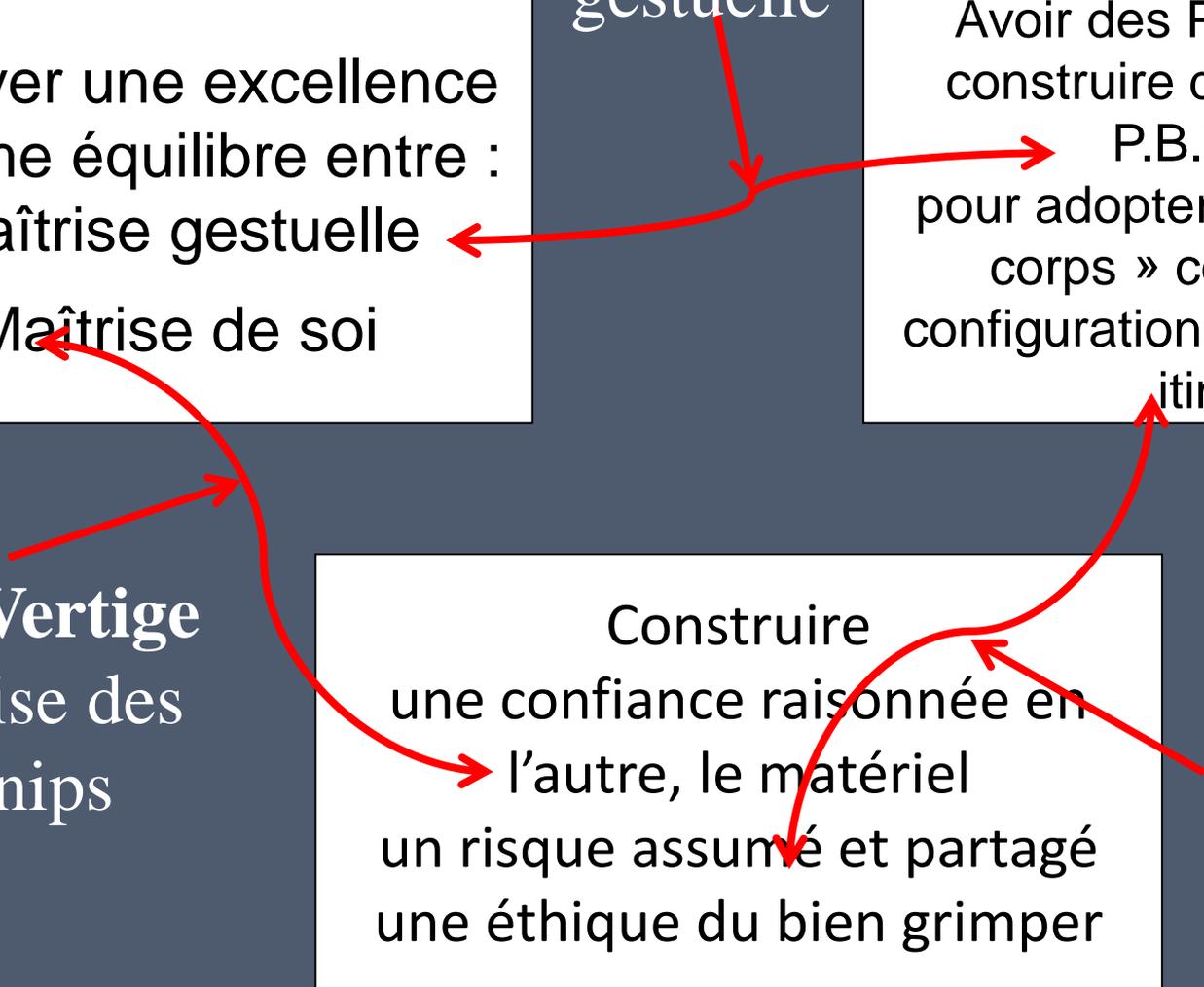
Trouver une excellence  
comme équilibre entre :  
Maîtrise gestuelle  
Maîtrise de soi

Avoir des P comme des M  
construire des alignements  
P.B. Verticale  
pour adopter des « formes de  
corps » couplées à des  
configurations de prises sur un  
itinéraire

## M2 : Vertige maîtrise des manips

Construire  
une confiance raisonnée en  
l'autre, le matériel  
un risque assumé et partagé  
une éthique du bien grimper

## M3 : Aventure maîtrise du trajet



# Conséquences pour enseigner en EPS

- 3 tranches de vie de grimpeur différentes plutôt que « tout et rien » :

3 Mobiles  
Vertige  
Agilité  
Aventure



2 principes de la motricité  
Reconstruire la perception de la verticale  
S'adapter aux contraintes sur un itinéraire

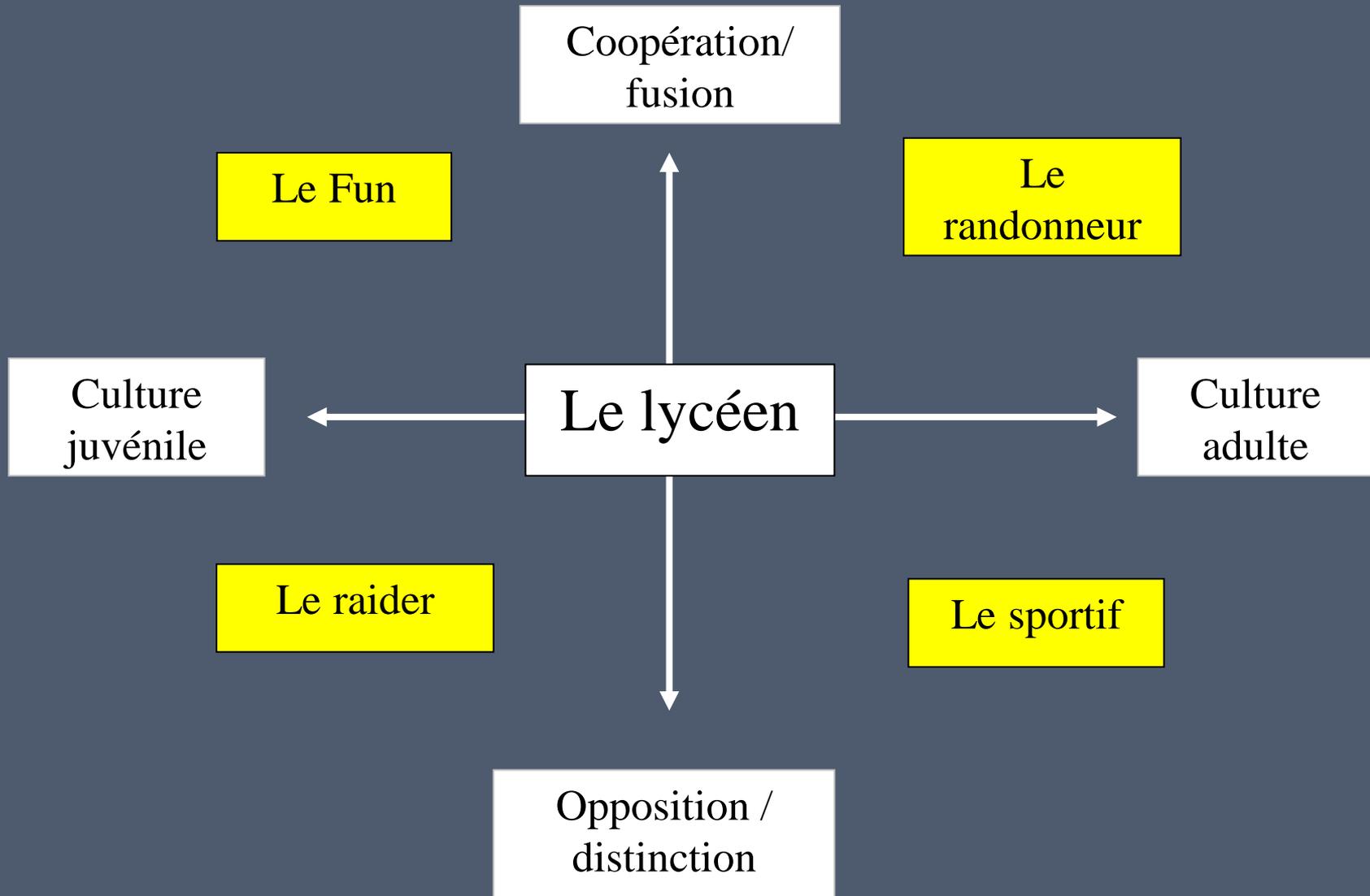


Ethique dans le rapport à l'autre, au règles du jeu



- 3 Type de FPS différentes  
3 fils rouge

# Un rappel : 99/00 autour de la réflexion sur les programmes, les modalités de pratique



# Quelle démarche autour de l'éducation à la sécurité ? Pédagogie du respect des règles ou pédagogie de l'incident ?

## 1. Voir le danger où il est

- La force de choc
- Le retour au sol

## 2. Apprendre à assurer la sécurité

- Eprouver l'assureur
- Vivre plus sereinement la hauteur, les « chutes »

# 1. Voir le danger où il est (site Grenoble)

- La force de choc

La chaîne d'assurance : le maillon faible

Le mousqueton : petit axe-grand axe, ouvert/fermé = 1/3 ou 3/3

Effet poulie : 2 fois le poids du grimpeur sur le point d'assurance.

La force de choc est proportionnelle au facteur de chute (hauteur de chute / Longueur de corde G-A)

- Le retour au sol

Danger max : avant le 1<sup>o</sup> point, entre le 1 et 2.

Faible hauteur des SAE

**LE DANGER EST EN BAS ET MOINDRE EN HAUT**

## 2. Apprendre à assurer la sécurité

Dissocier la partie « objective » (se mettre en danger) de la partie plus ressentie « se sentir en danger »

Dissocier hauteur / « danger » : clipper 1 et 2 en tête

Dissocier difficulté / « danger » : le difficile / protection

Dissocier fatigue / « danger » : voie courte

Eprouver souvent l'assureur

Proposer des situations d'assurage progressivement plus inhabituelles, inconfortables.

Construire l'accompagnement du déplacement : sec, tendu, mou

Vivre plus sereinement la hauteur et les chutes (en moulinette)

Rester en hauteur plus longtemps et y faire « autre-chose »

Proposer des situations de chutes progressivement plus balancées (D/G, AV/AR), soutenues (nœud, mou)

# Comment lire la motricité du grimpeur ?

## Téléguider ou interpréter ?

### 1. Comprendre l'évolution de la motricité du grimpeur « scolaire ».

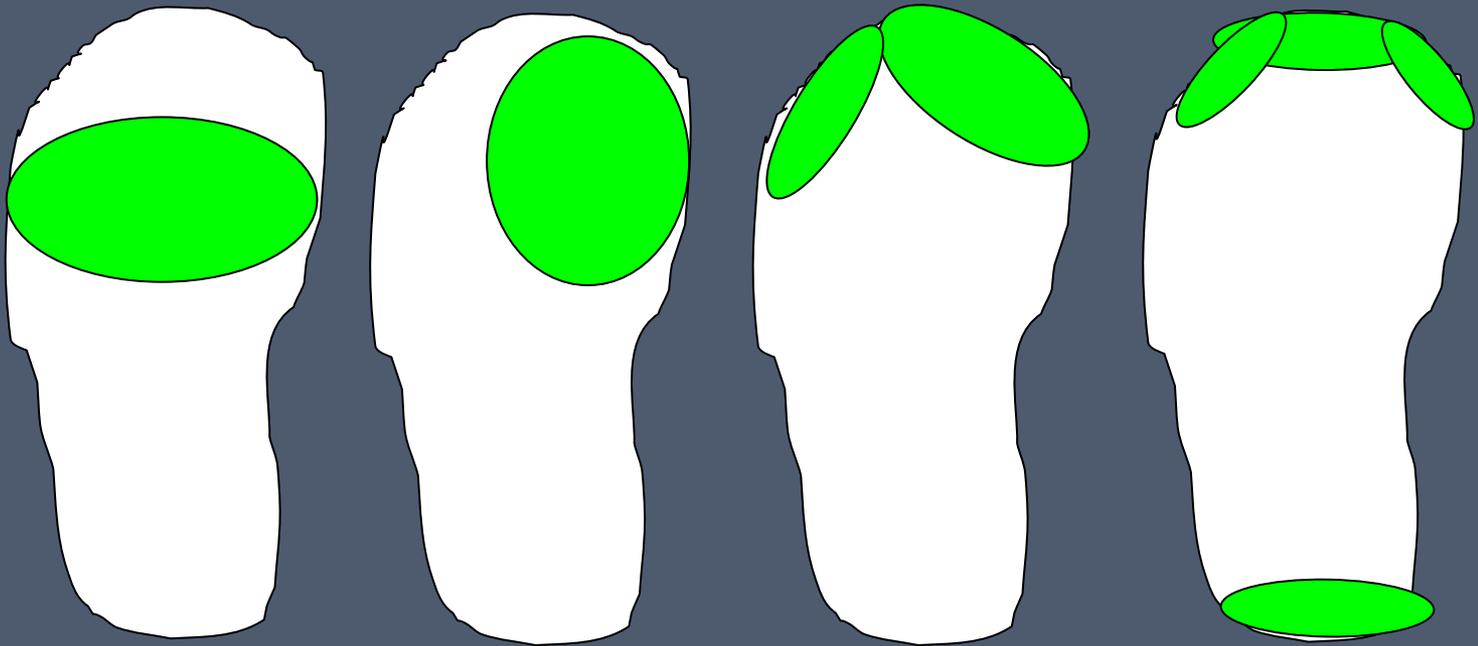
- Utiliser les différentes parties de l'avant du pied comme zone de contact avec la prise
- Distinguer phase dynamique et statique ; 2 logiques différentes
- Les logiques des attitudes typiquement scolaire

### 2. Quelques « clés » pour intervenir

- Notion de ligne d'action principale
- Intervenir sur les repères, les actions ou les prises

# 1. Comprendre l'évolution de la motricité du grimpeur « scolaire »

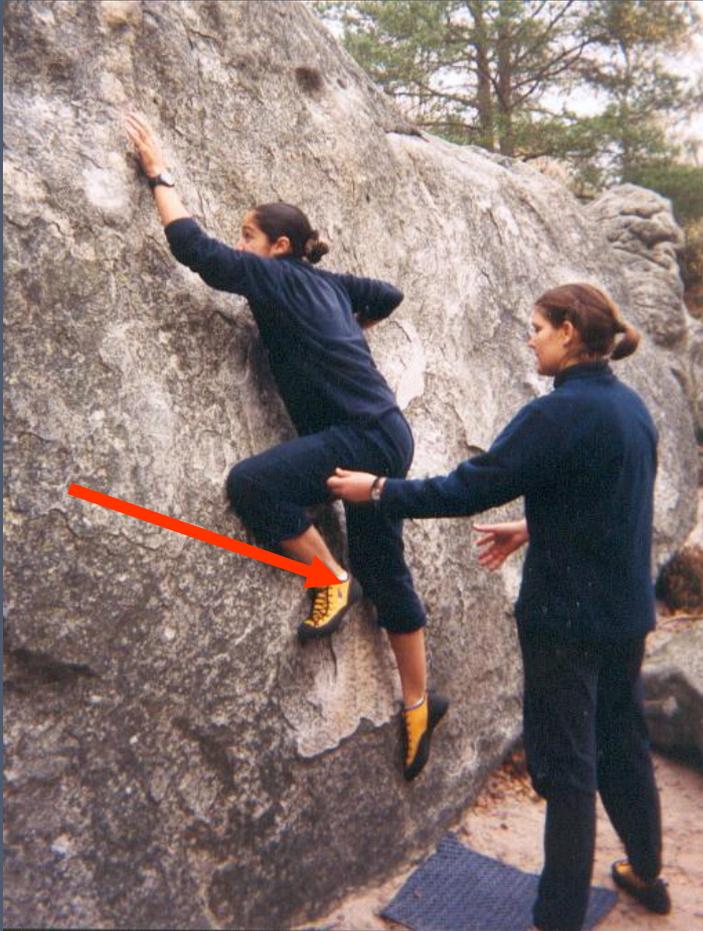
- a. Utiliser les différentes parties de l'avant du pied comme zone de contact avec la prise



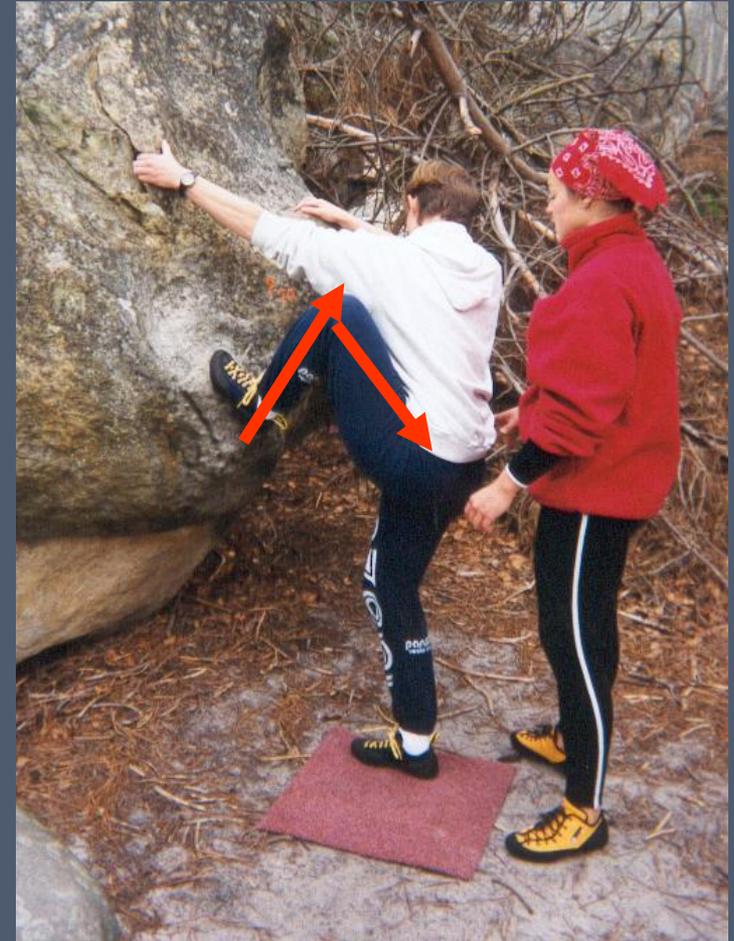
Gain en précision dans le contact , mobilité sur la prise.

La position sur l'avant du pied est nécessaire pour réaliser la technique de changement de pied

Réglette = technique de calage en  
carre int « bout »



Bossette = technique d'adhérence  
bout de pied et face



La position du talon : élément clé de la qualité de la pose et de  
l'orientation de la poussée

Lire une forme de prise pour les pieds = aspects de la prise / Utilisation

# Les « 5 fautes de pied »

- **Appui dessous de pied** : l'extrémité du bout de pied dépasse de la prise (carre interne)
- **Le pied qui glisse ou zippe** : facile à voir
- **Le pied qui tape** sur la paroi en faisant du bruit
- **Le « glisser-caler »** : le pied glisse le long de la paroi au dessus de la prise pour venir se caler sur la prise.
- **Le pied qui tâtonne** : le grimpeur teste la solidité de l'appui.

Apprendre à reconnaître et compter les « fautes de pied » qui constituent un fil rouge.

## b. Distinguer Phase statique et dynamique

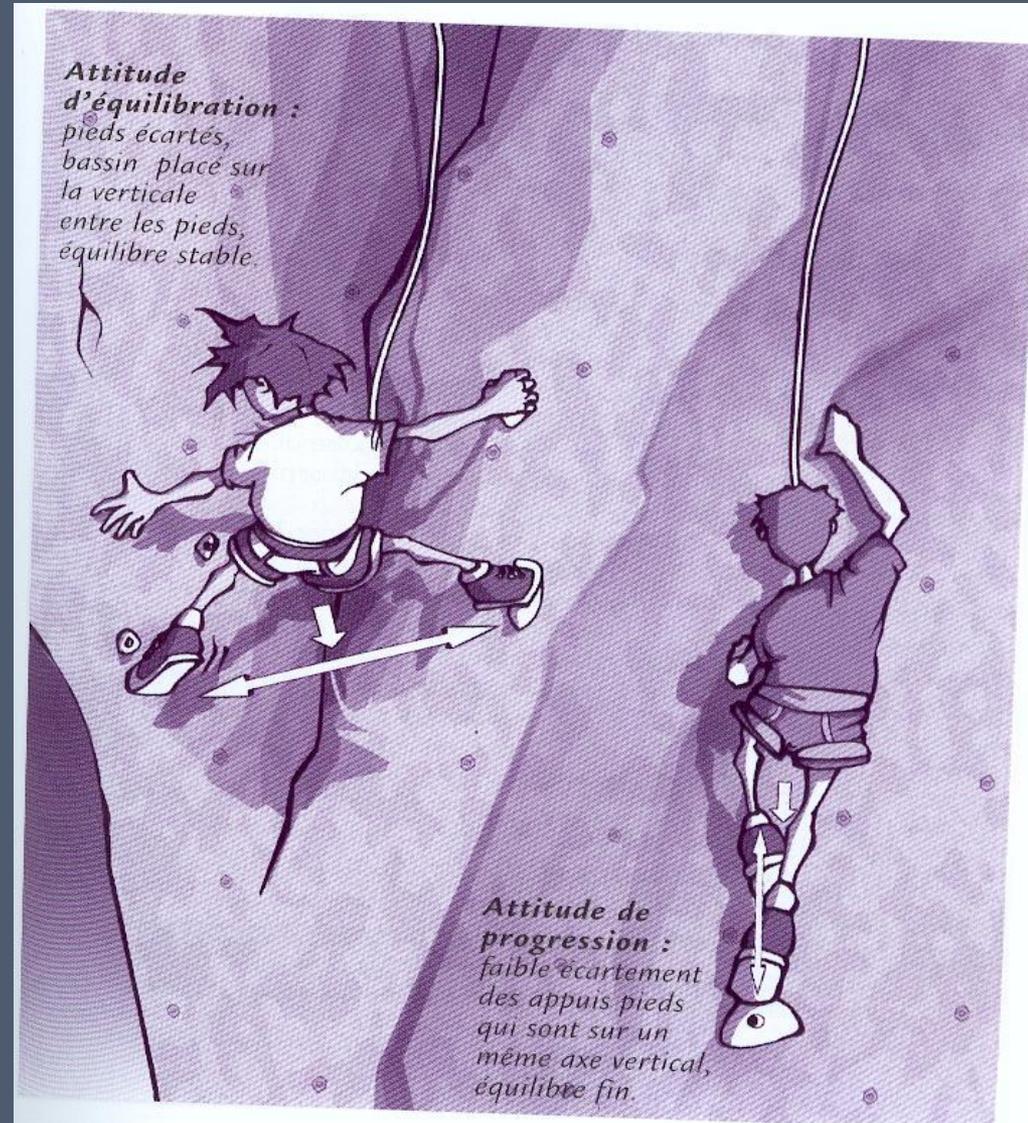
Grimper, c'est alterner de phases statiques et dynamiques

Phase statique (CDG ne se déplace pas ou peu ) ou l'intention du grimpeur est centrée sur l'équilibration pour lire, récupérer

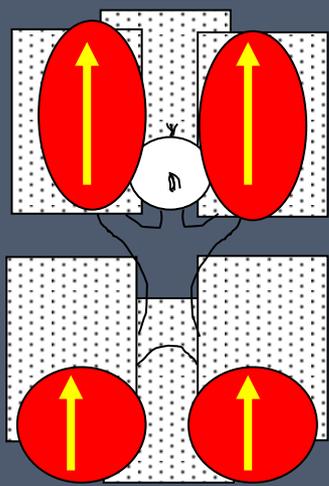
Ne pas confondre équilibration et stabilité

Plus on est stable moins on peut bouger

Phase dynamique : CDG se déplace dans une direction (pas les pieds)

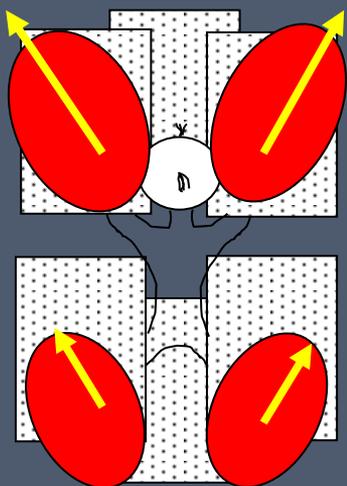


c. Les logiques des attitudes typiquement scolaire  
 Transformation : dans les phases dynamiques dissocier et coordonner des actions différentes pour progresser dans une direction donnée



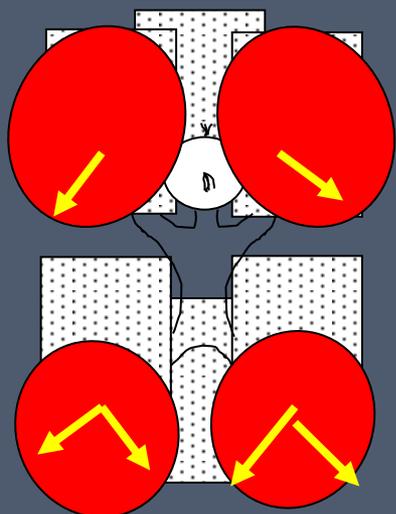
N1

Grimper à l'échelle



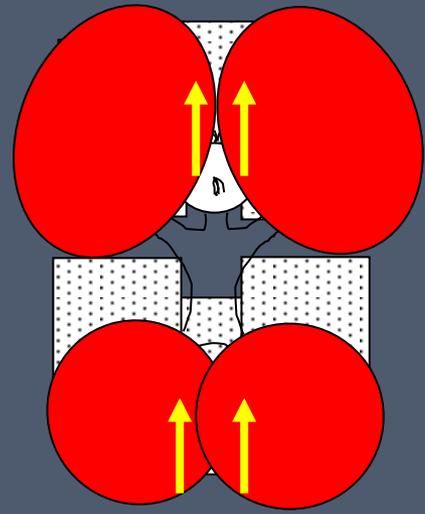
N2

Grimper en bascule du X



N3

Grimper en dissociant

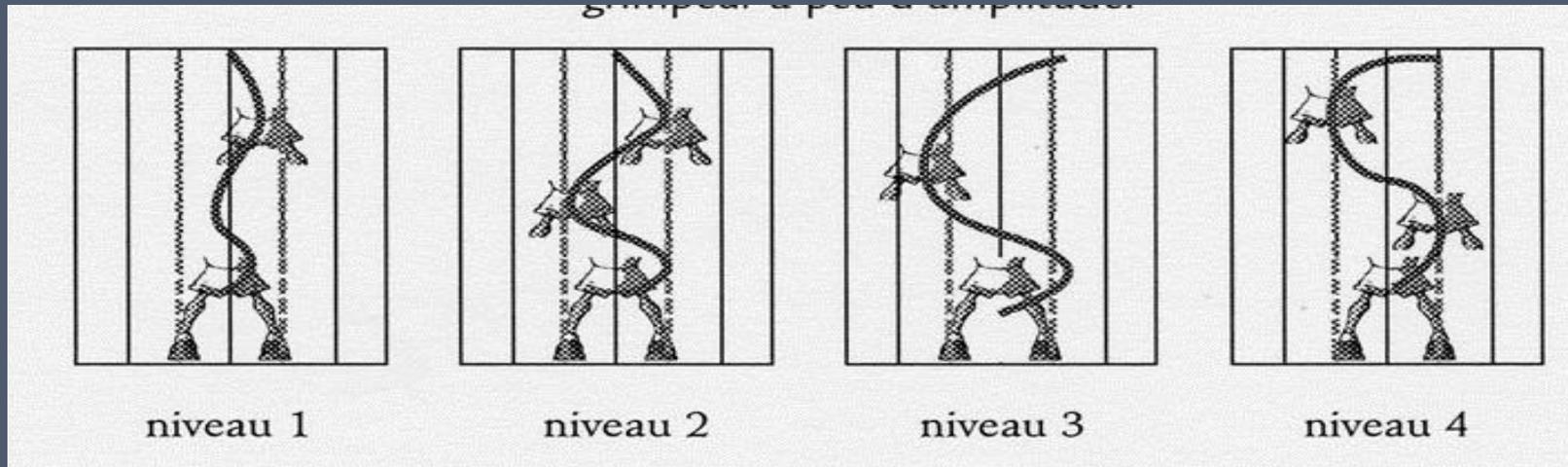


N4

Grimper sur un fil

Augmentation de l'espace de saisie des prises et dissociation (indépendance) grandissante des segments et des trains

Transformation : dans les phases dynamiques, utiliser des alignements pied/bassin/verticale pour gagner en amplitude et en efficacité



Fixe et  
entre les  
appuis

Oscille  
entre les  
appuis

Charge son  
appui +  
retour écart

Charge et  
dvlpe sur  
l'appui

Rechercher le plus possible des alignements pied/bassin/verticale, 2 solutions :

**Le bassin va vers la verticale du pied** mais attention à la hauteur du pied et au talon.

**Le pied va sous la verticale du bassin** mais attention à ne pas s'écarter du support et à l'encombrement.

## 2. Quelques « clés » pour observer et intervenir

- **Question 1** : l'intention du grimpeur est-elle de s'équilibrer (stat) ou progresser (dyn) ?

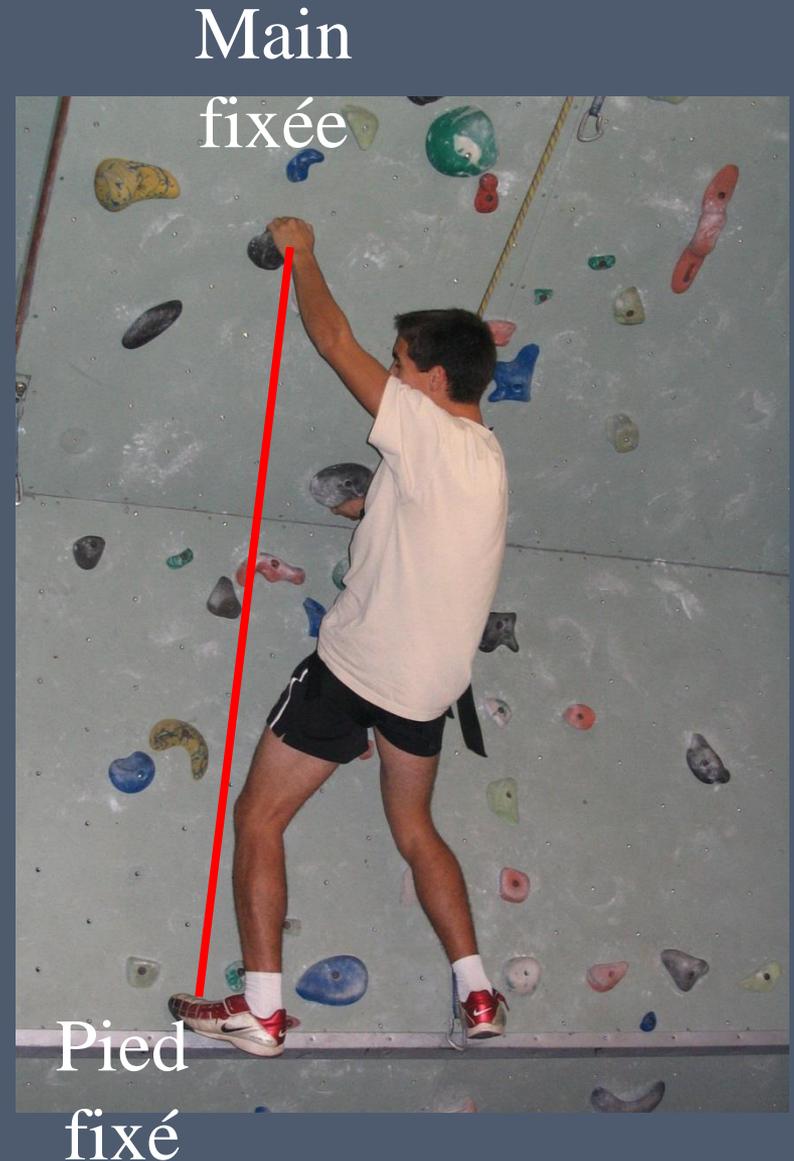
Un grimpeur est toujours organisé prioritairement par 2 appuis : la ligne d'action (MD/PD)

- **Question 2** : quels sont les 2 appuis sont fixés ?

Il reste peu de « pouvoirs d'agir », une main, un pied : 2 cas

*Phase Stat* :  $M_e + P_e$  pour maintenir l'équilibre

*Phase Dyn* : une  $M$  à libérer , reste +  $P_e$  , le corps pour maintenir l'équilibre



*Phase Stat* : Problème  
Comment se relâcher ?

*Phase Dyn* : Problème.  
Comment libérer la main ?

Coût ou potentiel de déséquilibre de la position ?  
Regarder le CDG / pied(s) / verticale

Sur un mode

AFFIRMATIF

INTERROGATIF

REPERES

Où rechercher  
pour des prises ?

ACTIONS

Quelle action  
faire ?

PRISES

Quelle prise  
prendre

Rechercher une solution  
changeant la forme du corps

Rechercher une solution en  
déplaçant le PD

Rechercher une solution avec le  
pied libre

# 4. Comment tracer et coter des voies quand on est pas grimpeur ? La cotation « numérique » ou « analogique »

Tracer : retour « culturel » sur la notion d'itinéraire.  
Révérance ou référence ?

VOIE comme  
enchaînements de  
mouvements plus ou moins  
prévus = GYM  
VERTICALE.  
Logique des « contraintes »



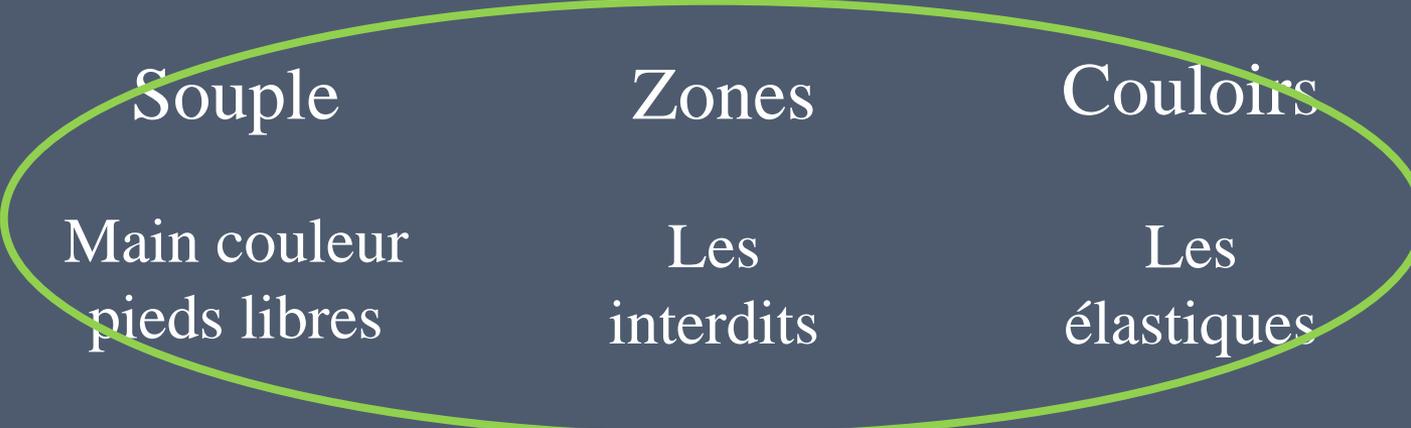
VOIE comme  
itinéraire, cheminement  
du corps dans des formes,  
volumes = ADAPTATION  
VERTICALE  
Logique des possibles

Le haut-niveau + SAE ont valorisé la logique «contraintes »  
Mais en scolaire pour des difficultés entre le 3 et le 5 ???

# Tentative de construction d'un continuum des ouvertures possibles

Codage  Balisage

|                     |                              |                  |                   |
|---------------------|------------------------------|------------------|-------------------|
| Strict              | Souple                       | Zones            | Couloirs          |
| Voie couleur<br>P+M | Main couleur<br>pieds libres | Les<br>interdits | Les<br>élastiques |



Quelles sont les formes d'ouverture les plus adaptées au milieu scolaire ?

Compte tenu des transformations visées, des conditions matérielles, des compétences de l'enseignant..

La culture devrait « libérer » mais souvent en EPS, par révérence elle enferme.

# Quelques conseils

- Ne pas utiliser de très grosses prises
- Avoir une grande densité de prises
- Choisir des prises moyennes + ou –
- Pour les mains : tourner les prises afin que les orientations des prises ne soient pas horizontales
- Pour les pieds : « petites » prises, rondes ou
- Réaliser des cheminements « couleur mains » qui changent de directions, voire de volumes, à cheval sur 2 couloirs.
- Adapter en fonction de chaussons ou pas.
- Mettre petits volumes pour casser la verticale

But : créer un environnement à fort potentiel de déplacements

Préférer des prises de la même couleur partout à 2 voies par couloir

# La cotation des voies

Distinction entre ouverture et cotation.

- Si on veut coter c'est pour mesurer, se situer, comparer, hiérarchiser

La cotation : échelle de mesure d'un aspect ou de plusieurs caractéristiques de la grimpe qui est partagée par une communauté de grimpeurs.

On mesure quoi ? Dans quelles conditions ? Sujet de polémiques ...

Il existe différents types d'échelle pour mesurer différentes « grimpes » ou caractéristiques de la grimpe : 6a, TD, rouge...

Il faut se mettre d'accord entre pairs sur une manière « légitime » de grimper.

Coter une voie

1° personne

2° personne

3° personne



La cotation de la difficulté « technique » d'une voie : ambiguïtés du mot difficulté

Paramètres de la difficulté :

- Conditions de réalisation : « à vue », « flash », « après travail », moulinette, mouli-tête, tête.
- L'engagement
- La précision du contrôle des mouvements : difficulté.
- La complexité
- L'intensité

La finesse de l'échelle de difficulté ISC est-elle pertinente pour des grimpeurs scolaires évoluant entre le 3A et 5C ? Qui peut faire la différence entre un 4C+ et un 5A ???

La cotation est donc une appréciation partagée qui est a pour fonction principale de situer le niveau de difficulté

La dérive actuelle de la « digitalisation » de la difficulté...passage à une logique « métrée »...l'échelle de note.

Pour coter en milieu scolaire, il faut revenir à ce que l'on cherche à transformer dans les conduites des élèves.

1° cas : un élève réussit une voie courte 4c sur un plan incliné avec des prises type « plat » pour mains et pieds

2° cas : un élève réussit une voie longue 5b+ en dévers sur grosses prises peu éloignées



# En guise de conclusion

Pourquoi faire de l'escalade en EPS ?

Construire avec l'autre, un rapport imaginaire et postural à la verticale radicalement différent de celui du « terrien ».

Il a fallu faire un détour par la culture pour préciser des savoirs « a-culturels »

En quoi est- ce une éducation physique ?

« Construire des sujets libres, capables de prendre leurs pensées comme objet de pensée pour se départir de leurs croyances et de leurs ignorances nécessite de se mettre à distance des pratiques, y compris sportives » T Tribalat 2014.

Merci pour votre attention

A demain...peut-être